

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель учреждения  
2024

УТВЕРЖДАЮ  
Управляющий ГУ «Мозырский  
районный центр по обеспечению  
деятельности бюджетных организаций  
в сфере образования»  
Д.С.Пашкевич



Примерное рекомендуемое двухнедельное меню  
для учащихся государственного учреждения образования  
«Мозырский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации»  
на зимне-весенний период 10.5 часов пребывания

№ рецепта	Наименование блюда	7-10лет				11-13лет				14-17 лет						
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Заготовки овощей, шт	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Заготовки овощей, шт	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Заготовки овощей, шт
<b>I неделя</b>																
<b>Понедельник</b>																
<b>(завтрак)</b>																
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5	40	3.04	0.36	18.68	92.4	40	3.04	0.36	18.68	92.4
К	Горошек зеленый консервированный порционно	80	4	0.13	10.25	58.38	100	5	0.16	12.81	72.97	100	5	0.16	12.81	72.97
5.2	Омлет натуральный	200	19.05	25.14	3.43	318.1	270	25.71	33.94	4.63	429.43	270	25.71	33.94	4.63	429.43
13.5	Чай с молоком	200	1.9	1.42	12.56	68.13	200	1.9	1.42	12.56	68.13	200	1.9	1.42	12.56	68.13
	Печенье					25	25	1.88	2.95	18.6	109	25	1.88	2.95	18.6	109
	Итого	28.74	27.14	34.97%	49.58	560.1		37.52	38.83	67.28	771.93		37.52	38.83	67.28	771.93
		37.68%			15.39%	24.35%		41.24%	41.81%	17.99%	28.53%		39.39%	39.04%	17.37%	27.22%
<b>(обед)</b>																
	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9	100	6.6	1.2	34.2	181	100	6.6	1.2	34.2	181
10.2	Колбаса отварная	75	8.25	17.92	1.2	199.5	75	8.25	17.92	1.2	199.5	100	11	23.9	1.6	266
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3	40	3.04	0.36	18.68	92.4	40	3.04	0.36	18.68	92.4
2.44	Суп картофельный с макаронными изделиями (в.2)	250	2.53	2.58	18.9	109.08	300	3.03	3.09	22.68	130.89	350	3.54	3.61	26.46	152.71
10.9	Пюре картофельное	200	4.2	6.6	26.8	184	190	3.99	6.27	25.46	174.8	190	3.99	6.27	25.46	174.8
1.55	Салат "Атантик" с маслом растительным	70	1.26	7.84	4.55	93.8	80	1.44	8.96	5.2	107.2	80	1.44	8.96	5.2	107.2
12.11	Компот из смеси сухофруктов Вит С	200	0.6	0	25.2	100	200	0.6	0	25.2	100	200	0.6	0	25.2	100
	Итого	25.06	36.29	46.77%	121.48	918.68		26.95	37.81	132.67	985.92		30.21	44.3	136.85	1074.23
		32.84%			37.69%	39.95%		29.62%	40.71%	35.47%	36.44%		31.71%	44.54%	35.33%	37.89%
<b>(полдник)</b>																
4.12	Запеканка рисовая с	240	12.65	7.85	63.96	378.24	300	15.81	9.81	79.95	472.8	300	15.81	9.81	79.95	472.8

творюгом																				
13.10	Молоко кипяченое	200		5.2	5.6	8.6	10.4		8.6	10.4		5.2	5.6		8.6					
1.41	Салат "Свежесть"	70	0.84	0.07	15.47	64.4		8.0	17.68	73.6		1.2	0.1		22.1					
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3		4.0	18.68	92.4		3.8	0.45		23.35					
K	Апельсин или мандарин с сахаром	190/15	1.52	0.38	49.17	205.05		190/15	49.17	205.05		1.52	0.38		49.17					
	Итого		22.49	14.17	151.21	820.99			16.23	174.08		27.53	16.34		183.17					
			29.48%	18.26%	46.92%	35.7%			29.15%	46.54%		28.9%	16.43%		47.3%					
Итого за день			76.29	77.6	322.27	2299.77		91	92.86	374.02		95.26	99.46		387.29					
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%		100%	100%		100%					
			(305.14	(698.36	(1289.09	(1496.1		(364.02	(835.78	(1549.18		(381.04	(895.18		(1549.18					
			kcal	kcal	kcal	kcal		kcal	kcal	kcal		kcal	kcal		kcal					
			13.27%	30.37%	56.05%			13.45%	30.89%	55.29%		13.44%	31.57%		54.63%					

### Вторник

(завтрак)

K	Каша жидкая молочная "Экстра" №3	250	7.96	10.36	28.68	237.6		270	8.6	11.19	30.97	256.61		300	9.56	12.43			34.41	285.12
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5		60	4.56	28.02	138.6		60	4.56	0.54				28.02	138.6
1.7	Сыр (порционы)	15	3.9	3.97	0	52.5		20	5.3	0	70		20	5.2	5.3			0		70
	Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.12	66.1		10	0.08	7.24		10	0.08	7.24				0.12		66.1
13.8	Какао с молоком	200	3.8	3.9	20.7	133		200	3.8	3.9	20.7	133		200	3.8	3.9			20.7	133
	Итого		19.54	25.93	72.85	604.7			22.24	28.17	79.81	664.31			23.2	29.42			83.25	692.82
			26.89%	35.61%	24.53%	28.22%			28.65%	37.67%	25.61%	29.64%			26.69%	37.21%			25.96%	29.45%

### (обед)

	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9		100	6.6	1.2	34.2	181		100	6.6	1.2			34.2	181
	Сок	200	0.8	0.1	31.4	128		200	0.8	0.1	31.4	128		200	0.8	0.1			31.4	128
10.8	Картофель отварной	150	2.85	4.35	22.35	139.5		190	3.61	5.51	28.31	176.7		190	3.61	5.51			28.31	176.7
8.21	Котлеты, биточки, шницел (говядина лоп.ч.)	90	13.32	11.16	12.78	205.2		90	13.32	11.16	12.78	205.2		100	14.8	12.4			14.2	228
2.25	Суп картофельный с бобовыми мяо отварное (добавка в 1 блюде) (говядина лоп.ч.) Вит.С	300	7.05	6.4	24.45	184.3		300	6.9	5.4	24.3	174		350/20	13.73	7.18			28.49	234.2
1.100	Огурцы соленые (порционные)	80	0.64	0.08	1.28	10.4		80	0.64	0.08	1.28	10.4		80	0.64	0.08			1.28	10.4
	Итого		30.45	22.17	122.93	820.1			31.87	23.45	132.32	875.43			40.18	26.47			137.93	958.43
			42.92%	34.71%	43.13%	40.81%			41.4%	34.33%	43.05%	40.43%			46.58%	36.47%			43.59%	42.1%

### (полдник)

	Фрукты	190	0.76	0.76	18.62	85.5		190	0.76	18.62	85.5		190	0.76	18.62				18.62	85.5
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	18.68	92.4		50	3.8	23.35	115.5		50	3.8	23.35				23.35	115.5
10.2	Каша вязкая гречневая	150	4.5	4.5	21.9	145.5		150	4.5	21.9	145.5		150	4.5	21.9				21.9	145.5
13.6	Кофейный напиток с молоком	200	1.4	1	16	78		200	1.4	1	16	78		200	1.4	1			16	78
7.14	Теплая рыба, соус сметанный с томатом для тефтелей	90/48	11.25	9.15	14.07	183.6		100/48	12.42	9.98	15.34	200.8		100/48	12.42	9.98			15.34	200.8
	Итого		20.95	15.77	89.27	585			22.88	16.69	95.21	625.3			22.88	16.69			95.21	625.3
			28.82%	21.66%	30.06%	27.3%			29.47%	22.32%	30.55%	27.9%			26.33%	21.11%			29.69%	26.58%
Итого за день			70.94	63.87	285.04	2099.8		76.99	68.31	307.34	2165.04		86.26	72.58	316.39				2276.55	
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%				100%	100%
			(283.77	(574.81	(1140.17	(1496.1		(307.96	(614.8	(1229.35	(1265.55		(345.02	(653.18	(1265.55				(1265.55	
			kcal	kcal	kcal	kcal		kcal	kcal	kcal	kcal		kcal	kcal	kcal				kcal	kcal

		14.12%	28.6%	56.73%	14.22%	28.4%	56.78%	15.16%	28.65%	55.59%					
<b>Среды (завтрак)</b>															
6.6	Пудинг из творога (запеченный), соус молочный (сладкий)	180/50	25.38	17.32	43.23	429.6	200/70	28.46	19.88	49.81	491.2	28.46	19.88	49.81	491.2
13.10	Молоко кипяченое	200	5.2	5.6	8.6	104	200	5.2	5.6	8.6	104	5.2	5.6	8.6	104
	Итого		30.58	22.92	51.83	533.6		33.66	25.48	58.41	595.2	33.66	25.48	58.41	595.2
			37.9%	33.61%	18.53%	25.9%		37.85%	34.2%	19.3%	26.55%	35.21%	32.53%	18.29%	25.11%
<b>(обед)</b>															
10.10	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9	100	6.6	1.2	34.2	181	6.6	1.2	34.2	181
	Пюре картофельное с морковью	150	3	3.15	18.9	115.5	190	3.8	3.99	23.94	146.3	3.8	3.99	23.94	146.3
7.10	Котлеты (биточки) рыбные	65	7.93	4.94	9.23	113.1	70	8.54	5.32	9.94	121.8	8.54	5.32	9.94	121.8
2.18	Рассоляк ленинградский, сметана	250/4	2.12	4.8	15.37	113.24	300/4	2.52	5.6	18.42	134.24	2.95	6.6	21.5	157.3
1.67	Салат "Розовый"	80	4.48	11.84	2.88	136	80	4.48	11.84	2.88	136	4.48	11.84	2.88	136
	Хлеб пшеничный	45	3.42	0.41	21.02	103.95	45	3.42	0.41	21.02	103.95	4.18	0.5	25.69	127.05
12.11	Компот из смеси сухофруктов Виг.С	200	0.6	0	25.2	100	200	0.6	0	25.2	100	0.6	0	25.2	100
	Итого		27.49	26.22	123.41	844.79		29.96	28.36	135.64	923.42	31.15	29.45	143.39	969.58
			34.07%	38.44%	44.12%	41.01%		33.69%	38.06%	44.81%	41.19%	32.59%	37.6%	44.89%	40.9%
<b>(полдник)</b>															
	Фрукты	190	0.76	0.76	18.62	85.5	190	0.76	0.76	18.62	85.5	0.76	0.76	18.62	85.5
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5	50	3.8	0.45	23.35	115.5	6.0	0.54	28.02	138.6
	Сок	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128	0.8	0.1	31.4	128
10.7	Макарона отварные	150	5.1	4.35	30.3	180	170	5.78	4.93	34.34	204	6.46	5.51	38.38	228
8.39	Биточки по-белорусски (говядина таз.ч)	60	12.08	6.16	0.72	106.4	70	14.09	7.19	0.84	124.13	18.12	9.24	1.08	159.6
	Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.12	66.1	10	0.08	7.24	0.12	66.1	0.08	7.24	0.12	66.1
	Итого		22.62	19.06	104.51	681.5		25.31	20.67	108.67	723.23	30.78	23.39	117.62	805.8
			28.03%	27.95%	37.36%	33.08%		28.48%	27.74%	35.9%	32.26%	32.2%	29.86%	36.82%	33.99%
	Итого за день		80.69	68.2	279.75	2059.89		88.93	74.5	302.72	2241.85	95.59	78.32	319.42	2570.58
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
			322.76	613.76	1119.01			355.73	670.52	1210.89		382.36	704.84	1277.69	
			kcal	kcal	kcal	kcal		kcal	kcal	kcal		kcal	kcal	kcal	
			15.67%	29.87%	54.32%			15.87%	29.91%	54.01%		16.13%	29.73%	53.9%	
<b>Четверг (завтрак)</b>															
1.7	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5	60	4.56	0.54	28.02	138.6	4.56	0.54	28.02	138.6
2.36	Сыр (порциками)	15	3.9	3.97	0	52.5	25	6.5	6.63	0	87.5	6.5	6.63	0	87.5
	Суп молочный с крупой (пшено)	250	7.75	6.25	22.25	177.5	300	9.3	7.5	26.7	213	9.92	8	28.48	227.2
13.6	Кофейный напиток с молоком	200	1.4	1	16	78	200	1.4	1	16	78	1.4	1	16	78
	Итого		16.85	11.68	61.6	423.5		21.76	15.67	70.72	517.1	22.38	16.17	72.5	531.3
			22.54%	15.47%	20.98%	19.54%		25.93%	19.03%	22.31%	21.89%	24.33%	18.23%	22.07%	21.33%
<b>(обед)</b>															
8.32	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9	100	6.6	1.2	34.2	181	6.6	1.2	34.2	181
	Биточки из говядины паровые, соус молочный	80/50	12.79	13.8	9.7	214.9	90/50	14.27	15.2	10.5	236.7	15.75	16.6	11.3	258.5

12.16	(говядина тап.ч)	200	0.3	32.4	130	200	0.3	32.4	130	200	0.3	32.4	0	0	32.4	130
	Кисель из сока Вит.С	30	2.28	14.01	69.3	30	2.28	14.01	69.3	30	2.28	14.01	0.27	0.27	14.01	69.3
10.9	Хлеб пшеничный	180	3.78	24.12	165.6	190	3.99	25.46	174.8	190	3.99	25.46	6.27	6.27	25.46	174.8
2.25	Пюре картофельное	250	5.75	20.25	145	300	6.9	24.3	174	350/20	12.12	28.51	5.4	9.77	28.51	243.47
	Суп картофельный с бобовым мясом отварное (добавка в 1 блюде) (говядина тап.ч)															
К	Горошек зеленый консервированный порционно	80	4	10.25	58.38	80	4	10.25	58.38	80	4	10.25	0.13	0.13	10.25	58.38
	Итого	34.84	34.84	141.55	946.18	38.34	38.34	151.17	1024.3	44.62%	38.95%	44.38%	28.47	28.47	45.04	1115.57
		45.39%	44.62%	47.38%	44.78%			46.92%	44.38%			46.81%		43.09%	46.81%	45.79%

**(полдник)**

	Фрукты	190	0.76	18.62	85.5	190	0.76	18.62	85.5	190	0.76	18.62	0.76	0.76	18.62	85.5
	Хлеб пшеничный	40	3.04	18.68	92.4	50	3.8	23.35	115.5	60	4.56	28.02	0.54	0.54	28.02	138.6
	Сок	200	0.8	31.4	128	200	0.8	31.4	128	200	0.8	31.4	0.1	0.1	31.4	128
10.18	Капуста тушеная	200	4.8	19	152	200	4.8	19	152	200	4.8	19	6.4	6.4	19	152
9.21	Котлеты из пшеницы "Оригинальные"	90	15.66	7.92	285.48	90	15.66	7.92	285.48	90	15.66	7.92	21.24	21.24	7.92	285.48
	Итого	25.06	25.06	95.62	743.38	25.82	25.82	100.29	766.48	26.58	26.58	104.96	29.04	29.04	104.96	789.58
		33.53%	33.53%	32.56%	34.3%	30.77%	30.77%	31.63%	32.45%	28.89%	28.89%	31.95%	32.75%	32.75%	31.95%	31.7%
	Итого за день.	76.75	76.75	298.77	2113.06	85.92	85.92	322.18	2307.88	94	94	333.64	79.44	79.44	333.64	2436.45
		100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
		(307	(307	(1195.07	(1288.71	(657.72	(657.72	(1288.71	(1288.71	(375.99	(375.99	(1334.55	(714.93	(714.93	(1334.55	(1000)
		Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal	Kkal
		(14.53%)	(28.22%)	(56.56%)	(14.89%)	(28.5%)	(55.84%)	(14.89%)	(28.5%)	(55.84%)	(15.43%)	(29.34%)	(15.43%)	(29.34%)	(54.77%)	(100%)

**Пятница**

**(завтрак)**

15.6	Чай с молоком (в 1)	200	3.08	16.82	100.5	200	3.08	16.82	100.5	200	3.08	16.82	2.66	2.66	16.82	100.5
	Хлеб пшеничный	60	4.56	28.02	138.6	60	4.56	28.02	138.6	60	4.56	28.02	0.54	0.54	28.02	138.6
2.36	Суп молочный с крупой (гречневая)	260	8.06	23.14	184.6	270	8.37	24.03	191.7	300	9.3	26.7	6.75	6.75	26.7	213
	Масло сливочное					10	0.08	0.12	66.1	10	0.08	0.12	7.24	7.24	0.12	66.1
	Итого	15.7	15.7	67.98	423.7	16.09	16.09	68.99	496.9	17.02	17.02	71.66	17.94	17.94	71.66	518.2
		19.33%	19.33%	23.31%	20.92%	17.98%	17.98%	21.37%	20.49%	17.68%	17.68%	21.37%	19.72%	19.72%	21.37%	20.28%

**(обед)**

	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9	6.6	34.2	181	100	6.6	34.2	1.2	1.2	34.2	181
	Сок	200	0.8	31.4	128	200	0.8	31.4	128	200	0.8	31.4	0.1	0.1	31.4	128
Ф	Вифилекс "Смачны"	80	12.08	14.16	220.88	90	13.59	12.69	248.49	100	15.1	14.1	15.1	17.7	14.1	276.1
10.10	Пюре картофельное с морковью	150	3	3.15	115.5	190	3.8	23.94	146.3	190	3.8	23.94	3.99	3.99	23.94	146.3
1.42	Салат "Цветной"	70	2.1	5.95	3.43	80	2.4	3.92	86.4	80	2.4	3.92	6.8	6.8	3.92	86.4
2.14	Ци из квашеной капусты с картофелем, сметана, мясо отварное (добавка в 1 блюде) (говядина лоп.ч)	250/4/15	6.38	7.21	116.64	300/5/15	6.81	8.06	135.7	350/5/20	8.63	9.39	8.63	9.93	9.39	160.5
	Итого	30.3	30.3	102.55	819.62	34	36.58	114.25	926.02		37.33	39.72			117	978.43
		37.63%	37.63%	35.73%	37.78%	38%	42.89%	35.4%	38.18%		38.77%	43.66%			34.88%	38.29%

**(полдник)**

8.38	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5	50	3.8	0.45	23.35	115.5	60	4.56	0.54	28.02	138.6
	Голубцы любительские (говядина лоп-ч), соус сметанный (для запекания и тушения)	220/96	19.88	19.15	28.12	363.71	250/109	22.6	21.76	31.96	413.25	270/117	24.39	23.47	34.47	445.82
14.20	Ватрушка с повидлом	75	4.4	1.9	44	210	100	5.87	2.53	58.67	280	100	5.87	2.53	58.67	280
	Кофеир жирный	200	5.6	6.4	10	118	200	5.6	6.4	10	118	200	5.6	6.4	10	118
	Итого		35.2	28.28	121.05	883.21		39.38	31.52	139.55	1002.75		41.94	33.31	146.74	1058.42
			43.72%	36.83%	42.17%	40.71%		44.01%	36.95%	43.23%	41.34%		43.55%	36.62%	43.75%	41.42%
	Итого за день		81.2	69.63	291.58	2126.54		89.47	85.29	322.79	2425.67		96.29	90.97	335.39	2555.05
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
			(324.81 kkal)	(626.64 kkal)	(1166.34 kkal)		(357.87 kkal)	(767.58 kkal)	(1291.16 kkal)				(385.14 kkal)	(818.77 kkal)	(1341.57 kkal)	
			15.27%	29.47%	54.85%		14.75%	31.64%	53.23%				15.07%	32.05%	52.51%	

## II неделя

### Понедельник

#### (завтрак)

6.7	Запеканка из творога, соус молочный (сладкий)	200/70	32.26	25.68	42.61	531.2	220/70	35.36	27.94	46.01	577.6	220/70	35.36	27.94	46.01	577.6
13.10	Молоко кипяченое	200	5.2	5.6	8.6	104	200	5.2	5.6	8.6	104	200	5.2	5.6	8.6	104
	Итого		37.46	31.28	51.21	635.2		40.56	33.54	54.61	681.6		40.56	33.54	54.61	681.6
			43.24%	36.2%	15.03%	25.4%		43.95%	36.22%	15.4%	25.87%		40.1%	32.7%	13.9%	23.37%

#### (обед)

	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9	100	6.6	1.2	34.2	181	100	6.6	1.2	34.2	181
10.2	Колбаса отварная	75	8.25	17.92	1.2	199.5	75	8.25	17.92	1.2	199.5	100	11	23.9	1.6	266
	Сок	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	18.68	92.4	40	3.04	0.36	18.68	92.4	60	4.56	0.54	28.02	138.6
2.25	Суп картофельный с бобовым Вит-С	250	5.75	4.5	20.25	145	300	6.9	5.4	24.3	174	350	8.05	6.3	28.35	203
10.8	Картофель отварной	200	3.8	5.8	29.8	186	190	3.61	5.51	28.31	176.7	190	3.61	5.51	28.31	176.7
1.100	Огурцы соевые (порционные)	80	0.64	0.08	1.28	10.4	80	0.64	0.08	1.28	10.4	80	0.64	0.08	1.28	10.4
	Итого		28.22	29.85	133.43	924.3		29.84	30.58	139.42	962.13		35.26	37.63	153.21	1103.83
			32.86%	37.98%	39.6%	38.23%		32.68%	36.56%	39.83%	37.9%		35.2%	40.2%	39.45%	39.14%

#### (полдник)

	Фрукты	190	1.52	0.38	15.58	76	190	1.52	0.38	15.58	76	190	1.52	0.38	15.58	76
К	Кукуруза сахарная консервированная порционно	80	6.64	0.96	57.28	269.6	80	6.64	0.96	57.28	269.6	100	8.3	1.2	71.6	337
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5	50	3.8	0.45	23.35	115.5	60	4.56	0.54	28.02	138.6
13.6	Кофейный напиток с молоком	200	1.4	1	16	78	200	1.4	1	16	78	200	1.4	1	16	78
3.15	Запеканка овощная, сырная	220/115	6.83	14.66	40.05	319.1	240/20	7.56	16.72	43.8	355.6	270/25	8.58	19.31	49.35	405.2
	Итого		20.19	17.45	152.26	858.2		20.92	19.51	156.01	894.7		24.36	22.43	180.55	1034.8
			23.31%	20.19%	44.69%	34.32%		22.67%	21.07%	44%	33.96%		24.09%	21.87%	45.95%	35.48%
			85.87	78.58	336.9	2417.7		91.32	83.63	350.04	2538.43		100.18	93.6	388.37	2820.23
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
			(343.48 kkal)	(707.18 kkal)	(1347.59 kkal)		(365.28 kkal)	(752.63 kkal)	(1400.15 kkal)				(400.72 kkal)	(842.4 kkal)	(1553.47 kkal)	



		37.62%	30.49%	17.74%	24.5%	(обел)			37.68%	30.57%	17.68%	24.48%	35.78%	28.93%	17.13%	23.49%	
	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9	100	6.6	1.2	34.2	181	100	6.6	1.2	34.2	181	
	Сок	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128	
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5	50	3.8	0.45	23.35	115.5	60	4.56	0.54	28.02	138.6	
8.31	Фрикадельки в соусе (говядина лоп.ч), соус сметанный (для заправки и тушения)	55/50	8.8	7.9	9.6	145	66/60	10.56	9.48	11.52	174	66/60	10.56	9.48	11.52	174	
10.8	Картофель отварной	180	3.42	5.22	26.82	167.4	190	3.61	5.51	28.31	176.7	190	3.61	5.51	28.31	176.7	
1.76	Винегрет овощной	80	0.96	8.08	5.12	96.8	80	0.96	8.08	5.12	96.8	80	0.96	8.08	5.12	96.8	
2.18	Рассоляник ленинградский, сметана Вит-С	250/4	2.12	4.8	15.37	113.24	300/5	2.55	5.8	18.45	136.3	350/5	2.95	6.6	21.5	157.3	
	Итого		25.84	27.63	142.48	928.94		28.88	30.62	152.39	1008.4		30.04	31.51	160.11	1052.5	
			28.88%	33.06%	43.28%	38.24%		29.91%	34.47%	43.09%	38.72%		29.54%	33.56%	43.87%	38.77%	
	<b>(ПОЛДНИК)</b>																
	Фрукты	190	0.76	0.76	18.62	85.5	190	0.76	0.76	18.62	85.5	190	0.76	0.76	18.62	85.5	
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	115.5	60	4.56	0.54	28.02	138.6	60	4.56	0.54	28.02	138.6	
8.35	Оладьи из печени говяжьей	80	14.24	12	4.96	179.2	80	14.24	12	4.96	179.2	100	17.8	15	6.2	22.4	
14.12	Пирожки пельные (с повидлом)	70	3.97	3.5	40.6	210	80	4.54	4	46.4	240	80	4.54	4	46.4	240	
13.8	Какао с молоком	200	3.8	3.9	20.7	133	200	3.8	3.9	20.7	133	200	3.8	3.9	20.7	133	
10.22	Рагу овощное	170	3.4	9.86	20.06	181.9	170	3.4	9.86	20.06	181.9	190	3.8	11.02	22.42	203.3	
	Итого		29.97	30.47	128.29	905.1		31.3	31.06	138.76	958.2		35.26	35.22	142.36	1024.4	
			33.5%	36.46%	38.97%	37.26%		32.41%	34.96%	39.23%	36.79%		34.67%	37.51%	39%	37.74%	
			89.47	83.58	329.18	2429.24		96.56	88.84	353.68	2604.2		101.68	93.89	365	2714.5	
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%	
			(357.88	(752.22	(1316.71			(386.22	(799.56	(1414.71			(406.7	(845.01	(1459.99		
			kkal	kkal	kkal			kkal	kkal	kkal			kkal	kkal	kkal		
			14.73%	30.97%	54.2%			14.83%	30.7%	54.32%			14.98%	31.13%	53.78%		
	<b>Четверг</b>																
	<b>(завтрак)</b>																
1.7	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	18.68	92.4	40	3.04	0.36	18.68	92.4	60	4.56	0.54	28.02	138.6	
	Сыр (порциамп)	20	5.2	5.3	0	70	20	5.2	5.3	0	70	20	5.2	5.3	0	70	
13.6	Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.12	66.1	10	0.08	7.24	0.12	66.1	10	0.08	7.24	0.12	66.1	
	Кофейный напиток с молоком	200	1.4	1	16	78	200	1.4	1	16	78	200	1.4	1	16	78	
4.7	Каша жидкая рисовая с изюмом	250	4.75	6	39.88	232.5	250	4.75	6	39.88	232.5	250	4.75	6	39.88	232.5	
5.1	Яйца вареные		14.47	19.9	74.68	539	40	4.76	4.04	0.24	56	40	4.76	4.04	0.24	56	
	Итого		23.52%	30.78%	27.23%	27.9%		19.23	23.94	74.92	595		20.75	24.12	84.26	641.2	
								27.58%	33.01%	26.24%	28.59%		26.78%	31.42%	27.15%	28.47%	
	<b>(обел)</b>																
1.64	Хлеб ржаной	90	5.94	1.08	30.78	162.9	100	6.6	1.2	34.2	181	100	6.6	1.2	34.2	181	
	Салат из морской н белочашной капусты	70	1.4	3.57	7.14	65.8	70	1.4	3.57	7.14	65.8	80	1.6	4.08	8.16	75.2	
10.10	Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.12	66.1	10	0.08	7.24	0.12	66.1	10	0.08	7.24	0.12	66.1	
	Пюре картофельное с морковью	170	3.4	3.57	21.42	130.9	200	4	4.2	25.2	154	200	4	4.2	25.2	154	

7.10	Котлеты (биточки) рыбные	90	10.98	6.84	12.78	156.6	80	9.76	6.08	11.36	139.2	90	10.98	6.84	12.78	156.6
2.2	Борщ со свеклой, капустой и картофелем, сметана, мясо отварное (добавка в 1 блюдо) (говядина лоп.ч)	250/4/15	6.38	7.21	11.98	139.14	300/5/15	6.81	8.56	14.36	162.7	350/5/20	8.63	9.93	16.74	192
12.11	Комплет из свежих сухофруктов Вит.С	200	0.6	0	25.2	100	200	0.6	0	25.2	100	200	0.6	0	25.2	100
Итого			28.78	29.51	109.42	821.44		29.25	30.85	117.58	868.8		32.49	33.49	122.4	924.9
10.18	Капуста тушеная	170	46.77%	45.64%	39.9%	42.52%		41.95%	42.54%	41.19%	41.75%		41.93%	43.63%	39.44%	41.06%
8.21	Котлеты, биточки, шницел (говядина лоп.ч)	70	10.36	8.68	9.94	159.6	90	13.32	11.16	12.78	205.2	100	14.8	12.4	14.2	228
Итого за день			18.28	15.25	90.12	571.6		21.24	17.73	92.96	617.2		24.24	19.15	103.72	686.2
		190	0.76	0.76	18.62	85.5	190	0.76	0.76	18.62	85.5	190	0.76	0.76	18.62	85.5
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3	30	2.28	0.27	14.01	69.3	50	3.8	0.45	23.35	115.5
	Сок	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128
	Капуста тушеная	170	4.08	5.44	16.15	129.2	170	4.08	5.44	16.15	129.2	170	4.08	5.44	16.15	129.2
	Котлеты, биточки, шницел (говядина лоп.ч)	70	10.36	8.68	9.94	159.6	90	13.32	11.16	12.78	205.2	100	14.8	12.4	14.2	228
Итого			18.28	15.25	90.12	571.6		21.24	17.73	92.96	617.2		24.24	19.15	103.72	686.2
		30	29.71%	23.58%	32.87%	29.59%		30.46%	24.45%	32.57%	29.66%		31.29%	24.95%	33.42%	30.47%
		61.53	100%	64.66	274.21	1932.04		69.72	72.52	285.45	2081		77.48	76.76	310.38	2252.3
		100%	100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
		(246.12	1581.94	(1096.84	1141.8	(652.68		(278.88	1141.8	54.87%			(309.92	690.84	1241.5	
		kcal	kcal	kcal	kcal	kcal		kcal	kcal	kcal	kcal		kcal	kcal	kcal	
		12.74%	30.12%	56.77%	13.4%	31.36%		13.4%	54.87%	13.76%			13.76%	30.67%	55.12%	

**Пятица**

(завтрак)

15.6	Чай с молоком (в 1)	200	3.08	2.66	16.82	100.5	200	3.08	2.66	16.82	100.5	200	3.08	2.66	16.82	100.5
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	18.68	92.4	60	4.56	0.54	28.02	138.6	70	5.32	0.63	32.69	161.7
	Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.12	66.1	10	0.08	7.24	0.12	66.1	5	0.04	3.62	0.06	33.05
2.35	Суп молочный с крупой рисовой	260	6.76	6.5	23.14	179.4	300	7.8	7.5	26.7	207	300	7.8	7.5	26.7	207
Итого			12.96	16.76	58.76	438.4		15.52	17.94	71.66	512.2		16.24	14.41	76.27	502.25
			19.72%	26.11%	23.07%	23.52%		19.83%	24.13%	24.99%	23.98%		19.98%	19.52%	25.78%	23.04%

(обед)

	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	17.1	90.5	50	3.3	0.6	17.1	90.5	50	3.3	0.6	17.1	90.5
	Сок	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128	200	0.8	0.1	31.4	128
10.2	Каша вязкая гречневая	150	4.5	4.5	21.9	145.5	150	4.5	4.5	21.9	145.5	150	4.5	4.5	21.9	145.5
	Ф Биточки "Морские"	90	13.77	11.43	6.39	184.5	90	13.77	11.43	6.39	184.5	90	13.77	11.43	6.39	184.5
1.43	Салат "Метелка"	80	0.88	0.16	5.68	27.2	80	0.88	0.16	5.68	27.2	80	0.88	0.16	5.68	27.2
2.10	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана Вит.С	300/5	2.85	8.2	10.95	130.3	300/5	2.85	8.2	10.95	130.3	300/5	2.85	8.2	10.95	130.3
Итого			26.1	24.99	93.47	706.13		26.1	24.99	93.47	706.13		26.55	26.19	95.27	726.13
			39.71%	38.93%	36.69%	37.88%		33.35%	33.62%	32.59%	33.07%		32.67%	35.48%	32.2%	33.32%

(полдник)

8.38	Фрукты	190	0.76	0.76	18.62	85.5	190	0.76	0.76	18.62	85.5	190	0.76	0.76	18.62	85.5
	Голубцы любительские (говядина тап.ч), соус сметанный (для	150/65	13.55	13.04	19.15	247.68	250/100	22.6	21.76	31.96	413.25	270/119	24.42	23.56	34.58	447.18



запекания и тушения)																										
14.20	70	4.11	1.77	41.07	196						75															
Ватрушка с повидлом	40	2.64	0.48	13.68	72.4						50															
Хлеб ржаной	200	5.6	6.4	10	118						200															
Кефир жирный		26.66	22.45	102.52	719.58																					
Итого		40.56%	34.96%	40.24%	38.6%																					
Итого за день		65.72	64.2	254.74	1864.11																					
		100%	100%	100%	100%																					
		(262.86	(577.77	(1018.97	(1864.11																					
		kcal	kcal	kcal	kcal																					
		(4.1%)	30.99%)	54.66%)																						

Инженер отдела по организации питания

С.В.Тарасюк



Меню составлено на основании Сборника технологических карт блюд и изделий для питания учащихся учреждений, обеспечивающих получение общего среднего и профессионально-технического образования.  
Мн.2020г

Гигиеническая оценка от

Стоимость рационов рассчитана по ценам продуктов питания на 01.11.2024 года.

## НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ

Группа питания: 7-10 лет ШКОЛА

3-х разовое питание

### ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ

№ п/п	Наименование продукта	Норма на 1 ребенка в граммах	Выполнение нормы	
			факт, г	%
1.	Хлеб пшеничный	95	115,8	121,9
2.	Хлеб ржаной	90	90	100
3.	Мука пшеничная	18	17,1	95
4.	Крахмал картофельный	2	1	50
5.	Макаронные изделия	13	13,2	101,5
6.	Крупы	32	34,3	107,2
7.	Бобовые	6	6,4	106,7
8.	Картофель	200	208,8	104,4
9.	Овощи	260	245,9	94,6
10.	Томат-пюре	2	2	100
11.	Фрукты	200	196,7	98,4
12.	Сухофрукты	15	13,8	92
13.	Соя	200	186	93
14.	Масло	55	50,7	92,2
15.	Птица	20	19,7	98,5
16.	Колбасные изделия	15	15	100
17.	Субпродукты	8	8	100
18.	Молоко и молочные продукты	400	359,8	90
19.	Масло сливочное	24	26,5	110,4
20.	Творог	55	50,4	91,6
21.	Сметана	13	13,7	105,4
22.	Сыр	7	7,3	107,1
23.	Яйца	27	26,1	96,7
24.	Рыба	24	21,9	91,3
25.	Масло растительное	17	17,2	101,2
26.	Сахар	32	36,6	114,4
27.	Кондитерские изделия	8	8,7	108,8
28.	Дрожжи	1	0,3	30
29.	Чай	0,2	0,19	95
30.	Кофейный напиток	2	3,2	160
31.	Кисло-сладкое	1,2	0,8	66,7
32.	Соль	4,2	4,2	100
33.	Лимонная кислота	0,3	0,15	50
34.	Аскорбиновая кислота	0,05	0,05	100

### ВЫПОЛНЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ НОРМ И НОРМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОТРЕБНОСТИ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

№ п/п	Наименование	Норма на 1 ребенка	Выполнение нормы	
			факт	%
1.	Белки в т.ч. суточная норма	74,87	75,01	100
2.	Жиры в т.ч. суточная норма	70,82	73,98	100
3.	Углеводы в т.ч. суточная норма	284,322	296,24	100
4.	Калорийность в т.ч. суточная норма	2100-2300	2158,76	100
5.	Стоимость, руб.	6,54	6,58	100,61

## НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ

Группа питания: 11-13 лет ШКОЛА

3-х разовое питание

### ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ

№ п/п	Наименование продукта	Норма на 1 ребенка в граммах	Выполнение нормы	
			факт, г	%
1.	Хлеб пшеничный	115	127	110,4
2.	Хлеб ржаной	100	100	100
3.	Мука пшеничная	20	19,9	99,5
4.	Крахмал картофельный	2	2	100
5.	Макаронные изделия	15	14,2	94,7
6.	Крупы	38	38,4	101,1
7.	Бобовые	7	7,2	102,9
8.	Картофель	250	231,9	92,8
9.	Овощи	300	271,4	90,5
10.	Томат-пюре	2	2	100
11.	Фрукты	200	197	98,5
12.	Сухофрукты	15	14,3	95,3
13.	Соя	200	186	93
14.	Масло	65	59,3	91,2
15.	Птица	22	20,6	93,6
16.	Колбасные изделия	15	15	100
17.	Субпродукты	8	8	100
18.	Молоко и молочные продукты	400	375,7	93,9
19.	Масло сливочное	27	29,4	108,9
20.	Творог	62	56,2	90,6
21.	Сметана	16	16,1	100,6
22.	Сыр	12	11,1	92,5
23.	Яйца	35	36,2	103,4
24.	Рыба	24	22,2	92,5
25.	Масло растительное	19	19,1	100,5
26.	Сахар	35	38,1	108,9
27.	Кондитерские изделия	12	12,8	106,7
28.	Дрожжи	1	0,4	40
29.	Чай	0,5	0,19	38
30.	Кофейный напиток	2	3,2	160
31.	Кисло-сладкое	1,2	0,8	66,7
32.	Соль	4,2	4,2	100
33.	Лимонная кислота	0,3	0,16	53,33
34.	Аскорбиновая кислота	0,05	0,05	100

### ВЫПОЛНЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ НОРМ И НОРМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОТРЕБНОСТИ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

№ п/п	Наименование	Норма на 1 ребенка	Выполнение нормы	
			факт	%
1.	Белки в т.ч. суточная норма	81,102	83,78	100
2.	Жиры в т.ч. суточная норма	81,102	83,78	100
3.	Углеводы в т.ч. суточная норма	311-378	320,72	100
4.	Калорийность в т.ч. суточная норма	2300-2700	2363,38	100
5.	Стоимость, руб.	7,09	7,22	101,83

## НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ

Группа питания: 14-17 ШКОЛА  
3-х разовое питание

### ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ

№ пп	Наименование продукта	Норма на 1 ребенка в граммах	Выполнение норм факт, г	Выполнение норм %
1.	Хлеб пшеничный	120	143.7	119.8
2.	Хлеб ржаной	100	100	100
3.	Мука пшеничная	20	20.1	100.5
4.	Крахмал картофельный	2	1	50
5.	Макаронные изделия	15	16	106.7
6.	Крупы	40	39.6	99
7.	Бобовые	7	8.4	120
8.	Картофель	260	244.8	94.2
9.	Овощи	315	287	91.1
10.	Томат-пюре	2	2	100
11.	Фрукты	200	197.1	98.6
12.	Сухофрукты	16	14.5	90.6
13.	Сези	200	186	93
14.	Мясо	75	69.8	93.1
15.	Птица	25	24	96
16.	Колбасные изделия	20	20	100
17.	Субпродукты	10	10	100
18.	Молоко и кисломолочные продукты	400	384.9	96.2
19.	Масло сливочное	28	30.6	109.3
20.	Творог	62	56.2	90.6
21.	Сметана	18	17.2	95.6
22.	Сыр	12	11.2	93.3
23.	Яйца	35	36.4	104
24.	Рыба	24	22.8	95
25.	Масло растительное	20	20.1	100.5
26.	Сахар	35	39.1	112.3
27.	Кондитерские изделия	12	12.8	106.7
28.	Дрожжи	1	0.4	40
29.	Чай	0.5	0.19	38
30.	Кофейный напиток	2	3.2	160
31.	Кисло-сладкое	1.2	0.8	66.7
32.	Соль	4.2	4.2	100
33.	Лимонная кислота	0.3	0.13	43.33
34.	Аскорбиновая кислота	0.07	0.07	100

### ВЫПОЛНЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ НОРМ И НОРМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОТРЕБНОСТИ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

№ пп	Наименование	Норма на 1 ребенка	Выполнение норм факт	Выполнение норм %
1.	Белки в т.ч. животного	84-113	90.03	100
2.	Жиры в т.ч. животного	84-113	86.58	100
3.	Углеводы в т.ч. животного	80-107	86.58	100
4.	Калорийность в т.ч. животного	336-420	336.72	100
5.	Стоимость, руб.	2400-3000	2495.82	100
		2400-3000	2495.82	100
		7.43	7.54	101.48