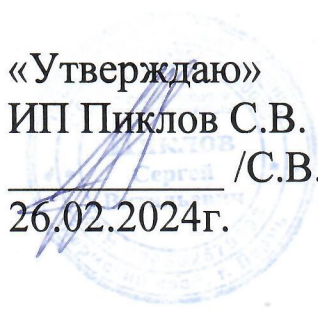


«Утверждаю»  
ИП Пиклов С.В.  
/С.В.Пиклов /  
26.02.2024г.



«Согласовано»  
МАОУ «СОШ №24»  
/И.Н.Котельникова/  
26.02.2024г.



**ОСНОВНОЕ МЕНЮ 12-18 ЛЕТ**  
**ИП Пиклов С.В.**  
**НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ГОДА ДИАБЕТ**  
**(г.Пермь)**

Общеобразовательные организации с продолжительностью  
нахождения ребенка в организации до 6 часов

Сборнике технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, 2013 год, единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2018год, 2021год. . Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания издание шестое переизданное часть 1, часть 2, Уфа 2023г ООО Фирма «Партнер»

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

## ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

День 1

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг															
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe											
<b>ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс</b>																									
	<b>ЗАВТРАК</b>																								
№106/201 3	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00						23,00	42,00	14,00							0,60	
№134/202 3	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР2023	100	18,57	5,81	6,14	151,19	0,08	0,14	1,49	47,2					40,92	135,51	17,66							1,06	
№202/201 8	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ05	200	13,88	8,94	62,13	384,54	0,41	0,20		32,0					22,81	286,62	190,61							6,41	
№457/201 8	.ЧАЙ Б/С	200													0,01										
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01							5,40	27,60	6,00							0,87	
	<b>ОБЕД</b>																								
№106/201 3	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)1	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00						14,00	26,00	20,00								0,90
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ05	250	2,06	7,22	9,19	109,90	0,02	0,03	25,28	10,5					43,34	28,82	12,29							0,49	
№375/201 8	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ01	280	40,15	17,37	41,41	482,52	0,20	0,25	5,18	53,7					87,91	352,77	74,26							3,14	
№495/201 8	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ Б/С	200	0,44	0,02	11,80	49,14		0,01	0,40						22,20	15,40	6,00							1,20	
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02							9,00	46,00	10,00							1,45	

Итого по подменю: 80,92 40,46 172,81 1379,03 0,88 0,74 67,35 143,4 268,59 960,72 350,82 16,12

Итого за день : 0,00 руб. 80,92 40,46 172,81 1379,03 0,88 0,74 67,35 143,4 268,59 960,72 350,82 16,12

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

СанПИН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	89,91	43,98	45,12	50,83
Обед (30 - 35 %)	89,91	43,98	45,12	50,83
Итого за день (50 - 60 %)	179,82	87,96	90,24	101,66

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,5:2,1



Директор /С.В. Пиклов/

Зав. произ. /Е.В. Пиклова/

Калькулятор /Т.К. Гудасева/

"Согласовано"

*Л.В. Коганчикова*

ИП Пиклов С.В.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

День 2

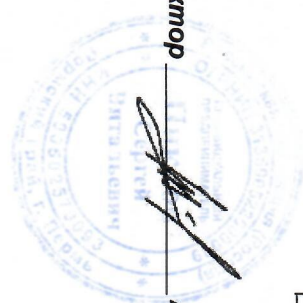
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
<b>ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс</b>																
<b>ЗАВТРАК</b>																
194/2023	.КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ Б/С 1	260	9,58	15,46	42,58	347,86	0,05	0,19	1,10	28,2	158,69	118,48	18,47	0,17		
№112/2013	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20		
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02		
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11		
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/С	200	0,06	0,01	10,16	40,96			28,80		3,19	1,58	0,87	0,07		
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ2	20	0,98	0,20	8,96	41,56	0,02	0,01			3,60	18,40	4,00	0,58		
<b>ОБЕД</b>																
№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)2	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60		
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	250	1,95	6,41	13,89	121,11	0,06	0,06	20,53	9,3	49,57	55,15	25,38	1,18		
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ01	100	9,32	19,14	9,89	249,07	0,03	0,02	3,56	8,8	11,78	36,99	9,36	1,61		
№242/2013	.КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ2	180	5,67	7,19	40,27	248,41	0,07	0,05		36,0	26,80	196,88	24,11	1,11		
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ Б/С	200	1,04	0,06	10,20	45,50	0,02	0,04	0,80		32,00	29,20	21,00	0,64		
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45		
<b>Итого по подменю:</b>			36,37	60,50	169,99	1369,98	0,36	0,50	69,90	153,9	483,03	627,68	143,69	9,74		

Итого за день: 0,00 руб. 36,37 60,50 169,99 1369,98 0,36 0,50 69,90 153,9 483,03 627,68 143,69 9,74

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	40,41	65,76	44,38	50,50
Обед (30 - 35 %)	40,41	65,76	44,38	50,50
Итого за день (50 - 60 %)	80,82	131,52	88,77	100,99

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,7:4,7



Директор

/С.В. Пиклова/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К. Гудасеева/

"Согласовано"



ИП Пиклов С.В.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

День 3

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
<b>ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс</b>																
	<b>ЗАВТРАК</b>															
№33/2023	.САЛАТ "ПЕСТРЫЙ"01	100	1,37	5,18	13,35	105,55	0,03	0,04	11,08				35,40	39,07	20,85	1,78
№87/2023	.ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ01	110	1,98	7,38	11,08	118,61	0,04	0,02	4,09				10,75	25,32	7,48	0,46
№385/202 1	.РИС ОТВАРНОЙ	180	5,36	8,23	38,93	251,26		0,01					17,62	5,85	0,92	0,14
№461/201 8	.ЧАЙ КАРКАДЕ Б/С	200		0,01	0,07	0,37			0,18				0,01		0,01	0,09
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01					5,40	27,60	6,00	0,87
	<b>ОБЕД</b>															
№106/201 3	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00				23,00	42,00	14,00	0,60
№144/201 3	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,22	4,66	23,47	160,72	0,27	0,10	19,17				51,65	127,80	46,90	2,35
№376/201 8	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 01	280	47,20	15,80	32,03	459,13	0,38	0,40	40,83				62,38	399,14	87,85	4,19
№486/201 8	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ Б/С	200	0,08	0,08	1,96	8,88	0,01		2,00				3,20	2,20	1,80	0,44
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01					7,20	36,80	8,00	1,16

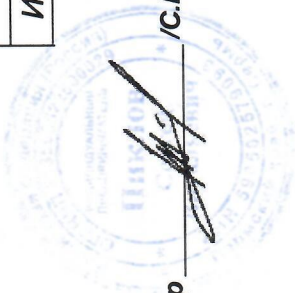
Итого по подменю: 66,44 42,14 154,75 1264,08 0,83 0,63 87,35 138,1 216,61 705,78 193,81 12,08

Итого за день: 0,00 руб. 66,44 42,14 154,75 1264,08 0,83 0,63 87,35 138,1 216,61 705,78 193,81 12,08

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	73,82	45,80	40,40	46,59
Обед (30 - 35 %)	73,82	45,80	40,40	46,59
Итого за день (50 - 60 %)	147,64	91,61	80,81	93,19

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,6:2,3



Директор /С.В. Пиклов/

*[Handwritten signature]*

Зав. произ. /Е.В. Пиклова/

*[Handwritten signature]*

Калькулятор /Т.К.Тудевеева/

ИПТ Пиклов С.В.

"Сотласоевано"

День 4

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe				

**ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс**

ЗАВТРАК														
№268/202	.ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ02	220	20,64	30,73	5,28	380,30	0,13	0,76	0,78	417,5	189,82	354,92	29,70	3,61
№105/201	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11
№457/201	.ЧАЙ Б/С	200									0,01			
№574/202	.ХЛЕБ РЖАНОЙ2	20	0,98	0,20	8,96	41,56	0,02	0,01			3,60	18,40	4,00	0,58
	ОБЕД													
№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,44	6,09	8,45	94,36					1,10	0,35	0,07	0,01
№100/202	.РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ3	250	2,54	7,15	17,70	145,27	0,11	0,08	18,01	10,1	25,71	77,04	27,09	1,00
№347/201	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"02	100	19,48	13,42	12,62	249,15	0,06	0,09	0,87	14,4	32,34	94,65	13,16	1,88
№211/202	.РИС С ОВОЩАМИ19	190	4,63	4,72	33,21	193,83	0,05	0,03		18,2	7,12	88,44	29,01	0,60
№496/201	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА Б/С	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	20,00	163,4	12,00		3,40	0,60
№574/202	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45

Итого по подменю:

56,96 74,12 118,42 1368,56 0,44 1,12 39,77 695,2 430,10 769,80 123,93 9,86





ИП Пиклов С.В.

День 5

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

"Согласовано"  
  
 [Signature]  
 Корсакина

**ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс**

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe				
<b>ЗАВТРАК</b>																		
№10/2018	.САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	0,75	6,22	5,87	82,48	0,02	0,02	20,00			32,00	21,08	12,28	1,28			
№110/202	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ01	100	9,32	19,14	9,89	249,07	0,03	0,02	3,56	8,8	11,78	36,99	9,36	1,61				
№243/201	.КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ200	200	8,90	8,21	47,98	301,41	0,24	0,09		40,0	52,80	215,55	49,10	3,69				
№459/201	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/С	200	0,06	0,01	10,16	40,96			28,80			3,19	1,58	0,87	0,07			
№574/202	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01				5,40	27,60	6,00	0,87			
<b>ОБЕД</b>																		
№107/201	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)2	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00			23,00	24,00	14,00	0,60			
№116/201	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ05	250	3,34	3,53	22,80	136,28	0,13	0,07	18,48			23,17	72,36	27,22	1,15			
№134/202	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР2023	100	18,57	5,81	6,14	151,19	0,08	0,14	1,49	47,2	40,92	135,51	17,66	1,06				
№202/201	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ03	180	12,50	8,04	55,91	346,08	0,37	0,18		28,8	20,53	257,96	171,55	5,77				
№495/201	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ Б/С	200	0,44	0,02	11,80	49,14		0,01	0,40			22,20	15,40	6,00	1,20			
№574/202	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02				9,00	46,00	10,00	1,45			

Итого по подменю:

58,60 51,88 208,09 1533,75 0,97 0,58 77,73 124,8 243,99 854,03 324,04 18,75

Итого за день: 0,00 руб. 58,60 51,88 208,09 1533,75 0,97 0,58 77,73 124,8 243,99 854,03 324,04 18,75

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	65,11	56,39	54,33	56,53
Обед (30 - 35 %)	65,11	56,39	54,33	56,53
Итого за день (50 - 60 %)	130,22	112,78	108,66	113,07

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:3,6



Директор

/С.В. Пиклов/

Зав. проуз.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К. Тудасова/

## ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

**День 6**

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe			
<b>ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс</b>																	
	ЗАВТРАК																
№106/201 3	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00			23,00	42,00	14,00	0,60		
№347/201 8	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"02	100	19,48	13,42	12,62	249,15	0,06	0,09	0,87	14,4		32,34	94,65	13,16	1,88		
№385/202 1	.РИС ОТВАРНОЙ10	190	5,90	9,05	42,82	276,39		0,01		39,6		19,78	6,52	1,04	0,16		
№457/201 8	.ЧАЙ Б/С	200										0,01					
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01				5,40	27,60	6,00	0,87		
	ОБЕД																
№106/201 3	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00			23,00	42,00	14,00	0,60		
№144/201 3	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,22	4,66	23,47	160,72	0,27	0,10	19,17	21,6		51,65	127,80	46,90	2,35		
371/2018	.КНЕПЛИ ИЗ ФИЛЕ КУРО2	100	24,03	4,95	5,35	161,96	0,09	0,16	1,88	50,4		27,08	167,39	23,02	1,29		
№242/201 3	.КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ2	180	5,67	7,19	40,27	248,41	0,07	0,05		36,0		26,80	196,88	24,11	1,11		
№494/201 8	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ Б/С	200	1,04	0,06	10,20	45,50	0,02	0,04	0,80			32,00	29,20	21,00	0,64		
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02				9,00	46,00	10,00	1,45		

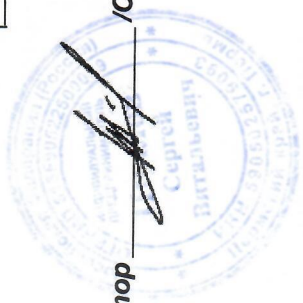
Итого по подменю:

67,86 40,33 175,57 1336,57 0,65 0,56 42,72 162,0 250,06 780,04 173,23 10,95

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	75,40	43,84	45,84	49,27
Обед (30 - 35 %)	75,40	43,84	45,84	49,27
Итого за день (50 - 60 %)	150,80	87,67	91,68	98,53

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:2,6



Директор

/С.В. Пиклов/

*[Signature]*

Зав. произ. /Е.В. Пиклова/

Калькулятор

*[Signature]*

/Л.К.Тудвасова/

ИП Пиклов С.В.

"Согласовано"

День 7

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс

N рел.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг															
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe															
ЗАВТРАК																													
№226/201	.КАША"ДРУЖБА"С МАСЛОМ Б/С	250	7,06	8,64	22,36	195,50	0,12	0,21	1,15	25,2	168,76	182,52	39,67	0,70															
8	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20															
№112/201	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/С	200	0,06	0,01	10,16	40,96			28,80		3,19	1,58	0,87	0,07															
№459/201	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02															
№105/201	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11															
100/2013	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87															
№574/202	ОБЕД																												
№33/2023	.САЛАТ "ПЕСТРЫЙ"01	100	1,37	5,18	13,35	105,55	0,03	0,04	11,08		35,40	39,07	20,85	1,78															
104/2018	.ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ05	250	2,06	7,22	9,19	109,90	0,02	0,03	25,28	10,5	43,34	28,82	12,29	0,49															
№375/201	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ01	280	40,15	17,37	41,41	482,52	0,20	0,25	5,18	53,7	87,91	352,77	74,26	3,14															
8	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА Б/С	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	20,00	163,4	12,00		3,40	0,60															
№496/201	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45															
№574/202																													

Итого по подменю:

59,82 50,93 151,91 1305,26 0,50 0,71 101,60 324,3 530,40 779,36 183,84 11,43

Итого за день : 0,00 руб. 59,82 50,93 151,91 1305,26 0,50 0,71 101,60 324,3 530,40 779,36 183,84 11,43

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	66,47	55,36	39,66	48,11
Обед (30 - 35 %)	66,47	55,36	39,66	48,11
Итого за день (50 - 60 %)	132,93	110,72	79,33	96,22

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:2,5



Директор

/С.В. Пиклов/

Зав. проуз.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К. Тудасова/

ИП Пликов С.В.

"Согласовано"



ДЕНЬ 8 ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг																
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe															
<b>ЗАВТРАК</b>																													
№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,44	6,09	8,45	94,36											1,10	0,35	0,07	0,01									
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ01	280	40,15	17,37	41,41	482,52	0,20	0,25	5,18	53,7	87,91	352,77	74,26	3,14															
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ Б/С	200		0,01	0,07	0,37			0,18		2,9	0,01					0,01		0,01	0,09									
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01				5,40	27,60	6,00			0,87												
	ОБЕД																												
№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)2	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00			23,00	24,00	14,00			0,60												
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	250	1,95	6,41	13,89	121,11	0,06	0,06	20,53		9,3	49,57	55,15	25,38			1,18												
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ01	100	9,32	19,14	9,89	249,07	0,03	0,02	3,56		8,8	11,78	36,99	9,36			1,61												
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ01	180	13,19	8,49	59,02	365,31	0,39	0,19			30,4	21,67	272,29	181,08			6,09												
№495/2018	.КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ Б/С	200	0,44	0,02	11,80	49,14		0,01	0,40			22,20	15,40	6,00			1,20												
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02				9,00	46,00	10,00			1,45												

Итого по подменю: 71,21 58,43 182,07 1539,02 0,78 0,58 34,85 105,3 231,64 830,55 326,16 16,24



Итого за день: 0,00 руб. 71,21 58,43 182,07 1539,02 0,78 0,58 34,85 105,3 231,64 830,55 326,16 16,24

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	79,12	63,51	47,54	56,73
Обед (30 - 35 %)	79,12	63,51	47,54	56,73
Итого за день (50 - 60 %)	158,24	127,02	95,08	113,46

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:2,6



Директор

  
/С.В. Пиков/

Зав. проуз.



/Е.В. Пиклова/

Калькулятор



/Т.К. Гудасева/

ИП Пиклов С.В.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

День 9

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
<b>ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс</b>																
	ЗАВТРАК															
№284/201 8	.ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ Б/С	200	37,22	9,12	21,09	315,35	0,10	0,46	0,32	69,1	204,48	346,89	53,24	1,15		
№112/201 3	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20		
№457/201 8	.ЧАЙ Б/С	200									0,01					
№105/201 3	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02		
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87		
	ОБЕД															
№106/201 3	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00		23,00	42,00	14,00	0,60		
№116/201 8	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ05	250	3,34	3,53	22,80	136,28	0,13	0,07	18,48		23,17	72,36	27,22	1,15		
№134/202 3	.ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР2023	100	18,57	5,81	6,14	151,19	0,08	0,14	1,49	47,2	40,92	135,51	17,66	1,06		
№377/202 1	.ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ02	200	5,15	9,62	33,14	239,76	0,25	0,20	39,20	43,8	70,89	150,94	50,32	1,83		
№486/201 8	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ Б/С	200	0,08	0,08	1,96	8,88	0,01		2,00		3,20	2,20	1,80	0,44		
№574/202 1	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45		

Итого по подменю: 69,58 36,71 133,41 1142,41 0,71 0,97 81,49 200,2 398,47 837,50 189,24 10,77

Итого за день: 0,00 руб. 69,58 36,71 133,41 1142,41 0,71 0,97 81,49 200,2 398,47 837,50 189,24 10,77

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	77,31	39,90	34,83	42,11
Обед (30 - 35 %)	77,31	39,90	34,83	42,11
Итого за день (50 - 60 %)	154,62	79,80	69,67	84,22

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,5:1,9



Директор /С.В. Пиклов/

*[Handwritten signature]*

Зав. произ. /Е.В. Пиклова/

*[Handwritten signature]*

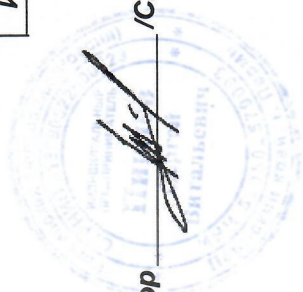
Калькулятор /Т.К. Тудевасова/



Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	72,27	49,63	45,76	50,58
Обед (30 - 35 %)	72,27	49,63	45,76	50,58
Итого за день (50 - 60 %)	144,53	99,26	91,52	101,16

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,7:2,7



Директор /С.В. Пиклов/

*[Handwritten signature]*

Зав. произ. /Е.В. Пиклова/

*[Handwritten signature]*

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

П.К.Тудвасова/