Меню обедов для обучающихся 5-11 классов (сезон зима весна)

Накопительная сырьевая ведомость

№ рец	Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	Субпродукты	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное	Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи	Соль йодированная	Специи
День 1 (понедельник)																																
56	Салат овощной с яблоком	100							60	33																						
106	Суп картофельный с рыбными	250						80	18							50							2	5								
	фрикадельками																															
213	Омлет жаренный с картофелем	200						122,2									33,3					11	11	90							0,5	
389	Сок фруктовый, ягодный	200										200																			0,5	
Пром	Хлеб пшеничный	60		60																												
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	40																													
	Итого сырья на одного человека	850	40	60	0	0	0	202,2	78	33	0	200	0	0,00	0	50	33,3	0	0	0	0	11	13	95	0	0	0	0	0	0	1,5	
День 2 (вторник)																																
59	Салат из моркови с яблоками	100							75	25																						
124\109	Суп молочный с клецками 200\50	250			15,33			0	0								180					2	0	4,4	1						
223	Запеканка из творога с йогуртом (150/50)	200		4,8		7,2												50	138		4,8	4,8		4,8	2					0,5	
ттк	Чай с сахаром	200																							9,6		0			0,5	
Пром	Хлеб пшеничный	60		60																												
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	40																						10	2						
338	Плоды свежие бананы	110								110																						
	Итого сырья на одного человека	960	40	64,8	15,33	7,2	0	0	75	135	0	0	0	0,00	0	0	180	50	138	0	4,8	6,8	0	9,2	22,6	0	2	0	0	0	1	
День 3 (среда)																																
51	Салат из свеклы с курагой	100							75		20																					
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255						30	85														6									
284\кр	Запеканка картофельная с мясом 160\40	200			2,2			130,28	13			90,28									5	0	5								0,5	
ТТК	Компот из свежих плодов	200								40											3,3	15	2,2								0,5	
Пром	Хлеб пшеничный	60		60																					10							
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	40																													
	Итого сырья на одного человека	855	40	60	2,2	0	0	160,28	173	40	20	0	90,28	0	0	0	0	0	0	0	8,3	15	13,2	0	10	0	0	0	0	0	1	0
День 4 (четверг)																																
46	Салат бело коч капустный с яблоками	100							66	25																						
95	Рассольник домашний	250						75	55														5		5							
255	Печень по строгановски (80/50)	130			3,75								144,00	0	0	0					12,5		5								0,5	
																							9,6								0,5	

ТТК	Каша вязкая (пшеничная)	180				41,4																															
ТТК	Кофейный напиток	200																						7,2										0,5			
Пром	Хлеб пшеничный	60		60														100									10				3					
Пром	Хлеб ржаной пшеничный	40	40																																		
	Итого сырья на одного человека	960	40	60	3,75	41,4	0	75	121	25	0	0	0	144,00	0	0	100	0	0	0	12,5	7,2	19,6	0	15	0	0	0	3	0	1,5	0					
	День 5 (пятница)																																				
59	Салат из моркови с яблоками	100							75	25																											
82	**Борщ с капустой и картофелем с сметаной**	255						20	90												5		5		1												
278\328	Тефтели с соусом 1 вар (70/50)	120		10,66	5,33				26,66				50,66				41					5,5	4									0,5				
204	**Макаронные изделия отварные с сыром 160\40\5**	205					56														40	5										0,5				
382	Какао с молоком	200																														0,5				
Пром	**Хлеб пшеничный**	40		40													100								10			3							
Пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40																																		
	Итого сырья на одного человека	960	40	50,66	5,33	0	56	20	191,66	25	0	0	50,66	0	0	0	141	0	0	40	5	10,5	9	0	11	0	0	3	0	0	1,5					
	Суббота																																				
118	**Суп с клецками**	250			15				20								28,98					4,6		5,28												
227	Рыба припущенная 100\10	110							8								125					10										0,5				
ТТК	**Каша вязкая (пшенная)**	180				42																7,5										0,5				
389	Сок фруктовый, ягодный яблочный	200										200																				0,5				
Пром	Хлеб пшеничный	60		60																																	
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	40																																		
Пром	Кисло молочный продукт (кефир)2,5%	200																200																		
338	**Плоды свежие яблоко**	110								110																											
	Итого сырья на одного человека	1150	40	60	15	42	0	0	28	110	0	200	0	0,00	0	125	28,98	200	0	0	0	22,1	0	5,28	0	0	0	0	0	0	1,5					
	День 6 (понедельник)																																				
46	**Салат бело коч капустный с яблоками**	100							66	25																											
123	**Суп молочный с овощами**	250						62,5	25														5		5												
280\328	Фрикадельки в соусе (80/20)	100		11,64	7,3				5,80				55,27				220					2,5	0									0,5				
ТТК	**Каша вязкая (гречневая)**	180				37,5								0			41					5	5									0,5				
ТТК	**Компот из смеси сухофруктов**	180									45											5										0,5				
Пром	Хлеб пшеничный	60		60																					9										
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	40																																		

	Итого сырья на одного человека	910	40	71,64	7,3	37,5	0	62,5	96,8	25	45	0	55,27	0,00	0	0	261	0	0	0	0	12,5	10	0	14	0	0	0	0	0	1,5	
День 7 (вторник)																																	
52	**Салат из свеклы отварной**	**100**							95																								
81	Борщ	**250**																					6										
289	Рагу из птицы 125\60	**185**			1,2			85,71	97,5 35,35																								
389	Сок яблочный	200														86,4							5								0,5	
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	**40**	40									200											4,8								0,5	
Пром	Хлеб пшеничный	**60**		60																													
Пром	Кондитерское изделие печенье	**30**																															
Пром	Кисло молочный продукт (ряженка)2,5%	200																200								30							
	Итого сырья на одного человека	1065	40	60	1,2	0	0	85,71	227,85	0	0	200	0	0	86,4	0	0	200	0	0	0	0	15,8	0	0	30	0	0	0	0	1	0
День 8 (среда)																																	
56	**Салат овощной**	**100**							58,33	46,66																							
124\109	Суп молочный с клецками 200\50	**250**			15,33			0	0																								
299\329	Суфле из кур	150			5,85												210					2	0	5	3,3 2							
ТТК	Каша вязкая(ячневая)	**180**				42									104		24,38					15		17,3						0,5		
378	Чай с молоком	200																				7,5									0,5		
Пром	Хлеб пшеничный	**60**		60													51														0,5		
Пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	**40**	**40**																						10		2						
	Итого сырья на одного человека	980	40	60	21,18	42	0	0	58,33	46,66	0	0	0	0,00	104	0	285,38	0	0	0	0	24,5	0	22,3	15,3	0	2	0	0	0	1,5		
День 9 (четверг)																																	
50	**Салат из свеклы с сыром**	**100**							81																								
111	**Суп с макаронными изделиями**	**250**					20		21,5										15														
227	Рыба припущенная 80\10	110							8							105						10	5								0,5		
ТТК	**Каша вязкая (пшенная)**	**180**				42																									0,5		
389	Сок фруктовый, ягодный яблочный	200										200										7,5									0,5		
Пром	Хлеб пшеничный	**60**		60																													
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	40																														
	Итого сырья на одного человека	940	40	60	0	42	20	0	110,5	0	0	200	0	0,00	0	105	0	0	0	15	0	17,5	5	0	0	0	0	0	0	0	1,5		
День 10 (пятница)																																	
46	Салат из капуст с ябл	100							60	31																							
104	**Суп картофельный с мясными фрикадельками 200\50**	**250**						80	18				48										5		5								
224	**Запеканка из творога с морковью и йогурт 150\50**	**200**		6		9			27								27	50	81		5,2		3 6	2,4 6	18,2			0			0,5 0,5		

ТТК	Кофейный напиток	200																100								10				3					
Пром	Хлеб пшеничный	60		60																															
Пром	Хлеб ржано - пшеничный	40	40																																
338	Плоды свежие банана	100								100																									
	Итого сырья на одного человека	950	40	66	0	9	0	80	105	131	0	0	48	0	0	0	127	50	81	0	5,2	0	14	8,4	33,2	0	0	0	3	0	1	0			
	Суббота																																		
51	**Салат из свеклы с курагой**	100							75		20																								
118	**Суп с клецками**	250			15				20														6												
284\кр	**Запеканка картофельная с мясом 160\40**	200			0,07			130,28	13				90,28				28,98					4,6		6										
382	Какао с молоком	200																			3,3	15	4,5								0,5			
Пром	Хлеб пшеничный	60		60													100								10				3		0,5			
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	40																																
338	**Плоды свежие яблоко**	100								100																									
Пром	Кондитерское изделие печенье	30																																	
Пром	Кисло молочный продукт (кефир)2,5%	200		-														200										30							
	Итого сырья на одного человека	1180	40	60	15,07	0	0	130,28	108	100	20	0	90,28	0,00	0	0	128,98	200	0	0	3,3	19,6	10,5	6	10	30	0	3	0	0	1				

№ рец.	Выполнение норм сырья по СанПиН	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшеничн	Мука пшеничн	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки натуральные	Мясо	субпрод	Птица	Рыба	Молоко	Кисломолочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло растительное	Яйцо	Сахар	Кондитерские изделия	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Дрожжи	Соль йодированная	Специи
	ИТОГО (фактически выдано в качестве обедов продуктов в нетто на одного человека, г)		480	733,1	86,36	221,1	76	815,97	1373,14	670,66	85	800	334,49	144	190,4	280	1285,64	700	219	55	39,1	146,7	79	146,18	131,1	60	4	6	6	0	15,5	
	ИТОГО (норм. за 10 дней на одного человека по СанПин)		432-504	720-840	72-84	180-210	72-84	672-785	1152-1344	666-777	72-84	720-840	280-327	144-168	190-222	277-323	1260-1470	648-756	216-252	54-63	36-42	126-147	64-75	144-168	126-147	54-63	7,2-8,4	4,5-6	7--8	0,9--1	15--17	
	Отклонение (+/- 5 %)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

Наименование продуктов	Итого за сутки, нетто от 12	Завтрак 25 %	на 1 день	Обед 35 %	по СанПиН	на 10 дней	Обед 35 %
Хлеб ржаной	120,00		36,00	42,00		432,00	504,00
Хлеб пшеничный	200,00		60,00	70,00		720,00	840,00
Мука пшеничная	20,00		6,00	7,00		72,00	84,00
Крупы, бобовые	50,00		15,00	17,50		180,00	210,00
Макаронные изделия	20,00		6,00	7,00		72,00	84,00
Картофель	187,00		56,10	65,45		673,20	785,40

	Овощи свежие, зелень	320,00			96,00	112,00		1152,00	1344,00
	Фрукты (плоды) свежие	185,00			55,50	64,75		666,00	777,00
	Сухофрукты, в т.ч. шиповник	20,00			6,00	7,00		72,00	84,00
	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. напитные	200,00			60,00	70,00		720,00	840,00
	Мясо жилованное 1-й категории	78,00			23,40	27,30		280,80	327,60
	Субпродукты	40,00			12,00	14,00		144,00	168,00
	Цыплята 1 категории потрошеные (куры 1 кат.)	53,00			15,90	18,55		190,80	222,60
	Рыба-филе	77,00			23,10	26,95		277,20	323,40
	Молоко (2,5 %, 3,5 %)	350,00			105,00	122,50		1260,00	1470,00
	Кисломолочная пищевая продукция	180,00			54,00	63,00		648,00	756,00
	Творог (м.д. жира не более 9 %)	60,00			18,00	21,00		216,00	252,00
	Сыр	15,00			4,50	5,25		54,00	63,00
	Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10,00			3,00	3,50		36,00	42,00
	Масло сливочное	35,00			10,50	12,25		126,00	147,00
	Масло растительное	18,00			5,40	6,30		64,80	75,60
	Яйцо, 1 шт	40,00			12,00	14,00		144,00	168,00
	Сахар <***>	35,00			10,50	12,25		126,00	147,00
	Кондитерские изделия	15,00			4,50	5,25		54,00	63,00
	Чай	2,00			0,60	0,70		7,20	8,40
	Какао-порошок	1,20			0,36	0,42		4,32	5,04
	Кофейный напиток (по МР)	2,00			0,60	0,70		7,20	8,40
	Дрожжи хлебопекарные	0,30			0,09	0,11		1,08	1,26
	Соль пищевая поваренная йодированная	5,00			1,50	1,75		18,00	21,00
	Специи (по МР)	2,00			0,60	0,70		7,20	8,40
					0,00	0,00		0,00	0,00