

Утверждаю:
Директор муниципального
казенного общеобразовательного
учреждения Половининская СОШ
« 5 2024 г
М.Н.Бусова



Вариант2

Основное (организованное) меню
для организации питания в общеобразовательных учреждениях
обучающихся с 1 по 4 классы
и с 5 по 11 классы (зима- весна)

п.Половинка

2024год

зима- весна 2024г

2 день

№ рецептур	Наименование блюд	1-4класс				Пищевые вещества				Витамины			5-11класс				Пищевые вещества				Витамины						
		выход	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	выход	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С
261	каша боярская	200	9,2	28,16	39,82	449,6	166	1,68	0,16	1,56	250	11,5	35,2	49,78	562	207,5	2,1	0,2	1,95								
501	кофе злаковый с молоком	200	0,8	1,6	17,35	89,3	171,1	0,11	0,22	3,88	200	0,8	1,6	17,35	89,3	171,1	0,11	0,22	3,88								
108	хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,1	94	9,2	0,67	0	0	40	3,2	0,4	19,1	94	9,2	0,67	0	0								
100	сыр	20	5,2	5,2	0	68,6	91,5	122	0	0,2	20	5,2	5,2	0	68,6	91,5	122	0	0,2								
112	яблоки (1шт)	150	0,6	0,45	15,45	70,5	28,5	3,45	0,03	7	150	0,6	0,45	15,45	70,5	28,5	3,45	0,03	7								
	итого за прием пищи	610	19	35,81	91,72	772	466,3	127,9	0,41	12,64	660	21,3	42,85	101,7	884,4	507,8	128,3	0,45	13,03								
	Обед																										
76	Винегрет овощной	70	1,8	5	3,15	86,7	22,2	0,95	0,04	2,6	100	2,571	7,143	4,5	123,9	31,71	1,357	0,057	3,714								
135	солянка домашняя со сметаной	210	2,16	6,16	18,6	149	34	1,3	0,13	3,6	260	2,7	7,7	23,25	186,3	42,5	1,625	0,163	4,5								
370	плов из свинины	250	18,9	18,6	49,2	440	23	2,8	0,07	0,4	250	18,9	18,6	49,2	440	23	2,8	0,07	0,4								
508	компот из сухофруктов	200	0,5	0	27	110	48	0,5	0	0,5	200	0,5	0	27	110	48	0,5	0	0,5								
108	хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,1	94	9,2	0,67	0	0	40	3,2	0,4	19,1	94	9,2	0,67	0	0								
110	хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,33	10,5	54,3	11	1,2	0,1	0	40	2,6	0,44	14	72,4	14,67	1,6	0,133	0								
	итого за прием пищи	800	28,51	30,49	127,6	934	147,4	7,42	0,34	7,1	890	30,47	34,28	137,1	1027	169,1	8,552	0,423	9,114								
	Итого за день	1410	47,51	66,3	219,3	1706	613,7	135,3	0,75	19,74	1550	51,77	77,13	238,7	1911	676,9	136,9	0,873	22,14								


средние показатели пищевой и энергетической ценности за 10 дней

1-4 класс	пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины			5-11 класс			пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины																		
	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	завтраки	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	обеды	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	средние показатели										
завтраки	22,78	19,55	116,6	759,95	320,4	2,3	0,19	1,375	1	24,596	21,066	121,7	801,2	351,4	2,46	24,596	21,066	121,7	801,2	351,4	2,46	0,202	1,39		30,62	24,97	96,7	737,2	257,1	6,42	0,561	25,42	1	34,74	31,03	109,63	861,55	329,12	7,77	0,6833	30,245		
1	19	35,81	91,72	772	466,3	127,91	0,41	12,64	2	21,3	42,85	101,68	884,4	507,8	128,33	30,471	34,283	137,05	1026,5	169,08	8,5521	0,423	9,1143		28,51	30,49	127,55	934	147,4	7,42	0,34	7,1	2	30,471	34,283	137,05	1026,5	169,08	8,5521	0,423	9,1143		
2	14,64	19,46	94,86	575,74	301,1	4,75	0,06	15,46	3	15,875	20,975	99,515	612,88	337,65	4,875	32,865	33,2	112,65	880,76	346,62	7,695	0,5083	23,19		30,11	29,13	97,87	773,95	298,7	6,73	0,41	17,69	3	32,865	33,2	112,65	880,76	346,62	7,695	0,5083	23,19		
3	13,35	18,15	88,73	587,17	385,5	5,15	0,43	125,18	4	15,225	20,025	97,73	647,94	419,5	5,6175	32,32	33,67	148,6	1058,5	259,22	6,5079	0,4155	20,557		27,91	28,23	135,05	931,75	235,38	5,26	0,34	16,8	4	32,32	33,67	148,6	1058,5	259,22	6,5079	0,4155	20,557		
4	13,05	18,05	92,78	586,8	251,1	7,67	0,27	12,6	5	14,9	19,925	102,03	647,55	285,1	7,795	29,73	31,83	110,17	868,75	196,12	8,845	0,5183	23,82		27,69	14,37	91,06	728,4	103,8	5,57	0,446	42	5	29,73	31,83	110,17	868,75	196,12	8,845	0,5183	23,82		
5	25,77	19,38	101,07	648,3	378,93	1,843	0,1	0,53	6	25,77	19,38	101,07	648,3	378,93	1,843	35,29	31,83	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		31,79	26,91	97,05	757,8	163,6	7,64	0,427	19,45	6	35,29	31,83	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		
6	21,36	21,08	111,05	726,9	512,5	5,62	0,41	25,44	7	23,65	24,3	119,2	797,65	546,45	6,48	22,36	31,8	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		20,294	26,34	107,08	758,29	284,7	5,94	0,39	46,68	7	22,36	31,8	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		
7	14,75	18,56	79,37	591,7	349,52	9,96	0,13	12,02	8	16,175	19,875	84,115	628,2	390,62	10,05	39,635	42,325	128,15	1062	145,33	12,67	0,5383	37,55		35,49	37,09	112,35	935,01	126,43	10,96	0,426	29,87	8	39,635	42,325	128,15	1062	145,33	12,67	0,5383	37,55		
8	22,71	32,12	34,84	549,1	188,4	4,7	0,186	19,25	9	22,71	32,12	34,84	549,1	188,4	4,7	39,757	41,676	124,64	1085	163,75	9,295	0,5583	31,693		36,65	36,63	116	992,19	146,33	8,27	0,5	27,9	9	39,757	41,676	124,64	1085	163,75	9,295	0,5583	31,693		
9	19,03	27,8	59,18	559,2	235,67	9,54	0,26	12,05	10	22,375	32,113	60,03	613,05	265,81	10,133	27,155	41,315	81,025	807,25	224,92	7,82	0,7243	39,855		24,63	37,64	72,75	730,26	200,6	6,86	0,636	35,5	10	27,155	41,315	81,025	807,25	224,92	7,82	0,7243	39,855		
10	18,644	22,996	87,02	635,69	338,94	17,944	0,2446	23,655	средние показатели	20,258	25,263	92,191	683,03	367,17	18,228	32,432	33,673	117,34	931,62	228,08	8,231	0,5347	30,797		средние показатели	29,369	29,18	105,35	827,89	196,4	7,107	0,4476	26,841	средние показатели	32,432	33,673	117,34	931,62	228,08	8,231	0,5347	30,797	
средние показатели																																											
1-4 класс	пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины			пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины																					
обеды	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	обеды	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	обеды	Б	Ж	У	эн/ц	Са	Fe	В1	С	средние показатели										
1	30,62	24,97	96,7	737,2	257,1	6,42	0,561	25,42	1	34,74	31,03	109,63	861,55	329,12	7,77	34,74	31,03	109,63	861,55	329,12	7,77	0,6833	30,245		30,62	24,97	96,7	737,2	257,1	6,42	0,561	25,42	1	34,74	31,03	109,63	861,55	329,12	7,77	0,6833	30,245		
2	28,51	30,49	127,55	934	147,4	7,42	0,34	7,1	2	30,471	34,283	137,05	1026,5	169,08	8,5521	30,471	34,283	137,05	1026,5	169,08	8,5521	0,423	9,1143		28,51	30,49	127,55	934	147,4	7,42	0,34	7,1	2	30,471	34,283	137,05	1026,5	169,08	8,5521	0,423	9,1143		
3	30,11	29,13	97,87	773,95	298,7	6,73	0,41	17,69	3	32,865	33,2	112,65	880,76	346,62	7,695	32,865	33,2	112,65	880,76	346,62	7,695	0,5083	23,19		30,11	29,13	97,87	773,95	298,7	6,73	0,41	17,69	3	32,865	33,2	112,65	880,76	346,62	7,695	0,5083	23,19		
4	27,91	28,23	135,05	931,75	235,38	5,26	0,34	16,8	4	32,32	33,67	148,6	1058,5	259,22	6,5079	32,32	33,67	148,6	1058,5	259,22	6,5079	0,4155	20,557		27,91	28,23	135,05	931,75	235,38	5,26	0,34	16,8	4	32,32	33,67	148,6	1058,5	259,22	6,5079	0,4155	20,557		
5	27,69	14,37	91,06	728,4	103,8	5,57	0,446	42	5	29,73	31,83	110,17	868,75	196,12	8,845	29,73	31,83	110,17	868,75	196,12	8,845	0,5183	23,82		27,69	14,37	91,06	728,4	103,8	5,57	0,446	42	5	29,73	31,83	110,17	868,75	196,12	8,845	0,5183	23,82		
6	31,79	26,91	97,05	757,8	163,6	7,64	0,427	19,45	6	35,29	31,83	123,15	884,11	336,17	6,995	35,29	31,83	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		31,79	26,91	97,05	757,8	163,6	7,64	0,427	19,45	6	35,29	31,83	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		
7	20,294	26,34	107,08	758,29	284,7	5,94	0,39	46,68	7	22,36	31,8	123,15	884,11	336,17	6,995	22,36	31,8	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		20,294	26,34	107,08	758,29	284,7	5,94	0,39	46,68	7	22,36	31,8	123,15	884,11	336,17	6,995	0,4783	48,3		
8	35,49	37,09	112,35	935,01	126,43	10,96	0,426	29,87	8	39,635	42,325	128,15	1062	145,33	12,67	39,635	42,325	128,15	1062	145,33	12,67	0,5383	37,55		35,49	37,09	112,35	935,01	126,43	10,96	0,426	29,87	8	39,635	42,325	128,15	1062	145,33	12,67	0,5383	37,55		
9	36,65	36,63	116	992,19	146,33	8,27	0,5	27,9	9	39,757	41,676	124,64	1085	163,75	9,295	39,757	41,676	124,64	1085	163,75	9,295	0,5583	31,693		36,65	36,63	116	992,19	146,33	8,27	0,5	27,9	9	39,757	41,676	124,64	1085	163,75	9,295	0,5583	31,693		
10	24,63	37,64	72,75	730,26	200,6	6,86	0,636	35,5	10	27,155	41,315	81,025	807,25	224,92	7,82	27,155	41,315	81,025	807,25	224,92	7,82	0,7243	39,855		24,63	37,64	72,75	730,26	200,6	6,86	0,636	35,5	10	27,155	41,315	81,025	807,25	224,92	7,82	0,7243	39,855		
средние показатели	29,369	29,18	105,35	827,89	196,4	7,107	0,4476	26,841	средние показатели	32,432	33,673	117,34	931,62	228,08	8,231	32,432	33,673	117,34	931,62	228,08	8,231	0,5347	30,797		средние показатели	29,369	29,18	105,35	827,89	196,4	7,107	0,4476	26,841	средние показатели	32,432	33,673	117,34	931,62	228,08	8,231	0,5347	30,797	

Составил:

Заведующий столовой

" 14" февраля 2024г

 Е. Н. Рудей