



"Утверждаю"  
Директор МАОУ СОШ №24  
Т.М. Заостровных

**МЕНЮ**  
**Сентябрь 2024 г - Декабрь 2024 г**

Рацион: Начальная школа

Начальная коррекционная школа

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в г.ч.	всего	в г.ч.				
1 день										
Завтрак										
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	279,8	25,64	
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17	1,32	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	18,30	
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	13,05	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>18,47</b>	<b>8,09</b>	<b>26,64</b>	<b>1,39</b>	<b>72,36</b>	<b>632</b>		
									<b>62,74</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>18,47</b>	<b>8,09</b>	<b>26,64</b>	<b>1,39</b>	<b>72,36</b>	<b>632</b>	<b>62,74</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
Отклонение			-0,78	8,09	6,89	1,39	-11,39	44,5		
Содержание, % от калорийности			13		41		47			

2 день

Завтрак

20/5	Суфле творожное школьное на раст	200	28,94	29,27	19,65	6,18	27,19	403	65,23	
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,7	0	11,1	63,48	6,06	
27/10	Чай с шиповником	200	0,53	0	0,19	0,19	11,95	46,74	4,72	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	19,57	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>42,76</b>	<b>38,6</b>	<b>30,05</b>	<b>6,9</b>	<b>78,3</b>	<b>748,2</b>		
									<b>100,01</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>42,76</b>	<b>38,6</b>	<b>30,05</b>	<b>6,9</b>	<b>78,3</b>	<b>748,2</b>	<b>100,01</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		

Отклонение	23,51	38,6	10,3	6,9	-5,45	160,7
Содержание, % от калорийности	24		37		39	

3 день  
Завтрак

9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	5,19	2,17	6,34	0,43	40,44	238,5		
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	2,84	3,72	0	13,14	96,54		14,64
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	18,30	

<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>13,1</b>	<b>5,17</b>	<b>25,09</b>	<b>0,97</b>	<b>81,88</b>	<b>597</b>			<b>50,67</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>	<b>13,1</b>	<b>5,17</b>	<b>25,09</b>	<b>0,97</b>	<b>81,88</b>	<b>597</b>			<b>50,67</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)	19,25	0	19,75	0	83,75	587,5				
Отклонение	-6,15	5,17	5,34	0,97	-1,87	9,52				
Содержание, % от калорийности	9		39		52					

4 день  
Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой школьный на раст	150	14,57	15,5	16,8	3,75	2,5	219,1		
-	Огурец свежий	60	0,47	0	0,06	0,06	2,06	9,367	7,80	
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17	1,32	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58	4,40	
-	Масло сливочное	15	0,12	0,12	10,88	0	0,2	99,1	13,72	

<b>Итого за 'Завтрак'</b>	<b>19,42</b>	<b>15,62</b>	<b>28,32</b>	<b>4,39</b>	<b>52,36</b>	<b>533,1</b>			<b>70,67</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>	<b>19,42</b>	<b>15,62</b>	<b>28,32</b>	<b>4,39</b>	<b>52,36</b>	<b>533,1</b>			<b>70,67</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)	19,25	0	19,75	0	83,75	587,5				
Отклонение	0,17	15,62	8,57	4,39	-31,39	-54,4				
Содержание, % от калорийности	15		49		36					

5 день  
Завтрак

17/4	Каша "Дружба 2" (греча, пшено)	200	5,78	3	6,82	0,86	25,26	181,6		
27/10	Чай с шиповником	200	0,53	0	0,19	0,19	11,95	46,74	4,72	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	18,30	
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	13,05	

<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>15,7</b>	<b>8,42</b>	<b>27,36</b>	<b>1,58</b>	<b>65,52</b>	<b>560,4</b>			
									<b>53,68</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>15,7</b>	<b>8,42</b>	<b>27,36</b>	<b>1,58</b>	<b>65,52</b>	<b>560,4</b>		<b>53,68</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7- 11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5			
Отклонение		-3,55	8,42	7,61	1,58	-18,23	-27,2			
Содержание, % от калорийности		12		45		43				

6 день  
Завтрак

47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	279,8		
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,62	0	0,15	0,15	5,43	24,57	5,01	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	18,30	

<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>13,64</b>	<b>2,83</b>	<b>21,42</b>	<b>1,49</b>	<b>72,75</b>	<b>566,3</b>			
									<b>53,38</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>13,64</b>	<b>2,83</b>	<b>21,42</b>	<b>1,49</b>	<b>72,75</b>	<b>566,3</b>		<b>53,38</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7- 11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5			
Отклонение		-5,61	2,83	1,67	1,49	-11	-21,2			
Содержание, % от калорийности		10		37		52				

7 день  
Завтрак

48/3	Горошница	200	11,59	0,03	3,61	1,2	33,19	201,3	8,50	
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,6	0	0,28	62,78	12,00	

27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17	1,32	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	19,57	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>28,72</b>	<b>13</b>	<b>16,77</b>	<b>1,79</b>	<b>66,55</b>	<b>519,3</b>		

<b>Итого за день</b>	<b>28,72</b>	<b>13</b>	<b>16,77</b>	<b>1,79</b>	<b>66,55</b>	<b>519,3</b>	<b>45,82</b>	<b>100,00</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)	19,25	0	19,75	0	83,75	587,5	45,82	
Отклонение	9,47	13	-2,98	1,79	-17,2	-68,3		
Содержание, % от калорийности	23		30		47			

8 день  
Завтрак

2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,82	2,88	7,98	1,29	34,48	233		
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	2,84	3,72	0	13,14	96,54		13,81
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	18,30	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>15,73</b>	<b>5,88</b>	<b>26,74</b>	<b>1,83</b>	<b>75,92</b>	<b>591,5</b>		

<b>Итого за день</b>	<b>15,73</b>	<b>5,88</b>	<b>26,74</b>	<b>1,83</b>	<b>75,92</b>	<b>591,5</b>	<b>49,84</b>	<b>100,00</b>
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)	19,25	0	19,75	0	83,75	587,5	49,84	
Отклонение	-3,52	5,88	6,99	1,83	-7,83	3,99		
Содержание, % от калорийности	11		42		47			

9 день  
Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой школьный на раст	150	14,57	15,5	16,8	3,75	2,5	219,1		
-	Помидор	60	0,65	0	0,12	0,12	3,06	15,25	10,20	
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,62	0	0,15	0,15	5,43	24,57		5,01
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	

	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58	4,40	
-	Масло сливочное	15	0,12	0,12	10,88	0	0,2	99,1	13,72	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>20,01</b>	<b>15,62</b>	<b>28,48</b>	<b>4,55</b>	<b>53,75</b>	<b>543,4</b>		
									<b>76,76</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>20,01</b>	<b>15,62</b>	<b>28,48</b>	<b>4,55</b>	<b>53,75</b>	<b>543,4</b>	<b>76,76</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
Отклонение			0,76	15,62	8,73	4,55	-30	-44,1		
Содержание, % от калорийности			15		48		37			

10 день

Завтрак

6/4	Каша овсяная со злаками	200	7,7	2,88	9,12	2,43	34,17	245,8	16,11	
27/10	Чай с вишней	200	0,27	0	0,07	0,07	6,24	25,44	5,54	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,55	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	1,88	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	18,30	
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	13,05	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>17,36</b>	<b>8,3</b>	<b>29,54</b>	<b>3,04</b>	<b>68,72</b>	<b>603,3</b>		
									<b>57,43</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>17,36</b>	<b>8,3</b>	<b>29,54</b>	<b>3,04</b>	<b>68,72</b>	<b>603,3</b>	<b>57,43</b>	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
Отклонение			-1,89	8,3	9,79	3,04	-15,03	15,77		
Содержание, % от калорийности			12		45		43			
<b>Итого за период</b>			<b>204,9</b>	<b>121,5</b>	<b>260,4</b>	<b>27,93</b>	<b>688,1</b>	<b>5894</b>	<b>621,00</b>	
Содержание, % от калорийности			13,91		39,76		44,65	589,4		