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

МЕНЮ
Январь 2025 г. - Март 2025 г.

Начальная школа
Начальная коррекция

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.				
	1 день									
	Завтрак									
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	279,8	27,78	
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17	1,35	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	21,53	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	20,92	
	Итого за 'Завтрак'		**21,1**	**10,72**	**29,31**	**1,39**	**72,36**	**667,1**		
									76,31	**100,00**
	Итого за день		**21,1**	**10,72**	**29,31**	**1,39**	**72,36**	**667,1**	**76,31**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		1,85	10,72	9,56	1,39	-11,39	79,59		
	Содержание, % от калорийности		14		42		44			
	2 день									
	Завтрак									
20/5	Суфле творожное школьное	150	21,7	21,95	14,78	4,64	20,39	302	52,68	
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,7	0	11,1	63,48	6,32	
27/10	Чай с черносливом	200	0,31	0	0,08	0,08	8,28	33,03	4,36	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	21,53	
	Итого за 'Завтрак'		**35,3**	**31,28**	**25,08**	**5,26**	**67,82**	**633,5**		
									89,62	**100,00**
	Итого за день		**35,3**	**31,28**	**25,08**	**5,26**	**67,82**	**633,5**	**89,62**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		

	Отклонение		16,05	31,28	5,33	5,26	-15,93	45,99		
	Содержание, % от калорийности		23		36		41			

3 день
Завтрак

39/3	Греча по-купечески с мясом	150	14,84	7,42	31,72	9,26	39,46	492,1	40,94	
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	2,84	3,72	0	13,14	96,54	12,52	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58	4,44	
	Итого за 'Завтрак'		**22,68**	**10,26**	**35,98**	**9,79**	**95,17**	**774,1**		
									62,63	**100,00**
	Итого за день		**22,68**	**10,26**	**35,98**	**9,79**	**95,17**	**774,1**	**62,63**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		3,43	10,26	16,23	9,79	11,42	186,6		
	Содержание, % от калорийности		12		43		45			

4 день
Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой школьный	150	14,57	15,5	16,8	3,75	2,5	219,1	38,93	
1/1	Кукуруза консервированная	30	0,65	0	0,12	0,12	3,44	17,27	6,97	
29/10	Цитрусовый чай	200	0,23	0	0,06	0,06	5,4	21,81	3,01	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58	4,44	
	Итого за 'Завтрак'		**19,51**	**15,5**	**17,51**	**4,46**	**53,91**	**443,6**		
									58,08	**100,00**
	Итого за день		**19,51**	**15,5**	**17,51**	**4,46**	**53,91**	**443,6**	**58,08**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		0,26	15,5	-2,24	4,46	-29,84	-144		
	Содержание, % от калорийности		18		36		46			

5 день

Завтрак

19/4	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	200	5,33	2,94	7,25	0,5	27,69	194,1	15,57	
6/10	Напиток из сухофруктов	200	0,51	0	0,03	0,03	11,59	43,8	2,20	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	20,92	
	Итого за 'Завтрак'		**9,96**	**3,1**	**22,32**	**1,07**	**67,59**	**499,8**	**43,42**	**100,00**
	Итого за день		**9,96**	**3,1**	**22,32**	**1,07**	**67,59**	**499,8**	**43,42**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		-9,29	3,1	2,57	1,07	-16,16	-87,7		
	Содержание, % от калорийности		8		41		50			

6 день

Завтрак

47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	279,8	27,78	
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17	1,35	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	20,92	
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	21,53	
	Итого за 'Завтрак'		**21,1**	**10,72**	**29,31**	**1,39**	**72,36**	**667,1**	**76,31**	**100,00**
	Итого за день		**21,1**	**10,72**	**29,31**	**1,39**	**72,36**	**667,1**	**76,31**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		1,85	10,72	9,56	1,39	-11,39	79,59		
	Содержание, % от калорийности		14		42		44			

7 день

Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой школьный	150	14,57	15,5	16,8	3,75	2,5	219,1	38,93	
1/1	Кукуруза консервированная	30	0,65	0	0,12	0,12	3,44	17,27	6,97	
27/10	Чай с шиповником	200	0,36	0	0,12	0,12	8,49	33,46	3,05	
3/13	Горячий бутерброд с сыром	30	3,68	1,97	2,18	0,18	11,66	81,47	8,13	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
	Итого за 'Завтрак'		**21,24**	**17,47**	**19,57**	**4,52**	**38,6**	**409,3**		
									59,08	**100,00**
	Итого за день		**21,24**	**17,47**	**19,57**	**4,52**	**38,6**	**409,3**	**59,08**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		1,99	17,47	-0,18	4,52	-45,15	-178		
	Содержание, % от калорийности		21		44		34			

8 день

Завтрак

17/4	Каша "Дружба 2" (греча, пшено)	200	5,78	3	6,82	0,86	25,26	181,6	14,34	
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	2,84	3,72	0	13,14	96,54	12,52	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
-	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,5	0	0,26	132,1	20,92	
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	21,53	
	Итого за 'Завтрак'		**21,58**	**13,89**	**33,56**	**1,39**	**66,7**	**645,2**		
									74,04	**100,00**
	Итого за день		**21,58**	**13,89**	**33,56**	**1,39**	**66,7**	**645,2**	**74,04**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		2,33	13,89	13,81	1,39	-17,05	57,71		
	Содержание, % от калорийности		14		48		38			

9 день

Завтрак

9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	5,19	2,17	6,34	0,43	40,44	238,5	15,67	
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,62	0	0,15	0,15	5,43	24,57	4,70	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58	4,44	
	Итого за 'Завтрак'		**9,87**	**2,17**	**7,02**	**1,12**	**88,43**	**448,5**		
									29,54	**100,00**
	Итого за день		**9,87**	**2,17**	**7,02**	**1,12**	**88,43**	**448,5**	**29,54**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		-9,38	2,17	-12,7	1,12	4,68	-139		
	Содержание, % от калорийности		9		15		76			

10 день
Завтрак

39/3	Греча по-купечески с мясом	150	14,84	7,42	31,72	9,26	39,46	492,1	40,94	
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17	1,35	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58	4,44	
	Итого за 'Завтрак'		**19,1**	**7,42**	**32,3**	**9,84**	**87,06**	**697,7**		
									51,46	**100,00**
	Итого за день		**19,1**	**7,42**	**32,3**	**9,84**	**87,06**	**697,7**	**51,46**	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)		19,25	0	19,75	0	83,75	587,5		
	Отклонение		-0,15	7,42	12,55	9,84	3,31	110,2		
	Содержание, % от калорийности		11		43		46			
	Итого за период		**201,4**	**122,5**	**252**	**40,23**	**710**	**5886**	**620,49**	
	Содержание, % от калорийности		13,69		38,53		46,18	588,6		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075119

Владелец Заостровных Татьяна Михайловна

Действителен С 03.04.2025 по 03.04.2026