КОПИЯ ВЕРНА Генеральный директор

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20
А Образования В В СанПиН 2.3/2.4.3590-20
Утверисдаю:

Генера йыный директор

[[. / 10.А.Иванов

Myss thousal 2025r

Denne Log

предоставления питания учащимся общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга в возрасте с 7 до 11 лет с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Рацион: 7	7-11 лет (завтрак)	Неделя:	1		День:	понедельн	ИК	
Прием	Неименероние блия	Bec	Пиш	евые веще	ства	Энерге-	ая рецептур	Сборник
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность		ОООРНИК
Завтрак								
	Изделия фигурные и хлопья из круп сладкие с молоком	160	6,51	4,53	32,75	197,77	188	2016
	Плоды или ягоды свежие (Яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	61,1	338	2017
	Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430/429	2008
	Бутерброд с сыром	25/30	8,43	8,34	13,57	163,17	2	2024
Итого за	Завтрак	545	15,66	13,49	74,06	482,04		

Рацион:	ацион: 7-11 лет (завтрак)		1	День: вторник						
Прием	Наименование блюда	Bec	Пиц	евые вещ	ества	Энерге- тическая	No	Сборник		
пищи	Паименование олюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы		рецептур ы	Соорни		
Завтрак										
	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным и сахаром	160	6,61	9,45	33,79	2,43,64	183	2017		
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	. 0,3	63	213	2008		
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	10,9	85	458	2024		
	Батон нарезной обогащенный	20	1,45	0,5	9	50,6	1	TTK		
	Кисломолочный продукт 2,5%	125	4	3,1	13	100	4	TTK		
Итого за	Завтрак	545	20,96	20,55	66,99	542,24				

Рацион:	7-11 лет (завтрак)	Неделя:	1		День:	среда		-
Прием	Наименование блюда	Bec	Пиш		Энерге-	Nº	CEanne	
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептур	Сборник
Завтрак								
	Блинчики с джемом, повидлом или вареньем	160	8,53	8,53	47,57	301,87	108	TTK
	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	433	2008
	Батон нарезной обогащенный	20	1,45	0,5	9	50,6	1	TTK
	Фрукты свежие в ассортименте (Мандарин)	130	1	0,3	9,8	49,4	50	ТТК
Итого за	Завтрак	510	13,88	11,83	91,17	535,87		

Рацион: 7	7-11 лет (завтрак)	Неделя:	1		День:	четверг		
Прием	Наименование блюда	Bec	тиндовые вощеетва	Энерге- тическая	№ рецептур	Сборник		
пищи	Паименование олюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы			Соорник
Завтрак		,						
	Пудинг из творога с яблоками	150	20,42	16,01	21,95	313,5	240	2011
	Чай с молоком или сливками	150/50/10	1,48	1,32	15,53	79,12	378/375	2017
	Плоды или ягоды свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	338	2017
	Пастила	20	1,48	1,17	3,79	32,98	110	TTK
Итого за	Завтрак	500	23,86	18,98	53,03	482		

Рацион:	7-11 лет (завтрак)	Неделя:	1		День:	пятница		
Прием	Наименование блюда	Bec		Энерге-	Nº	Chapular		
пищи	палмонование опода	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептур	Сборник
Завтрак								
	Омлет натуральный	155/5	14,13	20,62	0,71	245,34	228	2024
	Батон нарезной обогащенный	20	1,45	0,5	9	50,6	1	TTK
	Плоды или ягоды свежие (Груша)	130	0,52	0,39	13,39	61,1	338	2017
	Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430/429	2008
	Кондитерские изделия	20	2,93	5,05	17,25	126,73	12	TTK
Итого за	Завтрак	530	19,23	26,66	55,35	543,77		

Рацион:	7-11 лет (завтрак)	Неделя:	1		День:	суббота		
Прием	Наименование блюда	Bec	Пиш	цевые вещ	ества	Энерге-	Nº	CEONUM
пищи	Паименование отпода	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептур ы	Сборник
Завтрак								
	Вареники ленивые отварные с молоком сгущенным	150	20,34	10,93	31,08	303,75	218	2017
	Молоко кипяченое	200	5,7	4,6	9,2	101	460	2024
	Плоды или ягоды свежие (Яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	61,1	338	2017
	Мармелад	20	0,09	4,2	9,22	34,14	105	TTK
Итого за	Завтрак	500	26,65	20,25	62,24	499,99		-

Рацион:	ацион: 7-11 лет (завтрак)		2 ~		День:	понедельн	ик	
Прием	Наименероние блюте	Bec	Пиц	евые вещ	ества	Энерге-	Nº	05
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	1	Сборник
Завтрак								
	Макароны с сыром	160	7,57	16,96	28,91	299,73	210	2008
	Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430/429	2008
	Плоды или ягоды свежие (Груша)	130	0,52	0,39	13,39	61,1	338	2017
	Батон нарезной обогащенный	20	1,45	0,5	9	50,6	1	TTK
Итого за	Завтрак	510	9,74	17,95	66,3	471,43		

Рацион:	7-11 лет (завтрак)	Неделя:	2		День:	вторник		
Прием		Bec	Пиш	евые вещ	ества	Энерге- тическая	№ рецептур	Сборник
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	ы	
Завтрак								
	Каша жидкая молочная (пшенная) с маслом сливочным и сахаром	160	5,46	8,52	34,2	236,36	182	2017
	Батон нарезной обогащенный	20	1,45	0,5	.9	50,6	1	TTK
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	379	2017
	Кисломолочный продукт 2,5%	125	4	3,1	13	100	4	TTK
Итого за	Завтрак	505	14,08	14,8	72,15	487,56		

Рацион:	7-11 лет (завтрак)	Неделя:	2		День:	среда		
Прием		Bec	Пиц	евые вещ	ества	Энерге-	Nº	CEONUM
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность		Сборник
Завтрак								
	Оладьи (со сгущенным молоком)	150	9,92	8,19	53,19	217,48	9	TTK
	Плоды или ягоды свежие (Банан)	180	2,7	0,9	37,8	172,8	338	2017
	Батон нарезной обогащенный	20	1,45	0,5	9	50,6	1	TTK
	Масло (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75	13	2008
	Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430/429	2008
Итого за	Завтрак	560	14,37	17,99	115,09	575,88		

Рацион:	ацион: 7-11 лет (завтрак)		2		День:	четверг		
Прием	Наименование блюда	Bec	Пиц	евые вещ	ества	Энерге-	Nº	n Chanus
пищи	паименование олюда		Углеводы	тическая ценность	рецептур ы	Сборник		
Завтрак								
	Каша жидкая молочная рисовая с джемом или повидлом	160	3,89	8,17	25,46	221,71	182	TTK
	Молоко кипяченое	200	5,7	4,6	9,2	101	460	2024
	Кисломолочный продукт 2,5%	125	4	3,1	13	100	4	TTK
	Батон нарезной обогащенный	20	1,45	0,5	9	50,6	1	TTK
Итого за	Завтрак	505	15,04	16,37	56,66	473,31		

7-11 лет (завтрак)	Неделя:	2		День:	пятница		
Наименование блюда	Bec	Пиш	цевые вещ	ества	Энерге-		Сборни
	блюда	Белки	Жиры	Углеводы			
Запеканка из творога	120	24	8,5	19,8	252	239	2024
Молоко сгущенное	30	2,06	2,06	16,6	92,7	97	TTK
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430/429	2008
	Наименование блюда Запеканка из творога	Наименование блюда Вес блюда Запеканка из творога 120 Молоко сгущенное 30	Наименование блюда Вес блюда Пиц Белки Запеканка из творога 120 24 Молоко сгущенное 30 2,06	Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещ Белки Жиры Запеканка из творога 120 24 8,5 Молоко сгущенное 30 2,06 2,06	Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещества Белки Жиры Углеводы Запеканка из творога 120 24 8,5 19,8 Молоко сгущенное 30 2,06 2,06 16,6	Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещества Энергетическая ценность Запеканка из творога 120 24 8,5 19,8 252 Молоко сгущенное 30 2,06 2,06 16,6 92,7	Наименование блюда Вес блюда Пищевые вещества Энергетическая ценность № рецептур ы Запеканка из творога 120 24 8,5 19,8 252 239 Молоко сгущенное 30 2,06 2,06 16,6 92,7 97

v.	Плоды или ягоды свежие (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338	2017
Итого	за Завтрак	500	26,86	11,25	66,1	475,2		

Рацион: 7-11 лет (завтрак)		Неделя: 2		День:	День: суббота			
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº	CEONING
пищи			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептур ы	Сборник
Завтрак								
P.	Суп молочный с крупой	200	2,97	3,57	6,14	71,2	121	2017
	Батон нарезной обогащенный	40	2,9	1	18	101,2	1	TTK
	Бутерброд с сыром	15/20	5,37	5,31	8,63	103,83	2	2024
	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	433	2008
	Печенье овсяное	25	1,76	7,25	15,11	134,52	102	TTK
Итого за Завтрак		500	15,9	19,63	72,68	544,75		
Итого за 1 неделю		3 130	120,24	111,76	402,84	3 085,91		
Среднее значение за 1 неделю		522	20,04	18,63	67,14	514,32		
Итого за 2 неделю		3 080	95,99	97,99	448,98	3 028,13		ę
Среднее значение за 2 неделю		513	16,00	16,33	74,83	504,69		3
Итого за период		6 210	216,2	209,8	851,8	6 114,0		
Среднее значение за период		18,02	17,48	70,99	509,50			
Баланс БЖУ		1,0	1,0	4,0				
Соотношение, БЖУ, %			14	31	56			
Норма (стандартное значение)			77,00	79,00	335,00	2350,00	1:1:4,4	
Выполнение, %			23%	22%	21%	22%		
					5533.53]	