

Согласованно с ФЕДЕРАЛЬНЫМ БЮДЖЕТНЫМ УЧРЕЖДЕНИЕМ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«Центр гигиены и эпидемиологии в Иркутской области»  
ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № ОИ/3543 от 29.12.2022 года

«Утверждаю»

Директор  
М.Г. Олейник



## Примерное 10-ти дневное цикличное меню

Горячих школьных обедов для  
организации питания детей с 7 до 11 лет обучающихся с ОВЗ в общеобразовательных учреждениях с дневным  
пребыванием

Третьи блюда витаминизированы витамином С

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015, Сборник рецептов блюд и кулинарных изделия/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С., доцент Тапешкина Н.В., Гришина А.С., Кашина Е.В. 2013 г., Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2011, Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Лвт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Прееичный. - К.: Л.С.Кв 2005, Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2016, 1. А. Тутельян. Химический состав и калорийность российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи плюс, 2012, Сборник рецептов и кулинарных изделий: Для предприятия общественного питания / Авт.-сост.:А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. - К.: Арий,2013 г. Блюда промышленного выпуска.

День 1

Сезон: Осень-Зима

7-11 лет

| № рецептуры, сборник                                   | Наименование Блюда                               | Вес<br>блюда | Вес<br>блюда  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность |
|--|--|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
|  |  |              |               | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                            |
|  | <b>Обед</b>                                      |              |               |                  |              |               |                            |
| №50, Авт. Сост.:<br>профессор Перевалов А.Я<br>2013 г. | Салат из свеклы отварной                         | 60           | 60            | 0,84             | 3,6          | 1,95          | 55,68                      |
| №88, ДеЛи плюс, 2015                                   | Щи из свежей капусты с<br>картофелем со сметаной | 1/200/10     | 210           | 1,87             | 10,95        | 8,36          | 121,44                     |
| № 291, ДеЛи плюс, 2015                                 | Плов из курицы                                   | 1/180        | <b>180,00</b> | 15,25            | 9,40         | 35,16         | 274,80                     |
| № 348, ДеЛи плюс, 2015                                 | Компот из кураги                                 | 1/200        | <b>200,00</b> | 0,78             | 0,05         | 27,63         | 114,80                     |
| Пром. выпуск   | Хлеб ржаной                                      | 25           | 25,00         | 1,65             | 0,30         | 8,35          | 43,32                      |
| Пром. выпуск   | Хлеб пшеничный                                   | 45,00        | 45,00         | 3,54             | 0,45         | 21,72         | 105,21                     |
|  | <b>Итого обед:</b>                               |              | <b>720,00</b> | <b>23,93</b>     | <b>24,75</b> | <b>103,17</b> | <b>715,25</b>              |
|  | <b>Итого за день:</b>                            |              | <b>720,00</b> | <b>23,93</b>     | <b>24,75</b> | <b>103,17</b> | <b>715,25</b>              |

День 2

Сезон: Осень-Зима

7-11 лет

| № рецептуры, сборник   | Наименование Блюда                                  | Вес блюда | Вес блюда     | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|--|---|-----------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|  |   |           |               | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
|  | <b>Обед</b>   |           |               |                  |              |               |                         |
| № 112, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015 | Суп с макаронными изделиями и картофелем            | 1/200     | 200           | 2,05             | 4,22         | 17,55         | 87,2                    |
| № 50, А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко 2005                                 | Горошек зеленый консервированный пром. производства | 60        | 60            | 1,86             | 0,12         | 3,9           | 24                      |
| № 234, ДеЛи плюс, 2015   | Биточки рыбные с маслом сливочным                   | 90,00     | <b>90,00</b>  | 10,60            | 12,97        | 6,66          | 210,00                  |
| № 168, ДеЛи принт, 2011. - 584 с.                                      | Рис отварной  | 1/150     | 150,00        | 3,56             | 5,30         | 36,60         | 209,70                  |
| № 417, ДеЛи плюс, 2016. - 329 с.                                       | Напиток из плодов шиповника                         | 1/200     | <b>200,00</b> | 0,67             | 0,27         | 20,75         | 88,20                   |
| Пром. выпуск   | Хлеб ржаной   | 25        | 25,00         | 1,65             | 0,30         | 8,35          | 43,32                   |
| Пром. выпуск   | Хлеб пшеничный                                      | 45,00     | 45,00         | 3,54             | 0,45         | 21,72         | 105,21                  |
| Пром. выпуск   | Яблоко  | 100,00    | <b>100,00</b> | 0,44             | 0,44         | 10,78         | 49,50                   |
|  | <b>Итого обед:</b>                                  |           | <b>870,00</b> | <b>24,37</b>     | <b>24,07</b> | <b>126,31</b> | <b>817,13</b>           |
|  | <b>Итого за день:</b>                               |           | <b>870,00</b> | <b>24,37</b>     | <b>24,07</b> | <b>126,31</b> | <b>817,13</b>           |

День 3

Сезон: Осень-Зима

7-11 лет

| № рецептуры, сборник  | Наименование Блюда                                      | Вес блюда | Вес блюда     | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая<br>ценность |
|---|---|-----------|---------------|------------------|--------------|--------------|----------------------------|
|   |   |           |               | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                            |
|   | Обед  |           |               |                  |              |              |                            |
| № 70,/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 | Овощи натуральные солёные ( Огурец)                     | 60        | <b>60</b>     | 0,48             | 0,06         | 1,02         | 6                          |
| № 82,ДеЛи плюс, 2015  | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                | 1/200/10  | <b>210</b>    | 1,7              | 4,9          | 13,08        | 87,7                       |
| № 396,профессор Перевалов А.Я,Кашина Е.В., 2013                         | Жаркое по-домашнему из мясных консерв"Говядина тушёная" | 1/170     | 170           | 14,45            | 14,96        | 12           | 251,73                     |
| Пром. выпуск  | Сок яблочный  | 1/200     | 200           | 1                | 0            | 20,2         | 84,8                       |
| Пром. выпуск  | Хлеб ржаной   | 25        | 25,00         | 1,65             | 0,30         | 8,35         | 43,32                      |
| Пром. выпуск  | Хлеб пшеничный  | 45,00     | 45,00         | 3,54             | 0,45         | 21,72        | 105,21                     |
| Пром. выпуск  | Банан   | 1/100     | <b>100</b>    | 1,65             | 0,55         | 23,1         | 105,6                      |
|   | <b>Итого обед:</b>                                      |           | <b>810,00</b> | <b>24,47</b>     | <b>21,22</b> | <b>99,47</b> | <b>684,36</b>              |
|   | <b>Итого за день:</b>                                   |           | <b>810,00</b> | <b>24,47</b>     | <b>21,22</b> | <b>99,47</b> | <b>684,36</b>              |

День 4

Сезон: Осень-Зима

7-11 лет

| № рецептуры, сборник  | Наименование Блюда                   | Вес блюда | Вес блюда     | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|---|--------------------------------------|-----------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|   |                                      |           |               | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
|   | <b>Обед</b>                          |           |               |                  |              |               |                         |
| № 70./ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 | Овощи натуральные солёные (помидор)  | 60,00     | 60,00         | 0,66             | 0,12         | 2,28          | 13,20                   |
| № 145, профессор<br>Перевалов, Кашина Е.В. 2013 г.                      | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) | 1/200     | <b>200,00</b> | 4,39             | 4,21         | 13,22         | 108,60                  |
| № 381, Авт. Сост.: профессор<br>Перевалов А.Я., Кашина Е.В. 2013 г.     | Шницели мясные с маслом сливочным    | 90        | 90            | 8,25             | 12,1         | 7,16          | 172                     |
| № 302 Под, РедМП<br>Могильного и Тутельяна<br>М.дели плюс 2015 г        | Каша гречневая рассыпчатая           | 150       | 150,00        | 8,5              | 6,09         | 38,64         | 243,75                  |
| № 349./Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015   | Компот из смеси сухофруктов          | 1/200     | 200           | 0,66             | 0,09         | 32,14         | 132,8                   |
| Пром. выпуск  | Хлеб ржаной                          | 25        | 25,00         | 1,65             | 0,30         | 8,35          | 43,32                   |
| Пром. выпуск  | Хлеб пшеничный                       | 45,00     | 45,00         | 3,54             | 0,45         | 21,72         | 105,21                  |
| Пром. выпуск  | Апельсин                             | 100       | 100           | 0,99             | 0,22         | 8,91          | 44                      |
|   | <b>Итого обед:</b>                   |           | <b>870</b>    | <b>23,29</b>     | <b>25,44</b> | <b>115,83</b> | <b>731,63</b>           |
|   | <b>Итого за день:</b>                |           | <b>870,00</b> | <b>23,29</b>     | <b>25,44</b> | <b>115,83</b> | <b>731,63</b>           |

День 5  
Сезон: Осень-Зима  
7-11 лет

| № рецептуры, сборник  | Наименование Блюда                  | Вес<br>блюда | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |               |               | Энергетическая<br>ценность |
|---|-------------------------------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------|----------------------------|
|   |                                     |              |              | Белки            | Жиры          | Углеводы      |                            |
|   | Обед                                |              |              |                  |               |               |                            |
| № 61, Авт. Сост.: профессор Первалов А.Я., , Кашина Е.В. 2013 г.              | Салат из моркови с зелёным горошком | 60           | 60           | 1,14             | 3,06          | 11,81         | 73,2                       |
| № 94, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2016. -147с. | Суп-лапша домашняя                  | 1/200        | 200,00       | 4,48             | 6,09          | 9,54          | 111,00                     |
| №261/333,- М.: ДеЛи плюс, 2015 с. 215   | Печень, тушенная в соусе            | 1/100        | 100          | 12,81            | 9,03          | 4,45          | 165                        |
| №694 АВТ-сост, А.И.Злобнов В.А.Цыганенко.-КАСК 2005                           | Пюре картофельное                   | 1/150        | 150          | 3,15             | 7,95          | 22,05         | 112,5                      |
| № 348, ДеЛи плюс, 2015  | Компот из чернослива                | 1/200        | 200,00       | 0,34             | 0,11          | 23,70         | 88,40                      |
| Пром. выпуск  | Хлеб ржаной                         | 25           | 25,00        | 1,65             | 0,30          | 8,35          | 43,32                      |
| Пром. выпуск  | Хлеб пшеничный                      | 45,00        | 45,00        | 3,54             | 0,45          | 21,72         | 105,21                     |
|   | <b>Итого обед:</b>                  |              | <b>780</b>   | <b>32,46</b>     | <b>25,126</b> | <b>118,21</b> | <b>829,88</b>              |
|   | <b>Итого за день:</b>               |              | <b>780</b>   | <b>32,46</b>     | <b>25,126</b> | <b>118,21</b> | <b>829,88</b>              |

День 6  
Сезон: Осень-Зима  
7-11 лет

| № рецептуры, сборник   | Наименование Блюда                                  | Вес блюда | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|--|---|-----------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|  |   |           |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
|  | <b>Обед</b>   |           |            |                  |              |               |                         |
| № 12, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016. -108с. | Салат из кукурузы (консервированной)                | 60        | 60         | 1,73             | 3,71         | 4,82          | 59,8                    |
| № 102, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 с. 123 | Суп картофельный с бобовыми (горох)                 | 1/200     | 200        | 4,7              | 8,6          | 13            | 136                     |
| № 295, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 с. 236 | Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным        | 90        | 90         | 11,77            | 14,07        | 1,15          | 258,75                  |
| № 723, Авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. - К.: Арий, 2013 г.           | Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) | 1/150     | 150        | 3,08             | 4,83         | 27,29         | 125                     |
| Пром. выпуск   | Сок персиковый                                      | 1/200     | 200,00     | 0,60             | 0,20         | 30,40         | 125,80                  |
| Пром. выпуск   | Хлеб ржаной   | 25        | 25,00      | 1,65             | 0,30         | 8,35          | 43,32                   |
| Пром. выпуск   | Хлеб пшеничный                                      | 45,00     | 45,00      | 3,54             | 0,45         | 21,72         | 105,21                  |
|  | <b>Итого обед:</b>                                  |           | <b>770</b> | <b>27,07</b>     | <b>32,16</b> | <b>106,73</b> | <b>853,88</b>           |
|  | <b>Итого за день:</b>                               |           | <b>770</b> | <b>27,07</b>     | <b>32,16</b> | <b>106,73</b> | <b>853,88</b>           |

День 7  
Сезон: Осень-Зима  
7-11 лет

| № рецептуры, сборник  | Наименование Блюда                           | Вес блюда  |            | Пищевые вещества |               |              | Энергетическая<br>ценность |
|---|--|------------|------------|------------------|---------------|--------------|----------------------------|
|   |  |            |            | Белки            | Жиры          | Углеводы     |                            |
|   | Обед   |            |            |                  |               |              |                            |
| № 70,/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 | Овощи натуральные солёные ( Огурец)          | 60         | 60         | 0,48             | 0,06          | 1,02         | 6                          |
| № 134,Сост.: профессор Перевалов А.Я., Кашина Е.В. 2013 г.              | Рассольник ленинградский с мясом со сметаной | 1/200/12/8 | 220        | 5,6              | 14,6          | 4,09         | 160,1                      |
| № 229,Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015    | Рыба, тушеная в томате с овощами(минтай)     | 1/100      | 100        | 9,75             | 4,95          | 3,8          | 105                        |
| №168,ДеЛипринт, 2011. - 584 с.  | Рис отварной                                 | 1/150      | 150,00     | 3,56             | 5,30          | 36,60        | 209,70                     |
| № 394,ДеЛи плюс, 2016. – 318 с.   | Компот из изюма                              | 1/200      | 200,00     | 0,34             | 0,08          | 29,84        | 122,20                     |
| Пром. выпуск  | Яблоко                                       | 100        | 100        | 0,44             | 0,44          | 10,78        | 49,5                       |
| Пром. выпуск  | Хлеб ржаной                                  | 25         | 25,00      | 1,65             | 0,30          | 8,35         | 43,32                      |
| Пром. выпуск  | Хлеб пшеничный                               | 45,00      | 45,00      | 3,54             | 0,45          | 21,72        | 105,21                     |
|   | Итого обед:                                  |            | <b>900</b> | <b>25,36</b>     | <b>26,175</b> | <b>116,2</b> | <b>801,03</b>              |
|   | Итого за день:                               |            | <b>900</b> | <b>25,36</b>     | <b>26,175</b> | <b>116,2</b> | <b>801,03</b>              |



День 8  
 Сезон: Осень-Зима  
 7-11 лет

| № рецептуры, сборник  | Наименование Блюда                          | Вес<br>блюда | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность |
|---|---|--------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
|   |   |              |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                            |
|   | <b>Обед</b>                                 |              |              |                  |              |               |                            |
| № 4, профессор Перевалов<br>А.Я., Кашина Е.В., 2013                             | Салат из белокачанной<br>капусты с морковью | 60           | <b>60</b>    | 0,96             | 4,06         | 5,76          | 81,6                       |
| № 104, Под ред. М.П. Могильного<br>и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи<br>плюс, 2015   | Суп картофельный с мясными<br>фрикадельками | 228          | 228          | 2,23             | 2,6          | 14,03         | 96,67                      |
| № 289 Под ред. М.П. Могильного и<br>В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс,<br>2015 г. | Рагу из птицы                               | 175          | 175          | 12,56            | 11,72        | 15,2          | 217                        |
| Пром. выпуск  | Сок яблочный                                | 1/200        | 200          | 1                | 0            | 20,2          | 84,8                       |
| Пром. выпуск  | Хлеб ржаной                                 | 25           | 25,00        | 1,65             | 0,30         | 8,35          | 43,32                      |
| Пром. выпуск  | Хлеб пшеничный                              | 45,00        | 45,00        | 3,54             | 0,45         | 21,72         | 105,21                     |
| Пром. выпуск  | Банан                                       | 1/100        | <b>100</b>   | 1,65             | 0,55         | 23,1          | 105,6                      |
|   | <b>Итого обед:</b>                          |              | <b>833</b>   | <b>23,59</b>     | <b>19,68</b> | <b>108,36</b> | <b>734,2</b>               |
|   | <b>Итого за день:</b>                       |              | <b>833</b>   | <b>23,59</b>     | <b>19,68</b> | <b>108,36</b> | <b>734,2</b>               |

День 9

Сезон: Осень-Зима

7-11 лет

| № рецептуры, сборник  | Наименование Блюда                  | Вес блюда | Вес блюда     | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность |
|---|-------------------------------------|-----------|---------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
|   |                                     |           |               | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                            |
|   | <b>Обед</b>                         |           |               |                  |              |               |                            |
| № 70,/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 | Овощи натуральные солёные (помидор) | 60,00     | 60,00         | 0,66             | 0,12         | 2,28          | 13,20                      |
| № 99,од ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015    | Суп из овощей                       | 1/200     | 200,00        | 1,20             | 3,99         | 7,31          | 76,20                      |
| № 381,Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я.,Кашина Е.В. 2013 г.          | Шницели мясные с маслом сливочным   | 90        | 90            | 8,25             | 12,1         | 7,16          | 172                        |
| № 302,од ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015   | Макаронные изделия отварные         | 1/150     | 150           | 5,52             | 4,52         | 26,45         | 168,45                     |
| № 417,ДеЛи плюс, 2016. – 329 с.   | Напиток из плодов шиповника         | 1/200     | <b>200,00</b> | 0,67             | 0,27         | 20,75         | 88,20                      |
| Пром. выпуск  | Хлеб ржаной                         | 25        | 25,00         | 1,65             | 0,30         | 8,35          | 43,32                      |
| Пром. выпуск  | Хлеб пшеничный                      | 45,00     | 45,00         | 3,54             | 0,45         | 21,72         | 105,21                     |
| Пром. выпуск  | Апельсин                            | 100,00    | 100,00        | 0,99             | 0,22         | 8,91          | 44,00                      |
|   | <b>Итого обед:</b>                  |           | <b>870,00</b> | <b>22,48</b>     | <b>21,97</b> | <b>102,93</b> | <b>710,58</b>              |
|   | <b>Итого за день:</b>               |           | <b>870</b>    | <b>22,48</b>     | <b>21,97</b> | <b>102,93</b> | <b>710,58</b>              |

День 10

Сезон: Осень-Зима

7-11 лет

| № рецептуры, сборник   | Наименование Блюда                           | Вес<br>блюда | Вес<br>блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая<br>ценность |
|--|--|--------------|---------------|------------------|--------------|--------------|----------------------------|
|  |  |              |               | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                            |
|  | Обед   |              |               |                  |              |              |                            |
| № 70/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015         | Овощи натуральные солёные ( Огурец)          | 60           | 60            | 0,48             | 0,06         | 1,02         | 6                          |
| № 82, ДеЛи плюс, 2015  | Борщ с капустой и картофелем со сметаной     | 1/200/10     | 210           | 1,7              | 4,9          | 13,08        | 87,7                       |
| № 295, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 с. 236 | Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным | 90           | 90            | 11,77            | 14,07        | 1,15         | 258,75                     |
| № 694, Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко. – К.: А.С.К., 2005             | Картофельное пюре                            | 150          | 150,00        | 3,15             | 7,95         | 22,05        | 112,50                     |
| № 349, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015        | Компот из смеси сухофруктов                  | 1/200        | 200           | 0,66             | 0,09         | 32,14        | 132,8                      |
| Пром. выпуск   | Хлеб ржаной                                  | 25           | 25,00         | 1,65             | 0,30         | 8,35         | 43,32                      |
| Пром. выпуск   | Хлеб пшеничный                               | 45,00        | 45,00         | 3,54             | 0,45         | 21,72        | 105,21                     |
|  | <b>Итого обед:</b>                           |              | <b>780,00</b> | <b>22,95</b>     | <b>27,82</b> | <b>99,51</b> | <b>746,28</b>              |
|  | <b>Итого за день:</b>                        |              | <b>780,00</b> | <b>22,95</b>     | <b>27,82</b> | <b>99,51</b> | <b>746,28</b>              |

|  | Пищевые вещества  |                   |                   |                   |                     |                     | Энергетическая<br>ценность | Энергетическая<br>ценность |
|--|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|---------------------|----------------------------|----------------------------|
|  | Белки             | Белки             | Жиры              | Жиры              | Углеводы            | Углеводы            |                            |                            |
| <b>НОРМА обеды<br/>30-35%</b>  | <b>23,1-26,95</b> | <b>23,1-26,95</b> | <b>23,7-27,65</b> | <b>23,7-27,65</b> | <b>100,5-117,25</b> | <b>100,5-117,25</b> | <b>705-822,5</b>           | <b>705-822,5</b>           |
| <i>Фактическое<br/>среднее<br/>значение за 10<br/>дней обеды 30-<br/>35%</i> | 249,97            | <b>25,00</b>      | 248,41            | <b>24,84</b>      | 1096,72             | <b>109,67</b>       | 7624,22                    | <b>762,42</b>              |
| <b>Итого 10 дней<br/>норма , обеды<br/>30-35%</b>                            | <b>23,1-26,95</b> |                   | <b>23,7-27,65</b> |                   | <b>100,5-117,25</b> |                     | <b>705-822,5</b>           |                            |
| <i>Фактическое<br/>среднее<br/>значение за 10<br/>дней обеды 30-<br/>35%</i> | 249,97            | <b>25,00</b>      | 248,41            | <b>24,84</b>      | 1096,72             | <b>109,67</b>       | 7624,22                    | <b>762,42</b>              |

| Блюдо   | Масса порций в граммах 7-11 лет(дни) |        |     |        |        |     |     |     |        |     |
|---|--------------------------------------|--------|-----|--------|--------|-----|-----|-----|--------|-----|
|   | 1                                    | 2      | 3   | 4      | 5      | 6   | 7   | 8   | 9      | 10  |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п)   | 60                                   | 60,00  | 60  | 60     | 60     | 60  | 60  | 60  | 60,00  | 60  |
| Первое блюдо  | 210,00                               | 200,00 | 210 | 200,00 | 200,00 | 200 | 220 | 228 | 200    | 210 |
| Второе блюдо(мясное ,рыбное, блюдо из мяса птицы)                                     | 0,00                                 | 90,00  | 0   | 90     | 100    | 90  | 100 | 0   | 90     | 90  |
| Гарнир  | 0,00                                 | 150,00 | 0   | 150    | 150    | 150 | 150 | 0   | 150    | 150 |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай , напиток, Какао-напиток, напиток из шиповника, сок | 200,00                               | 200,00 | 200 | 200    | 200    | 200 | 200 | 200 | 200,00 | 200 |
| Фрукты  | 0,00                                 | 100,00 | 100 | 100    | 0      | 0   | 100 | 100 | 100    | 0   |
| хлеб пшеничный  | 45                                   | 45     | 45  | 45     | 45     | 45  | 45  | 45  | 45     | 45  |
| хлеб ржаной   | 25                                   | 25     | 25  | 25     | 25     | 25  | 25  | 25  | 25     | 25  |
| сок   | 0                                    | 0      | 200 | 0      | 0      | 200 | 0   | 200 | 0      | 0   |

| Среднее за 10 дней |              |
|--------------------|--------------|
| <b>600</b>         | <b>60</b>    |
| <b>2078</b>        | <b>207,8</b> |
| <b>650</b>         | <b>65</b>    |
| <b>1050</b>        | <b>105</b>   |
| <b>2000</b>        | <b>200</b>   |
| <b>600</b>         | <b>60</b>    |
| <b>450</b>         | <b>45</b>    |
| <b>250</b>         | <b>25</b>    |
| <b>600</b>         | <b>60</b>    |

| Суммарные объемы блюд по приемам пищи 7-11 лет |              |
|--|--------------|
|  | Обед         |
| 1 день   | 720          |
| 2 день   | 870          |
| 3 день   | 810,00       |
| 4 день   | 870          |
| 5 день   | 780          |
| 6 день   | 770          |
| 7 день   | 900          |
| 8 день   | 833          |
| 9 день   | 870          |
| 10 день  | 780          |
| <b>Норма</b>                                   | <b>700</b>   |
| <b>Фактическое среднее значение за 10 дней</b> | <b>890,3</b> |