

Выполнение натуральных норм школьных обедов для детей с 7 до 11 лет.

Сезон: осенний

Вариант № 2

24-дневное меню

Наименование продуктов	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день	15 день	16 день	17 день	18 день	19 день	20 день	21 день	22 день	23 день	24 день	за 24 дня итого	ср за день	Сум норма, нетто	% вып.	
Хлеб ржаной	20,0	20,0	20,0	20,0	40,0	20,0	20,0	40,0	20,0	20,0	25,0	25,0	20,0	20,0	45,0	20,0	30,0	30,0	25,0	40,0	20,0	20,0	40,0	25,0	625,0	26,0	80	32,6	
Хлеб пшеничный	30,0	30,0	30,0	44,2	45,0	20,0	30,0	45,0	20,0	30,0	45,0	45,0	20,0	20,0	50,0	30,0	54,0	45,0	30,0	45,0	36,8	35,7	51,4	45,0	877,1	36,5	150	24,4	
Мука пшеничная	-	-	-	4,3	3,4	1,5	3,3	1,5	-	-	-	-	3,3	-	3,0	-	9,0	3,3	-	36,2	4,5	3,3	4,5	4,0	85,0	3,5	15	23,6	
Крупа	50,0	4,0	-	63,2	60,0	73,0	60,0	-	61,0	19,0	-	40,0	69,0	-	6,3	65,4	19,0	36,0	40,0	-	-	-	-	4,0	40,0	709,9	29,6	45	65,7
Макаронны	-	-	65,0	-	-	-	12,0	65,0	-	-	-	-	-	65,0	-	8,0	-	12,0	-	-	-	-	65,0	-	-	292,0	12,2	15	81,1
Картофель	24,0	198,0	24,0	20,0	64,0	64,0	-	24,0	40,0	172,0	107,8	50,0	27,0	12,8	162,0	56,0	202,0	-	64,0	-	150,8	-	107,5	50,0	1619,9	67,5	187	36,1	
Овощи (свежие, мороженые, консервированные)	95,0	90,1	125,5	56,5	101,6	105,0	37,8	132,5	80,7	110,4	194,3	90,4	83,7	83,8	138,0	40,4	86,2	87,0	33,3	136,1	69,8	183,6	219,7	133,2	2514,4	104,8	280	37,4	
Фрукты (плоды) свежие	100,0	30,0	-	150,0	-	-	130,0	-	-	-	150,0	20,0	-	180,0	-	100,0	-	20,0	150,0	30,0	100,0	-	-	20,0	1180,0	49,2	185	26,6	
Сухофрукты	17,0	-	-	-	-	20,0	-	-	-	17,0	-	-	17,0	-	-	20,0	-	-	-	-	-	-	17,0	-	-	108,0	4,5	15	30,0
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстатные	-	-	-	200,0	200,0	-	-	200,0	200,0	-	-	-	-	-	200,0	-	-	-	200,0	-	200,0	-	-	-	-	1400,0	58,3	200	29,2
Мясо	124,8	-	24,8	31,8	24,8	124,8	100,0	-	-	120,8	24,8	24,8	24,8	24,8	24,8	73,8	24,8	100,0	24,8	49,5	24,8	100,0	41,5	24,8	1139,7	47,5	70	67,8	
Субпродукты (печень, язык, сердце)	-	-	-	-	-	-	-	70,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	70,0	2,9	30	9,7
Птица	-	96,0	77,0	50,0	-	-	19,5	-	135,0	-	-	135,0	81,3	85,5	-	19,5	84,0	19,5	87,0	19,5	69,8	-	72,0	-	1050,6	43,8	35	125,1	
Рыба-филе	-	20,0	-	-	81,0	-	-	-	30,0	-	57,0	-	-	-	54,9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	105,0	347,9	14,5	58	25,0
Молоко	-	23,0	-	-	-	-	-	6,0	-	-	28,5	-	-	-	32,0	-	9,0	-	-	-	29,8	-	21,4	-	-	149,7	6,2	300	2,1
Кисломолочные продукты	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,0	0,0	150	0,0
Творог	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,0	0,0	50	0,0
Сыр	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16,2	9,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9,0	34,2	1,4	10	14,3
Сметана	10,0	-	10,0	-	-	30,0	-	10,0	3,0	-	10,0	13,0	-	18,1	10,0	-	-	-	6,6	-	10,0	-	-	-	19,0	149,7	6,2	10	62,4
Масло сливочное	-	11,5	9,0	5,0	7,0	5,0	7,0	8,9	5,0	-	10,0	5,0	5,0	10,8	10,0	7,0	-	5,0	7,0	7,0	14,0	5,0	6,0	5,0	155,2	6,5	30	21,6	
Масло растительное	17,6	3,4	8,0	4,2	7,9	5,0	11,3	4,0	2,5	7,7	14,2	7,3	3,3	3,4	5,7	5,6	10,1	15,6	2,5	7,7	4,1	4,8	17,6	13,1	186,5	7,8	15	51,8	
Яйцо	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13,5	-	-	9,0	4,1	-	-	-	-	-	5,4	-	-	8,5	5,6	46,1	1,9	1 шт	3,8
Сахар	8,0	13,3	10,5	-	1,9	8,0	12,0	6,0	-	8,0	10,5	13,0	9,6	14,5	-	8,0	9,0	16,0	-	14,1	2,8	8,0	8,0	13,0	194,2	8,1	30	27,0	
Кондитерские изделия	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,0	0,0	10	0,0
Чай	-	-	1,0	-	-	-	-	-	-	-	1,0	-	-	-	-	-	1,0	-	-	-	-	-	-	1,0	-	4,0	0,2	1	16,7
Какао	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,0	0,0	1	0,0
Кофейный напиток	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,0	0,0	2	0,0
Дрожжи хлебопекарные	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,0	0,0	0,2	0,0
Крахмал	-	-	3,6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3,6	0,2	3	5,0
Соль	2,0	1,0	1,5	1,3	1,3	1,3	1,3	1,5	1,3	0,6	1,7	1,6	1,4	1,4	1,3	1,3	1,2	1,6	1,2	4,3	1,5	1,3	1,7	1,6	36,1	1,5	3	50,2	
Специи	0,2	0,3	1,9	0,1	0,3	0,1	0,3	0,2	0,2	0,4	0,3	0,2	0,7	0,2	0,1	0,1	0,1	0,2	0,0	0,3	0,4	0,1	0,2	0,2	7,3	0,3	2	15,1	