СОГЛАСОВАНО:
Директор
ОГАПОУ "Дмитриевский аграрный колледж"
_____Н.М. Овчинникова
"____"_____2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО «Фабрика Социального питания 1»
_____ Д.С. Семикопенко
" 28 " октября 2026 г.

Примерное двенадцатидневное меню
для обучающихся относящихся к льготной категории лиц
для областного государственного профессионального образовательного учреждения
"Дмитриевский аграрный колледж"
для возраста обучающихся от 12 лет и старше

2026-2027 г.

Дмитриевсий аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
1	**1**	**Завтрак**	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	200 /10	273,3	7,9	11,8	35,2	53,2	0,2	0,5	0,8	127,6	6,1	203,8	1,5	ТТК 1.1.
	понедельник		Оладьи из п/ф с повидлом	50/10	147,3	3,5	4,6	23,1	10,5	0,1	0,5	1,4	13,5	18,0	66,5	0,8	ТТК 3.5
			Какао с молоком	200	93,9	3,9	3,1	12,6	16,3	0,0	0,6	0,0	130,6	25,0	111,7	0,7	ТТК 8.12.
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
Итого по рациону:				**570**	**555,2**	**15,7**	**19,8**	**79,8**	**83,0**	**0,3**	**5,7**	**2,4**	**285,7**	**57,0**	**391,6**	**4,9**	
1	**1**	**Обед**	Суп картофельный с горохом и цыпленком	250 /10	184,1	9,4	8,3	18,0	156,2	1,8	1,2	0,3	36,3	37,6	128,8	2,1	ТТК5.5.1
	понедельник		Плов, помидор свежий	200/60	420,9	14,8	22,6	39,5	191,3	0,4	6,7	1,8	17,3	40,0	220,9	2,4	ТТК 6.20
			Плов, помидор солёный*	200/60	419,4	14,8	22,6	39,3	143,4	0,4	4,3	1,8	15,2	37,4	225,6	2,4	ТТК 6.20
			Компот из фруктов и ягод с/м	200	34,6	0,2	0,1	8,3	2,0	0,0	16,0	0,0	6,5	5,4	5,7	0,2	ТТК 8.10.
			Хлеб пшеничный	50	117,2	3,8	0,4	24,6	0,0	0,1	0,0	0,6	10,0	7,0	32,5	0,6	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	50	135,0	2,8	0,6	29,7	0,0	0,2	0,0	0,5	11,5	12,5	53,0	1,6	ТТК 3.2
Итого по рациону в весенне-летний период:				**820**	**891,7**	**31,0**	**31,9**	**120,1**	**349,5**	**2,4**	**23,9**	**3,1**	**81,6**	**102,5**	**440,9**	**6,9**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**820**	**890,2**	**30,9**	**31,9**	**119,9**	**301,7**	**2,4**	**21,5**	**3,1**	**79,5**	**99,9**	**445,6**	**6,8**	
			Соль на день	2,5	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 1 день в весенне-летний период:				**1390**	**1447,0**	**46,7**	**51,8**	**200,0**	**432,5**	**2,7**	**29,6**	**5,5**	**375,4**	**160,0**	**834,2**	**11,8**	
Итого за 1 день в осенне-зимний период:				**1390**	**1445,5**	**46,6**	**51,7**	**199,8**	**384,6**	**2,7**	**27,2**	**5,5**	**373,3**	**157,3**	**838,9**	**11,8**	

Дмитриевсий аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
1	**2**	**Завтрак**	Паста с мясным соусом	250	424,6	15,8	19,3	46,9	131,2	0,4	1,1	1,6	18,2	17,2	169,5	2,3	ТТК 6.22
			Хлеб ржано-пшеничный	30	81,0	1,7	0,3	17,8	0,0	0,1	0,0	0,3	6,9	7,5	31,8	0,9	ТТК 3.2
			Чай с сахаром и лимоном	200/7	30,5	0,2	0,1	7,2	0,1	0,0	1,2	0,0	7,0	4,6	8,5	0,8	ТТК 8.3.
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
Итого по рациону:				**587**	**576,8**	**18,1**	**20,1**	**80,9**	**134,3**	**0,5**	**6,2**	**2,1**	**46,2**	**37,1**	**219,4**	**5,9**	
1	**2**	**Обед**	Свекольник со сметаной	250/10	120,2	2,6	6,6	12,7	144,0	0,1	4,8	0,7	36,9	22,5	60,7	1,2	ТТК 5.8
	вторник		Печень говяжья, тушеная в соусе	100	172,1	12,9	9,7	8,3	3572,0	0,2	10,6	1,4	13,0	12,7	203,7	4,3	ТТК 6.35
			Каша рассыпчатая из гречневой крупы, морковь по-корейски "Школьная"с маслом растительным	150/30 /5	275,3	7,8	11,8	34,6	336,9	0,2	0,6	1,4	18,8	118,6	177,7	3,8	ТТК 7.2
			Компот из смеси сухофруктов	200	72,4	0,4	0,0	17,7	12,0	0,0	0,0	0,0	40,0	1,7	3,4	0,1	ТТК 8.11.
			Хлеб пшеничный	40	93,8	3,0	0,3	19,7	0,0	0,0	0,0	0,5	8,0	5,6	26,0	0,4	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	40	108,0	2,2	0,4	23,8	0,0	0,2	0,0	0,4	9,2	10,0	42,4	1,2	ТТК 3.2
Итого по рациону :				**825**	**841,7**	**28,9**	**28,8**	**116,7**	**4064,9**	**0,6**	**15,9**	**4,3**	**125,8**	**171,0**	**514,0**	**11,1**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 2 день:				**1412**	**1418,5**	**47,0**	**48,9**	**197,6**	**4199,2**	**1,1**	**22,1**	**6,4**	**180,1**	**208,6**	**735,0**	**17,1**	

Дмитриевсий аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
1	**3**	**Завтрак**	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	169,9	5,8	2,5	31,1	13,2	0,1	0,5	0,5	111,4	17,2	102,7	0,4	ТТК 1.3.
	среда		Запеканка творожно-рисовая со сгущеным молоком	80/10	182,8	9,0	5,2	25,1	24,3	0,0	0,5	0,2	83,8	18,6	86,1	0,5	ТТК 2.1
			Батон	50	130,9	3,8	1,5	25,7	0,0	0,0	0,0	0,9	9,5	6,5	32,5	0,6	ТТК 3.3
			Масло порциями сливочное	10	66,1	0,1	7,3	0,1	40,0	0,0	0,0	0,1	2,4	0,0	0,0	0,0	ТТК 3.5
			Чай с сахаром	200	29,2	0,2	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	3,8	7,2	0,7	ТТК 8.2.
Итого по рациону:				**550**	**578,9**	**18,8**	**16,4**	**89,0**	**77,6**	**0,1**	**1,0**	**1,6**	**211,7**	**46,1**	**228,5**	**2,3**	
1	**3**	**Обед**	Суп лапша по- домашнему	250/10	202,0	8,6	7,2	25,7	178,7	0,1	2,0	0,8	22,5	16,2	84,1	1,2	ТТК 5.9.1
	среда		Котлеты Нежные	100	239,9	11,0	13,8	19,4	18,3	0,2	0,2	0,5	22,1	11,3	113,6	1,5	ТТК 6.16.1
			Картофель, тушеный с овощами, свекла отварная с маслом растительным	150/30 /5	216,6	3,6	10,6	26,6	135,8	0,1	2,0	1,3	28,8	41,9	100,4	1,7	ТТК 7.12
			Напиток Каркаде	200	29,7	0,1	0,0	7,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,3	0,1	0,0	0,0	ТТК 8.4.
			Хлеб пшеничный	30	70,3	2,3	0,2	14,8	0,0	0,0	0,0	0,4	6,0	4,2	19,5	0,3	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	40	108,0	2,2	0,4	23,8	0,0	0,2	0,0	0,4	9,2	10,0	42,4	1,2	ТТК 3.2
Итого по рациону:				**815**	**866,4**	**27,8**	**32,3**	**117,6**	**332,9**	**0,6**	**4,1**	**3,3**	**88,8**	**83,7**	**360,0**	**6,0**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого по рациону за 3 день				**1365**	**1445,3**	**46,7**	**48,6**	**206,6**	**410,4**	**0,7**	**5,2**	**4,9**	**308,5**	**130,3**	**590,1**	**8,3**	

Дмитриевсий аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
1	**4**	**Завтрак**	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250 /5	288,0	10,7	8,9	41,3	43,7	0,2	0,9	0,5	195,0	108,3	266,6	3,1	ТТК 1.2.
	четверг		Изделия кондитерские***	45	187,1	3,4	4,4	33,5	4,5	0,0	0,0	1,6	13,1	9,0	40,5	0,9	ТТК 3.19
			Яйцо вареное	40	56,4	4,8	4,0	0,2	62,4	0,0	0,0	0,2	19,4	4,2	66,8	0,9	ТТК 3.13
			Чай витаминный с плодами шиповника	200	29,5	0,1	0,0	7,2	0,0	0,0	3,9	0,0	3,0	2,3	4,4	0,5	ТТК 8.18.
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
Итого по рациону:				**640**	**601,8**	**19,3**	**17,8**	**91,1**	**113,6**	**0,3**	**8,8**	**2,5**	**244,5**	**131,7**	**387,9**	**7,3**	
1	**4**	**Обед**	Суп сливочный с рыбными фрикадельками	250/20	146,5	8,1	7,0	12,9	177,9	0,1	2,5	1,3	38,9	30,6	138,5	0,9	ТТК 5.34
	четверг		Мясо тушеное	100	250,2	10,8	15,6	5,9	151,2	0,3	1,4	0,9	9,3	10,3	142,5	1,6	ТТК 6.50
			Каша рассыпчатая из рисовой крупы, огурцы свежие с луком	150/30	204,4	3,7	5,0	36,2	12,2	0,0	1,9	0,5	10,0	26,7	79,2	0,6	ТТК 7.2
			Каша рассыпчатая из рисовой крупы, огурцы соленые с луком*	150/30	201,9	3,8	4,7	36,1	12,2	0,0	1,5	0,4	12,1	27,2	78,4	0,6	ТТК 7.2
			Компот из фруктов и ягод с/м	200	34,6	0,2	0,1	8,3	2,0	0,0	16,0	0,0	6,5	5,4	5,7	0,2	ТТК 8.10.
			Хлеб пшеничный	30	70,3	2,3	0,2	14,8	0,0	0,0	0,0	0,4	6,0	4,2	19,5	0,3	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	40	108,0	2,2	0,4	23,8	0,0	0,2	0,0	0,4	9,2	10,0	42,4	1,2	ТТК 3.2
Итого по рациону в весенне-летний период:				**820**	**814,0**	**27,3**	**28,3**	**101,8**	**343,3**	**0,7**	**21,8**	**3,4**	**79,9**	**87,3**	**427,9**	**4,9**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**820**	**811,6**	**27,3**	**28,0**	**101,7**	**343,3**	**0,7**	**21,5**	**3,4**	**82,0**	**87,7**	**427,1**	**5,0**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 4 день в весенне-летний период:				**1460**	**1415,8**	**46,6**	**46,1**	**192,8**	**456,9**	**1,0**	**30,6**	**5,9**	**332,6**	**219,5**	**817,4**	**12,3**	
Итого за 4 день в осенне-зимний период:				**1460**	**1413,3**	**46,7**	**45,8**	**192,8**	**456,9**	**1,0**	**30,3**	**5,8**	**334,6**	**219,9**	**816,7**	**12,3**	

Дмитриевский аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
1	**5**	**Завтрак**	Каша "Дружба" с маслом сливочным	250 /10	291,0	7,3	11,0	40,4	57,6	0,1	0,7	0,3	147,2	42,3	177,5	0,9	ТТК 1.5.
	пятница		Батон	60	157,0	4,5	1,7	30,8	0,0	0,0	0,0	1,0	11,4	7,8	39,0	0,7	ТТК 3.3
			Сыр порциями	20	64,2	4,4	5,2	0,0	31,2	0,0	0,1	0,1	154,9	6,1	87,0	0,2	ТТК 3.10
			Чай с сахаром и лимоном	200/7	29,2	0,2	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	3,8	7,2	0,7	ТТК 8.2.
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
Итого по рациону				**647**	**582,3**	**16,8**	**18,4**	**87,2**	**91,8**	**0,2**	**4,8**	**1,6**	**332,1**	**67,8**	**320,3**	**4,4**	
1	**5**	**Обед**	Солянка Школьная	250	182,3	8,8	11,2	11,5	11,7	0,2	2,3	1,0	16,3	33,2	110,1	1,4	ТТК 5.11
	пятница		Рыба, тушеная с овощами	100	108,0	13,8	4,0	4,2	286,5	0,8	1,2	0,8	39,3	51,2	201,7	0,9	ТТК 6.56.1
			Пюре картофельное, капуста б/к с морковью	150/30	152,0	3,5	5,7	21,8	64,7	0,1	5,5	0,3	48,8	32,0	89,2	1,1	ТТК 7.1
			Пюре картофельное, свекла с солеными огурцами*	150/30	153,0	3,1	8,1	16,9	227,4	0,1	28,1	1,1	75,6	31,8	59,0	1,2	ТТК 7.1
			Компот из смеси сухофруктов	200	72,4	0,4	0,0	17,7	12,0	0,0	0,0	0,0	40,0	1,7	3,4	0,1	ТТК 8.11.
			Хлеб пшеничный	40	93,8	3,0	0,3	19,7	0,0	0,0	0,0	0,5	8,0	5,6	26,0	0,4	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	50	135,0	2,8	0,6	29,7	0,0	0,2	0,0	0,5	11,5	12,5	53,0	1,6	ТТК 3.2
Итого по рациону в весенне-летний период:				**820**	**743,4**	**32,3**	**21,8**	**104,6**	**374,9**	**1,3**	**9,0**	**3,0**	**163,8**	**136,2**	**483,4**	**5,5**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**820**	**744,4**	**31,9**	**24,2**	**99,7**	**537,6**	**1,3**	**31,6**	**3,8**	**190,7**	**135,9**	**453,2**	**5,6**	
			Соль на день	2,5	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	0,1
			Специи на день	1	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за 5 день в весенне-летний период:				**1467**	**1325,7**	**49,1**	**40,1**	**191,7**	**466,8**	**1,5**	**13,8**	**4,6**	**504,0**	**204,5**	**805,3**	**10,0**	
Итого за 5 день в осенне-зимний период:				**1467**	**1326,7**	**48,7**	**42,6**	**186,9**	**629,4**	**1,4**	**36,4**	**5,3**	**530,8**	**204,2**	**775,1**	**10,1**	

Дмитриевсий аграрный колледж 2026-2027																	
Возрастная категория: с 12 лет и старше																	
1	**6**	**Завтрак**	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	250	207,5	5,9	3,1	39,0	16,5	0,1	0,7	0,2	134,8	32,0	148,3	0,5	ТТК 1.4.
	суббота		Батон	40	104,7	3,0	1,2	20,6	0,0	0,0	0,0	0,7	7,6	5,2	26,0	0,5	ТТК 3.3
			Масло порциями сливочное	10	66,1	0,1	7,3	0,1	40,0	0,0	0,0	0,1	2,4	0,0	0,0	0,0	ТТК 3.5
			Пудинг творожный "Лакомка"	70	135,3	11,1	4,0	13,7	272,9	0,0	0,8	0,3	81,9	18,9	74,0	0,5	ТТК 2.10
			Чай с сахаром	200	29,2	0,2	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	3,8	7,2	0,7	ТТК 8.2.
Итого по рациону:				**570**	**542,8**	**20,3**	**15,6**	**80,4**	**329,5**	**0,1**	**1,5**	**1,2**	**231,2**	**59,9**	**255,5**	**2,2**	
1	**6**	**Обед**	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана	**250 /10**	98,2	2,0	6,3	8,3	6,4	0,0	17,3	2,3	57,0	23,0	54,2	0,8	ТТК 5.14
	суббота		Цыплята (бедро н/к) запеченые	**100**	197,4	15,6	14,8	0,4	40,6	0,0	1,0	0,3	15,0	14,4	142,1	1,3	ТТК 6.6
			Картофель по деревенски, овощи тушеные	**150/30**	210,6	3,6	10,1	26,2	283,0	0,1	3,7	1,4	31,4	44,3	100,5	1,6	ТТК 7.7
			Сок разливной	**200**	86,6	1,0	0,2	20,2	0,0	0,0	4,0	0,2	14,0	8,0	14,0	2,8	ТТК 8.5
			Хлеб пшеничный	**60**	140,6	4,6	0,5	29,5	0,0	0,1	0,0	0,7	12,0	8,4	39,0	0,7	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	**60**	161,9	3,4	0,7	35,6	0,0	0,2	0,0	0,5	13,8	15,0	63,6	1,9	ТТК 3.2
Итого по рациону:				**860**	**895,3**	**30,1**	**32,6**	**120,3**	**330,0**	**0,5**	**25,9**	**5,4**	**143,2**	**113,0**	**413,4**	**8,9**	
			Соль на день	2,5	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	0,1
			Специи на день	1	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за 6 день:				**1430**	**1438,1**	**50,4**	**48,2**	**200,8**	**659,4**	**0,6**	**27,4**	**6,6**	**382,4**	**173,5**	**670,5**	**11,2**	

Дмитриевский аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
2	**7**	**Завтрак**	Макароны отварные с сыром	200	280,0	10,7	9,4	38,2	46,4	0,1	0,6	1,0	172,1	14,6	136,8	1,0	ТТК 1.10.
	понедельник		Изделия кондитерские ***	50	173,1	3,2	1,1	37,8	0,0	0,0	0,0	0,8	6,0	5,0	26,5	0,5	ТТК 3.19
			Какао с молоком	200	93,9	3,9	3,1	12,6	16,3	0,0	0,6	0,0	130,6	25,0	111,7	0,7	ТТК 8.12.
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
Итого по рациону:				**550**	**587,7**	**18,2**	**13,9**	**97,5**	**65,7**	**0,2**	**5,2**	**2,0**	**322,7**	**52,4**	**284,6**	**4,0**	
2	**7**	**Обед**	Суп картофельный с крупой гречневой и цыпленком	250 /10	164,8	7,2	7,2	17,9	149,4	0,1	1,1	0,3	19,2	41,3	109,9	1,7	ТТК5.2.1.
	понедельник		Плов, огурец свежий	200/60	415,5	14,6	22,6	38,6	143,4	0,6	4,9	1,4	20,1	38,0	225,4	2,3	ТТК 6.20
			Плов, огурец соленый*	200/60	414,8	14,6	22,6	38,3	143,4	0,4	3,7	1,4	23,7	38,0	221,8	2,3	ТТК 6.20
			Компот из фруктов и ягод с/м	200	34,6	0,2	0,1	8,3	2,0	0,0	16,0	0,0	6,5	5,4	5,7	0,2	ТТК 8.10.
			Хлеб пшеничный	50	117,2	3,8	0,4	24,6	0,0	0,1	0,0	0,6	10,0	7,0	32,5	0,6	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	60	161,9	3,4	0,7	35,6	0,0	0,2	0,0	0,5	13,8	15,0	63,6	1,9	ТТК 3.2
Итого по рациону в весенне-летний период:				**830**	**894,1**	**29,1**	**30,9**	**125,0**	**294,8**	**1,0**	**22,0**	**2,8**	**69,6**	**106,6**	**437,1**	**6,6**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**830**	**893,4**	**29,2**	**30,9**	**124,7**	**294,8**	**0,8**	**20,8**	**2,8**	**73,2**	**106,6**	**433,5**	**6,7**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 7 день в весенне-летний период:				**1380**	**1481,8**	**47,3**	**44,8**	**222,4**	**360,5**	**1,1**	**27,2**	**4,8**	**400,5**	**159,5**	**723,3**	**10,7**	
Итого за 7 день в осенне-зимний период:				**1380**	**1481,1**	**47,4**	**44,8**	**222,2**	**360,5**	**0,9**	**26,0**	**4,8**	**404,1**	**159,5**	**719,7**	**10,8**	

Дмитриевсий аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
2	**8**	**Завтрак**	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	250/10	278,5	7,4	10,3	39,0	56,5	0,1	0,7	0,7	141,7	21,5	128,4	0,5	ТТК 1.3.
	вторник		Батон	60	157,0	4,5	1,7	30,8	0,0	0,0	0,0	1,0	11,4	7,8	39,0	0,7	ТТК 3.3
			Масло порциями сливочное	10	66,1	0,1	7,3	0,1	40,0	0,0	0,0	0,1	2,4	0,0	0,0	0,0	ТТК 3.5
			Чай витаминный с плодами шиповника	200	29,5	0,1	0,0	7,2	0,0	0,0	3,9	0,0	3,0	2,3	4,4	0,5	ТТК 8.18.
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
Итого по рациону:				**630**	**571,9**	**15,9**	**19,7**	**86,1**	**99,5**	**0,1**	**8,6**	**2,0**	**172,5**	**39,5**	**181,4**	**3,6**	
2	**8**	**Обед**	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/20	112,3	2,2	7,6	8,7	12,8	0,0	18,8	2,3	64,7	23,8	59,4	0,8	ТТК 5.14
	вторник		Рыба, запеченая под овощами с сыром	100	124,4	15,1	6,1	2,2	298,1	0,1	1,8	0,8	95,9	52,8	230,9	0,9	ТТК 6.55.1
			Пюре картофельное, свекла отварная	150/60	175,2	3,7	7,5	23,1	20,0	0,1	2,3	0,5	53,2	37,2	99,9	1,6	ТТК 7.1
			Компот из смеси сухофруктов	200	72,4	0,4	0,0	17,7	12,0	0,0	0,0	0,0	40,0	1,7	3,4	0,1	ТТК 8.11.
			Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5	0,0	0,1	0,0	0,7	12,0	8,4	39,0	0,7	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	60	161,9	3,4	0,7	35,6	0,0	0,2	0,0	0,5	13,8	15,0	63,6	1,9	ТТК 3.2
Итого по рациону:				**900**	**787,0**	**29,3**	**26,3**	**116,9**	**342,9**	**0,5**	**22,8**	**4,9**	**279,6**	**138,8**	**496,3**	**5,9**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 8 день:				**1530**	**1358,9**	**45,2**	**46,0**	**203,0**	**442,4**	**0,6**	**31,4**	**6,9**	**460,2**	**178,8**	**679,3**	**9,6**	

Дмитриевский аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
2	**9**	**Завтрак**	Омлет паровой с мясом	120 /5	217,4	14,4	16,7	2,4	126,4	0,0	0,4	1,1	78,2	30,6	177,1	1,8	ТТК 6.8
			Огурец свежий, масло растительное	40 /5	44,1	0,3	4,4	0,8	0,0	0,1	2,8	0,5	6,8	5,6	12,1	0,2	ТТК 4.4
			Икра овощная (кабачковая)*	40	31,2	0,5	1,9	3,1	0,0	0,0	3,8	0,8	12,8	5,2	12,0	0,3	ТТК 4.14
	среда		Хлеб ржано-пшеничный	40	108,0	2,2	0,4	23,8	0,0	0,2	0,0	0,4	9,2	10,0	42,4	1,2	ТТК 3.2
			Чай с сахаром и лимоном	200/7	30,5	0,2	0,1	7,2	0,1	0,0	1,2	0,0	7,0	4,6	8,5	0,8	ТТК 8.3.
			Плоды свежие**	150	142,4	2,4	0,8	31,5	0,0	0,1	15,0	0,6	12,0	63,0	42,0	0,9	ТТК 3.11
Итого по рациону в весенне-летний период:				**567**	**542,2**	**19,5**	**22,4**	**65,7**	**126,6**	**0,4**	**19,4**	**2,6**	**113,3**	**113,8**	**282,1**	**4,9**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**562**	**529,3**	**19,7**	**19,8**	**68,0**	**126,6**	**0,3**	**20,4**	**3,0**	**119,3**	**113,4**	**282,0**	**5,0**	
2	**9**	**Обед**	Суп картофельный с горохом	250	130,1	5,1	4,2	17,9	145,4	1,8	1,1	0,3	32,6	33,7	92,9	1,7	ТТК5.5.1
	среда		Цыплята (бедро н/к) запеченые	100	197,4	15,6	14,8	0,4	40,6	0,0	1,0	0,3	15,0	14,4	142,1	1,3	ТТК 6.6
			Рагу из овощей, помидор свежий, огурец свежий, лук репчатый	150/30	164,2	2,8	8,1	20,1	333,6	0,1	11,2	1,2	39,9	31,1	87,6	1,1	ТТК 7.5
			Рагу из овощей, огурцы солёные, лук репчатый*	150/30	160,9	2,8	7,8	19,9	322,1	0,1	10,4	1,1	42,8	31,0	88,2	1,2	ТТК 7.5
			Напиток Каркаде	200	29,7	0,1	0,0	7,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,3	0,1	0,0	0,0	ТТК 8.4.
			Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5	0,0	0,1	0,0	0,7	12,0	8,4	39,0	0,7	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	70	188,9	3,9	0,8	41,6	0,0	0,3	0,0	0,6	16,1	17,5	74,2	2,2	ТТК 3.2
Итого по рациону в весенне-летний период:				**860**	**851,0**	**32,1**	**28,4**	**116,9**	**519,7**	**2,2**	**13,2**	**3,2**	**115,8**	**105,1**	**435,9**	**7,0**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**860**	**847,7**	**32,1**	**28,1**	**116,7**	**508,2**	**2,2**	**12,4**	**3,0**	**118,7**	**105,0**	**436,4**	**7,0**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 9 день в весенне-летний период:				**1427**	**1393,2**	**52**	**50,7**	**182,6**	**646,2**	**2,6**	**32,6**	**5,8**	**237,2**	**219,4**	**719,6**	**11,9**	
Итого за 9 день в осенне-зимний период:				**1427**	**1377,0**	**54,0**	**47,9**	**184,7**	**634,7**	**2,5**	**32,8**	**6,0**	**246,1**	**218,9**	**720,1**	**12,0**	

Дмитриевский аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
2	**10**	**Завтрак**	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	250 /10	325,1	9,8	13,0	43,9	56,5	0,2	0,7	1,0	158,9	7,7	254,8	1,9	ТТК 1.1.
	четверг		Пудинг творожный "Лакомка", молоко сгущеное	70/10	165,0	11,8	4,8	18,7	275,7	0,0	0,8	0,3	108,9	21,9	93,1	0,6	ТТК 2.10
			Батон	30	78,5	2,3	0,9	15,4	0,0	0,0	0,0	0,5	5,7	3,9	19,5	0,4	ТТК 3.3
			Чай с сахаром	200	29,2	0,2	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	3,8	7,2	0,7	ТТК 8.2.
Итого по рациону				**570**	**597,8**	**24,0**	**18,7**	**85,1**	**332,3**	**0,3**	**1,5**	**1,8**	**278,1**	**37,3**	**374,5**	**3,5**	
2	**10**	**Обед**	Рассольник петербургский, сметана	250/10	136,1	2,7	6,1	17,5	134,3	0,1	3,3	0,8	25,8	25,9	77,2	1,0	ТТК 5.7
	четверг		Тефтели мясные с соусом	100	199,3	6,6	13,6	12,6	178,9	0,2	1,9	0,4	13,6	11,8	92,6	1,0	ТТК 6.15.1
			Каша рассыпчатая из гречневой крупы, капуста белокочанная с морковью	150/30	229,8	8,0	6,0	35,8	58,3	0,2	5,4	0,7	25,4	115,0	174,2	3,9	ТТК 7.2
			Каша рассыпчатая из гречневой крупы, свекла отварная*	150/30	228,2	7,9	6,3	35,0	13,2	0,2	1,1	0,7	21,0	114,9	174,7	4,0	ТТК 7.2
			Компот из фруктов и ягод с/м	200	34,6	0,2	0,1	8,3	2,0	0,0	16,0	0,0	6,5	5,4	5,7	0,2	ТТК 8.10.
			Хлеб пшеничный	40	93,8	3,0	0,3	19,7	0,0	0,0	0,0	0,5	8,0	5,6	26,0	0,4	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	40	108,0	2,2	0,4	23,8	0,0	0,2	0,0	0,4	9,2	10,0	42,4	1,2	ТТК 3.2
Итого по рациону в весенне-летний период:				**820**	**801,5**	**22,8**	**26,6**	**117,7**	**373,6**	**0,7**	**26,5**	**2,8**	**88,6**	**173,7**	**418,1**	**7,8**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**820**	**800,0**	**22,6**	**26,9**	**116,9**	**328,5**	**0,7**	**22,3**	**2,8**	**84,1**	**173,6**	**418,6**	**7,9**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 10 день в весенне-летний период:				**1390**	**1399,3**	**46,8**	**45,3**	**202,8**	**705,9**	**0,9**	**28,1**	**4,6**	**374,7**	**211,4**	**794,3**	**11,4**	
Итого за 10 день в осенне-зимний период:				**1390**	**1397,8**	**46,6**	**45,6**	**202,0**	**660,8**	**0,9**	**23,8**	**4,6**	**370,2**	**211,3**	**794,8**	**11,5**	

Дмитриевский аграрный колледж 2026-2027

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Неделя №	День недели №	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Энергетическая ценность, (ккал)	Пищевые вещества, (г)			Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)				№ рецептуры
						Б	Ж	У	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
2	**11**	**Завтрак**	Каша "Боярская с изюмом" с маслом слисвочным	200 /10	401,4	9,4	17,0	52,9	80,2	0,2	0,6	0,4	148,9	57,0	215,3	1,7	ТТК 1.7.
	пятница		Яйцо вареное	40	56,4	4,8	4,0	0,2	62,4	0,0	0,0	0,2	19,4	4,2	66,8	0,9	ТТК 3.13
			Батон	30	78,5	2,3	0,9	15,4	0,0	0,0	0,0	0,5	5,7	3,9	19,5	0,4	ТТК 3.3
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
			Чай с сахаром	200	29,2	0,2	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	3,8	7,2	0,7	ТТК 8.2.
Итого по рациону:				**580**	**606,3**	**16,9**	**22,3**	**84,5**	**145,6**	**0,3**	**4,6**	**1,4**	**192,6**	**76,7**	**318,3**	**5,6**	
2	**11**	**Обед**	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	102,4	1,9	5,9	10,5	254,3	0,0	7,8	0,7	37,6	23,3	47,4	0,9	ТТК 5.7
	пятница		Печень говяжья, тушеная в соусе	100	172,1	12,9	9,7	8,3	3572,0	0,2	10,6	1,4	13,0	12,7	203,7	4,3	ТТК 6.35
			Пюре картофельное, огурцы битые	150/30	143,4	3,1	5,9	19,3	23,2	0,1	2,5	0,4	41,7	31,2	88,5	1,1	ТТК 7.1
			Пюре картофельное, огурцы солёные, лук репчатый*	150/30	142,0	3,2	5,7	19,5	19,3	0,1	1,6	0,3	42,8	31,0	88,2	1,2	ТТК 6.35
			Компот из смеси сухофруктов	200	72,4	0,4	0,0	17,7	12,0	0,0	0,0	0,0	40,0	1,7	3,4	0,1	ТТК 8.11.
			Хлеб пшеничный	50	117,2	3,8	0,4	24,6	0,0	0,1	0,0	0,6	10,0	7,0	32,5	0,6	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	50	135,0	2,8	0,6	29,7	0,0	0,2	0,0	0,5	11,5	12,5	53,0	1,6	ТТК 3.2
Итого по рациону в весенне-летний период:				**840**	**742,4**	**24,8**	**22,5**	**110,2**	**3861,5**	**0,6**	**20,9**	**3,5**	**153,8**	**88,4**	**428,6**	**8,6**	
Итого по рациону в осенне-зимний период:				**840**	**741,0**	**24,9**	**22,2**	**110,3**	**3857,6**	**0,6**	**20,0**	**3,4**	**154,9**	**88,2**	**428,3**	**8,6**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 11 день в весенне-летний период:				**1420**	**1348,7**	**41,8**	**44,8**	**194,6**	**4007,1**	**0,8**	**25,5**	**4,8**	**354,5**	**165,6**	**748,5**	**14,3**	
Итого за 11 день в осенне-зимний период:				**1420**	**1347,3**	**41,9**	**45**	**194,8**	**4003,2**	**0,8**	**24,6**	**4,8**	**355,6**	**165,4**	**748,2**	**14,3**	

Дмитриевский аграрный колледж 2026-2027																	
Возрастная категория: с 12 лет и старше																	
2	**12**	**Завтрак**	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	204,0	8,5	4,2	32,9	19,0	0,2	0,7	0,3	155,1	86,7	213,3	2,5	ТТК 1.2.
	суббота		Блинчики с фруктовой начинкой из п/ф	70	293,5	7,4	7,8	48,4	105,0	0,1	1,1	3,2	90,6	22,5	168,0	1,7	ТТК 3.7
			Плоды свежие**	100	40,8	0,4	0,4	8,9	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9	ТТК 3.11
			Чай с сахаром	200	29,2	0,2	0,0	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	3,8	7,2	0,7	ТТК 8.2.
Итого по рациону:				**570**	**567,5**	**16,5**	**12,5**	**97,3**	**127,0**	**0,3**	**5,8**	**3,7**	**264,3**	**120,8**	**398,1**	**6,8**	
2	**12**	**Обед**	Солянка Школьная	**250**	182,3	8,8	11,2	11,5	11,7	0,2	2,3	1,0	16,3	33,2	110,1	1,4	ТТК 5.11
	суббота		Рыба, запеченая по-Ленинградски	**100**	235,4	19,2	15,2	5,4	16,9	0,2	1,8	2,5	27,5	29,8	186,5	0,8	ТТК 6.32
			Рагу из овощей	**200**	192,8	3,4	8,6	25,5	429,5	0,1	11,8	1,3	47,2	35,6	105,9	1,3	ТТК 7.3
			Сок разливной	**200**	86,6	1,0	0,2	20,2	0,0	0,0	4,0	0,2	14,0	8,0	14,0	2,8	ТТК 8.5
			Хлеб пшеничный	**40**	93,8	3,0	0,3	19,7	0,0	0,0	0,0	0,5	8,0	5,6	26,0	0,4	ТТК 3.1
			Хлеб ржано-пшеничный	**40**	108,0	2,2	0,4	23,8	0,0	0,2	0,0	0,4	9,2	10,0	42,4	1,2	ТТК 3.2
Итого по рациону:				**830**	**898,8**	**37,7**	**36,0**	**106,1**	**458,1**	**0,6**	**19,9**	**5,8**	**122,2**	**122,2**	**484,9**	**8,0**	
			Соль на день	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	0,5	1,6	0,1	
			Специи на день	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за 12 день:					**1466,4**	**54,2**	**48,5**	**203,3**	**585,1**	**0,9**	**25,7**	**9,5**	**394,6**	**243,4**	**884,6**	**14,8**	

Процентное соотношение КБЖУ по рационам в весенне-летний период							
	за день норма (100%)	**завтрак**	**обед**		**завтрак**	**обед**	**итого**
					20-25%	**30-35%**	**50-60 за день %**
1	2720	555,2	891,7		20,4	32,8	53,2
2	2720	576,8	841,7		21,2	30,9	52,2
3	2720	578,9	866,4		21,3	31,9	53,1
4	2720	601,8	814,0		22,1	29,9	52,0
5	2720	582,3	743,4		21,4	27	48,7
6	2720	542,8	895,3		20,0	32,9	52,9
7	2720	587,7	894,1		21,6	32,9	54,5
8	2720	571,9	787,0		21,0	29	50,0
9	2720	542,2	851,0		19,9	31,3	51,2
10	2720	597,8	801,5		22,0	29	51,4
11	2720	606,3	742,4		22,3	27,3	49,6
12	2720	567,5	898,8		20,9	33,0	53,9
Среднее за 12 дней (в день)		**575,9**	**835,6**		**21,1**	**30,8**	**52,2**

Процентное соотношение КБЖУ по рационам в осенне-зимний период							
	за день норма (100%)	**завтрак**	**обед**		**завтрак**	**обед**	**итого**
					20-25%	**30-35%**	**50-60 за день %**
1	2720	555,2	890,2		20,4	32,7	53,1
2	2720	576,8	841,7		21,2	30,9	52,2
3	2720	578,9	866,4		21,3	31,9	53,1
4	2720	601,8	811,6		22,1	29,8	52,0
5	2720	582,3	744,4		21,4	27,4	48,8
6	2720	542,8	895,3		20,0	32,9	52,9
7	2720	587,7	893,4		21,6	32,8	54,5
8	2720	571,9	787,0		21,0	29	50,0
9	2720	529,3	847,7		19	31,2	50,6
10	2720	597,8	800,0		22,0	29	51,4
11	2720	606,3	741,0		22,3	27,2	49,5
12	2720	567,5	898,8		20,9	33,0	53,9
Среднее за 12 дней (в день)		**574,9**	**834,8**		**21,0**	**30,8**	**51,8**

Сводная таблица о потреблении пищевых веществ и энергии рациона комплекс 2026-2027 возраст с 12 лет и старше (весенне-летний период)												
День недели	**Энергетическая ценность на 10 дней, (ккал)**	**Пищевые вещества, (г)**			**Витамины, (мг)**				**Минеральные вещества, (мг)**			
		Б	**Ж**	**У**	**A**	**B_1**	**C**	**E**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
1	1447,0	46,7	51,8	200,0	432,5	2,7	29,6	5,5	375,4	160,0	834,2	11,8
2	1418,5	47,0	48,9	197,6	4199,2	1,1	22,1	6,4	180,1	208,6	735,0	17,1
3	1445,3	46,7	48,6	206,6	410,4	0,7	5,2	4,9	308,5	130,3	590,1	8,3
4	1415,8	46,6	46,1	192,8	456,9	1,0	30,6	5,9	332,6	219,5	817,4	12,3
5	1325,7	49,1	40,1	191,7	466,8	1,5	13,8	4,6	504,0	204,5	805,3	10,0
6	1438,1	50,4	48,2	200,8	659,4	0,6	27,4	6,6	382,4	173,5	670,5	11,2
7	1481,8	47,3	44,8	222,4	360,5	1,1	27,2	4,8	400,5	159,5	723,3	10,7
8	1358,9	45,2	46,0	203,0	442,4	0,6	31,4	6,9	460,2	178,8	679,3	9,6
9	1393,2	52	50,7	182,6	646,2	2,6	32,6	5,8	237,2	219,4	719,6	11,9
10	1399,3	46,8	45	202,8	705,9	0,9	28,1	4,6	374,7	211,4	794,3	11,4
11	1348,7	41,8	44,8	194,6	4007,1	0,8	25,5	4,8	354,5	165,6	748,5	14,3
12	1466,4	54	48,5	203,3	585,1	0,9	25,7	9,5	394,6	243,4	884,6	14,8
Среднее за 10 дней (в день)	**1411,6**	**47,8**	**47,0**	**199,8**	**1114,4**	**1,2**	**24,9**	**5,9**	**358,7**	**189,5**	**750,2**	**12,0**

Сводная таблица о потреблении пищевых веществ и энергии рациона комплекс 2026-2027 возраст с 12 лет и старше (осенне-зимний период)												
День недели	**Энергетическая ценность на 10 дней, (ккал)**	**Пищевые вещества, (г)**			**Витамины, (мг)**				**Минеральные вещества, (мг)**			
		Б	**Ж**	**У**	**A**	**B_1**	**C**	**E**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
1	1445,5	46,6	51,7	199,8	384,6	2,7	27,2	5,5	373,3	157,3	838,9	11,8
2	1418,5	47,0	48,9	197,6	4199,2	1,1	22,1	6,4	180,1	208,6	735,0	17,1
3	1445,3	46,7	48,6	206,6	410,4	0,7	5,2	4,9	308,5	130,3	590,1	8,3
4	1413,3	46,7	45,8	192,8	456,9	1,0	30,3	5,8	334,6	219,9	816,7	12,3
5	1326,7	48,7	42,6	186,9	629,4	1,4	36,4	5,3	530,8	204,2	775,1	10,1
6	1438,1	50,4	48,2	200,8	659,4	0,6	27,4	6,6	382,4	173,5	670,5	11,2
7	1481,1	47,4	44,8	222,2	360,5	0,9	26,0	4,8	404,1	159,5	719,7	10,8
8	1358,9	45,2	46,0	203,0	442,4	0,6	31,4	6,9	460,2	178,8	679,3	9,6
9	1377,0	54	47,9	184,7	634,7	2,5	32,8	6,0	246,1	218,9	720,1	12,0
10	1397,8	46,6	45,6	202,0	660,8	0,9	23,8	4,6	370,2	211,3	794,8	11,5
11	1347,3	41,9	45	194,8	4003,2	0,8	24,6	4,8	355,6	165,4	748,2	14,3
12	1466,4	54	48,5	203,3	585,1	0,9	25,7	9,5	394,6	243,4	884,6	14,8
Среднее за 12 дней (в день)	**1410**	**48**	**47**	**200**	**1119**	**1**	**26**	**6**	**362**	**189**	**748**	**12**

Среднесуточный набор пищевых продуктов за 12 дней

№п/п	Наименование продуктов	Среднесуточные нормы	Среднесуточная норма 60-75% (завтрак, обед, полдник)		Норма за 12 дней		Получено фактически	Недостаток, гр	Избыток, гр
			50%	60%	60%	75%			
1	Хлеб ржаной	120,0	60,0	72,0	720,0	864,0	680,0	40,0	-
2	Хлеб пшеничный(в том числе батон)	200,0	100,0	120,0	1200,0	1440,0	1150,0	50,0	-
3	Мука пшеничная	20,0	10,0	12,0	120,0	144,0	110,0	10,0	-
4	Крупы, бобовые	50,0	25,0	30,0	300,0	360,0	524,0	-	224,0
5	Макаронные изделия	20,0	10,0	12,0	120,0	144,0	161,0	-	41,0
6	Картофель	187,0	93,5	112,2	1122,0	1346,4	1315,0	-	-
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат- пюре, зелень	320,0	160,0	192,0	1920,0	2304,0	1640,0	280,0	-
8	Фрукты (плоды) свежие	185,0	92,5	111,0	1110,0	1332,0	1110,0		-
9	Сухофрукты	20,0	10,0	12,0	120,0	144,0	90,6	29,4	-
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные	200,0	100,0	120,0	1200,0	1440,0	1200,0	-	-
11	Мясо жилованное 1 кат.	78,0	39,0	46,8	468,0	561,6	493,0	-	-
12	Птица (цыплята-бройлеры потрошеные - 1 кат.)	53,0	26,5	31,8	318,0	381,6	588,0	-	206,4
13	Рыба (филе), в т.ч. Филе слабо или малосоленое	77,0	38,5	46,2	462,0	554,4	374,0	88,0	-
14	Молоко и кисломолочная продукция	350,0	175,0	210,0	2100,0	2520,0	1850,0	250,0	-
15	Творог (5% - 9% м.д.ж)	60,0	30,0	36,0	360,0	432,0	128,0	232,0	-
16	Сыр	15,0	7,5	9,0	90,0	108,0	80,0	10,0	
17	Сметана	10,0	5,0	6,0	60,0	72,0	87,0	-	27,0
18	Масло сливочное	35,0	17,5	21,0	210,0	252,0	184,0	26,0	-
19	Масло растительное	18,0	9,0	10,8	108,0	129,6	115,0	-	-
20	Яйцо, шт.	1шт. (40)	0,5	0,6	6,0	7,2	5,0	1,0	-
21	Сахар	35,0	17,5	21,0	210,0	252,0	234,0	-	
22	Кондитерские изделия	15,0	7,5	9,0	90,0	108,0	95,0	-	-
23	Чай	2,0	1,0	1,2	12,0	14,4	15,0	-	0,6
24	Какао-порошок	1,2	0,6	0,7	7,2	8,6	5,4	1,8	-
25	Крахмал	4,0	2,0	2,4	24,0	28,8			-
25	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,2	0,2	1,8	2,2	1,8	-	-
26	Соль	5,0	2,5	3,0	30,0	36,0	30,0	-	-
27	Специи	2,0	1,0	1,2	12,0	14,4	12,0	-	-

Библиография

1.Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А. И. Здобнов, В. А. Цыганенко, М. И. Пересичный. – К. : Арий, М.: Лада, 2008. – 688 с.

2. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 289 с.

3. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 192 с.

4.Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

5.Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А.Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс , 2015 .-640 с.

6. Справочник «Химический состав российских пищевых продуктов»/ Под ред. И. М. Скурихина, В. А. Тутельяна. – М. : ДеЛи принт, 2002. – 236 с.

Примечание- при приготовлении блюд используются овощи и фрукты урожая 2026-2027 гг. После 1 марта 2027 г.-овощи урожая 2026 г. допускается использовать только после термической обработки.

Примечание-*замена блюда в осенне-зимний период и/ или после 1 марта 2026г.

Примечание-**могут быть использованы фрукты: яблоки, бананы, апельсины, мандарины, груши.

Примечание-***могут быть использованы изделия кондитерские: вафли, пряники, печенье, мармелад, зефир, лепешка диетическая, корж молочный.