

# Выполнение натуральных норм школьных обедов для детей с 12 лет и старше

Сезон: весенний

Вариант № 2

24-дневное меню

без салатов

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 дн итого	ср за день	Сум норма, нетто	% вып.	
Хлеб ржаной	20,0	20,0	20,0	35,0	35,0	35,0	20,0	35,0	20,0	35,0	20,0	35,0	35,0	35,0	20,0	35,0	20,0	35,0	35,0	35,0	20,0	35,0	20,0	35,0	690,0	28,8	120	24,0	
Хлеб пшеничный	50,0	40,0	30,0	38,0	30,0	50,0	30,0	60,0	30,0	70,0	30,0	71,8	60,0	50,0	30,0	71,8	40,0	60,0	60,0	60,0	60,0	60,0	60,0	50,0	1191,6	49,7	200	24,8	
Мука пшеничная	1,5	5,0		7,0	10,0	4,0		2,2		5,0	9,0	3,8			4,0	3,8	10,0	4,0	4,0		10,0	4,0	5,0	5,0	97,3	4,1	20	20,3	
Крупа		5,0	24,0	75,0	60,0	48,0	64,0		73,0	4,0		53,0	73,0	24,0	60,0			3,8	48,0	15,0	60,0		5,0	10,0	704,8	29,4	50	58,7	
Макароны	78,0							15,0			78,0					15,0	78,0					78,0			342,0	14,3	20	71,3	
Картофель	30,0	248,0	34,0	15,5		80,0	31,0	173,0	50,0	62,0	25,0	34,0	80,0	37,0	30,0	173,0	15,5	245,0	80,0		15,5	80,0	235,0	7,7	1781,2	74,2	187	39,7	
Овощи (свежие, мороженные, консервированные)	98,1	30,0	359,1	198,8	157,0	139,6	212,4	39,6	187,0	48,6	180,0	170,1	148,2	375,6	102,1	48,6	191,1	53,6	129,2	319,3	185,0	49,6	138,6	546,0	4107,3	171,1	320	53,5	
Фрукты (плоды) свежие	150,0	30,0	16,6	30,0	30,0		30,0	150,0	30,0	150,0	17,0	30,0	30,0		150,0			180,0		150,0		180,0	30,0		1383,6	57,7	185	31,2	
Сухофрукты	17,0					20,0								20,0	17,0					17,0					17,0	108,0	4,5	20	22,5
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	31,0	45,6	31,0	60,2		141,0	31,0			128,6	115,0	31,0	31,0	31,0	141,0		31,0	146,0	31,0	140,0	31,0	141,0	75,5	31,0	1443,9	60,2	78	77,1	
Субпродукты (печень, язык, сердце)	80,0							80,0																		160,0	6,7	40	16,7
Птица		57,8	150,0	45,0	50,0		130,0	24,4	120,0				100,0	150,0		24,4	95,0		100,0	24,4	95,0		56,0		1222,0	50,9	53	96,1	
Рыба-филе		25,0			120,0				38,0			88,0				88,0								118,0		477,0	19,9	77	25,8
Молоко		36,0						36,0			35,0	15,0				41,0	10,0				10,0		36,0		219,0	9,1	350	2,6	
Кисломолочные продукты																											180		
Творог																											60		
Сыр		15,0	5,5		49,5											17,0								10,0	97,0	4,0	15	26,9	
Сметана	12,0		3,3	12,0		12,0	12,0			12,0	30,0		6,6	3,3	12,0		12,0	30,0	12,0		12,0		12,0	22,0	215,2	9,0	10	89,7	
Масло сливочное	10,6	12,0		11,0	20,5	8,0	5,0	12,6	16,0		11,0	8,0	6,0		8,0	15,8	11,0	6,0	8,0		13,0	6,0	12,0	5,0	205,5	8,6	35	24,5	
Масло растительное	4,9	4,9	12,9	4,5	10,0	5,7	18,7	8,9	3,1	4,9	5,7	16,3	3,5	5,5	5,7	4,5	12,5	5,7	4,1	16,5	4,5	5,7	5,0	19,9	193,6	8,1	18	44,8	
Яйцо, шт		1,0										0,1				1,1					1,0			0,1	3,3	0,2	1 шт	20,0	
Сахар	17,4	15,0		20,4	21,7	15,0	18,3		20,0		17,0	16,1	15,0	15,0	17,0		5,5	20,0	2,0	21,2	3,8	20,0	15,0	22,5	317,7	13,2	35	37,8	
Кондитерские изделия																											15		
Чай																											2		
Какао																											1,2		
Кофейный напиток																											2		
Дрожжи хлебопекарные																											0,3		
Соль	1,9	1,7	2,0	1,7	2,4	1,6	1,8	1,8	1,8	1,2	1,6	2,1	1,7	1,6	1,6	1,6	2,1	1,6	1,7	1,4	1,6	1,6	1,6	2,1	41,8	1,7	5	34,8	
Специи	0,3	0,2	0,6	0,5	0,3	0,2	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	0,2	0,4	0,3	0,8	0,4	0,3	0,2	0,2	0,5	7,0	0,3	2	14,6	