

Утверждаю:

Директор МУП «База общепита»



Барина Л.М.

Согласовано:

\_\_\_\_\_

должность

A handwritten signature in blue ink is written over a horizontal line.

(ф.и.о.)

# Примерное меню

## ГПД с 7-12 лет

2023-2024 год

Выполнение норм в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

20 дней

(суточная) 7-12лет ГПД

Показатели	Фактически среднесуточный набор	Норма по таблице2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-12 лет 35%
Белки (г/сут)	29,1	26,95
жиры(г/сут)	28,7	27,65
углеводы(г/сут)	111,7	117,25
Энер.ценность	861,8	822,5
витамин С (мг/сут)	36	21
витамин В1(мг/сут)	0,4	0,42
витамин В2(мг/сут)	0,6	0,49
витамин А(мкг/сут)	0,7	0,25
витамин D(мкг/сут)	0,1	0
кальций(мг/сут)	264	280
фосфор(мг/сут)	275	280
магний(мг/сут)	70,8	87,5
железо(мг/сут)	5,6	4,2
калий(мг/сут)	499,5	280
йод(мг/сут)	0,02	0,04
селен(мг/сут)	0	0
фтор(мг/сут)	0,2	0,49

Выявление и профилактика пищевых отравлений в столовой и пищеблоке учреждений в школах в

возрасте от 7 до 12 лет - ГПД 2023-2024гг.

Наименование продуктов	Возрасто																				итого	в сред .за день	7-12л 35%
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	600	30	28
Хлеб пшеничный	58	45	59	45	45	59	59	45	45	45	45	45	59	45	45	59	59	59	45	45	997	49,9	52,5
Мука пшеничная	16,6	6	18			9,5	10		5				11,5	2,4		14,6	10	5,3			108,9	5,4	5,25
Крупы, бобовые		71,4	4	51	16		4	55,3	16	23		8		87,4	7	4	16	16		52,5	4426,1	21,3	15,75
Макаронные изделия	8		52,5																		121	6,05	5,25
Картофель	40	16	60	24	211	40	201	24	16	40	201	6	24	40	205	40	114	111	16	24	1463	73,1	65,45
Овощи свежие, зелень	160,1	90	41,4	182	29	203,4	132,4	157,3	70	142	31	151	204,5	34	85	162	151	131	70	135,1	2362,2	118,1	98
Фрукты свежие		150		150			40	150		150		150	150	150		150			150	40	1280	64	64,75
Фрукты сухие в т.ч. шиповник				20	10			20	10		20		10								904,5		5,25
Соки плодово-овощные	200	200				200				200		200		200		200	200	200			1600	80	70
Мясо 1категор.	16	12	71		12	71,2	12		12	82	16	91		12	76	82	12	12	12	40	641,2	32,06	24,5
Птица				77,8				77,8				59					59				273,6	13,7	12,25
Субпродукты	74	60											100								234	11,7	10,5
Рыба-филе				20	125		66				125							66		20	422	21,1	20,3
Молоко	261,5	30	200		31,6		231,6		133		231,6			200		237,5	31,6	333	30		1951,4	97,6	105

Кисло-молочные продукты	100				100	100				100	100						100	100		100	100	1000	50	52,5	
Творог								134						134			134	368				18,4	17,5		
Сыр	18							18		18							18	72				3,6	3,5		
Сметана								8	20								20	5			8	10	71	3,5	3,5
Масло сливочное	18,6	9	15	10	7	11	12	6,7	12	9	9	9	9	5	5,4	15	16,6	7		12	10	205,3		10,5	
Масло растительное	18	3	4	1,5	9	5	7	4,3		5	5	5	9	3			7	4		9		105,3	5,26	5,25	
Яйцо	43,6	10	40			40		5,9	6	3,6				40	46					5,9	3	242,8	12,1	14	
Сахар				15	20	4,5	24	15	37,2	15				10	1,2					26	24	215,9	10,8	10,5	
Кондитерские изделия	35									35												70	3,5	3,5	
Крахмал														24								24	1,2	1,05	
Соль	1	1,2	1,2	1,3	1	1,2	1	1,5	1	1,3	1,3	1,5	1	1,2	1,3	1	1,2	1	1,2	1,2	1,2	23,4	1,2	1,05	







