

**УТВЕРЖДЕНО:**

И.о.директора

МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»

Администрации Володарского района

Корнеева И.П.



**ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ  
НА ОСЕННЕ – ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»  
АДМИНИСТРАЦИИ ВОЛОДАРСКОГО РАЙОНА  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 5-11 КЛАССОВ**

## I неделя

## Понедельник

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Борщ со свежей капустой	1/250	4,4	7,2	10,1	126	64
	Плов из куриного филе	1/250	17,8	8,8	24,8	276	283
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Яйцо вареное	1/шт	5,1	4,6	0,3	63	169
	Сок фруктовый	1/200	1		21,2	92	
	Всего		35,1	23,2	108,4	795	

## Вторник

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Суп картофельный с горохом	1/250	4,4	3,9	16	117	81
	Рыба тушеная с овощами	1/150	16,4	9,9	8,4	180	194
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	1/200/7,5	7,3	6,6	48,6	280	295
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Ряженка	1/200	6	8	6	118	358
	Всего		40	31	131	933	

## Среда

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Суп картофельный с пшеничной крупой	1/250	3,1	2,5	21,7	122	79
	Биточки рубленые	1/100	16,4	2,4	5,2	101,8	248
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Яйцо вареное	1/шт	5,1	4,6	0,3	63	169
	Капуста тушеная	1/100	3,7	5,4	14,2	123	307
	Сок фруктовый	1/200	1		21,2	92	
	Всего		36,1	17,5	114,6	739,8	

## Четверг

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Суп картофельный с макаронными изд.	1/250	2,9	2,5	21,6	121	82
	Плов из куриного филе	1/250	17,8	8,8	24,8	276	283
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Икра кабачковая (пром.производства)	1/50	1,5	2,7	6,4	65,02	
	Сыр твердый	1/20	3,5	4,5		55	9
	Чай с сахаром и лимоном	1/200/15/8	0,2		15,2	63	350
	Всего		32,7	21,1	120	818	

Пятница

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Борщ со свежей капустой	1/250	4,4	7,2	10,1	126	64
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Сырник со сметаной	1/150/15	29	7,4	23,6	221,6	182
	Банан	1/100	1,5	0,2	23	95	
	Чай с молоком	1/200	1,5	1,6	17,3	90	351
	Всего		43,2	19	126	770	

II неделя

Понедельник

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Суп картофельный с гречневой крупой	1/250	2,5	2,6	16,8	102	80
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Капуста тушеная	1/100	3,7	5,4	14,2	123	307
	Плов из куриного филе	1/250	17,8	8,8	24,8	276	283
	Сыр твердый	1/20	3,5	4,5		55	9
	Чай с сахаром и лимоном	1/200/15/8	0,2		15,2	63	350
	Яблоко	1/100	0,3		14	35	
	<b>Всего</b>		<b>34,8</b>	<b>23,9</b>	<b>137</b>	<b>892</b>	

Вторник

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Борщ со свежей капустой	1/250	4,4	7,2	10,1	126	64
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Сырник со сметаной	1/150/15	29	7,4	23,6	221,6	182
	Печенье	1/50	2,5	5,8	22,5	126	
	Молоко кипяченое	1/200	5,9	6,7	9,9	125	357
	Банан	1/100	1,5	0,2	23	95	
	<b>Всего</b>		<b>50,1</b>	<b>29,9</b>	<b>141</b>	<b>932</b>	

## Среда

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Суп рассольник Ленинградский	1/250	2,6	5,5	18,2	133	74
	Каша гречневая со сливочным маслом	1/200/7,5	4	10	36	240	290
	Гуляш	1/100	10	7,9	3,3	149	237
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Яйцо вареное	1/1шт	5,1	4,6	0,3	63	169
	Апельсин	1/100	0,9	0,1	10	47	
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	1/200	3,3	3,5	22,5	135	353
	Всего		32,7	34,2	142	1005	

## Четверг

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Борщ со свежей капустой	1/250	4,4	7,2	10,1	126	64
	Каша пшеничная со сливочным маслом	1/200/7,5	6,4	5,2	34,4	216	290
	Котлета из куриного филе	1/100	16,4	2,4	5,2	101,8	248
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Сок фруктовый	1/200	1		21,2	92	
	Яблоко	1/100	0,3		14	35	
	Всего		35,3	17,4	137	808	

Пятница

Прием пищи	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	№ рецептур
Обед	Суп картофельный с горохом	1/250	4,4	3,9	16	117	81
	Рыба тушеная с овощами	1/150	16,4	9,9	8,4	180	194
	Картофель отварной со сливочным маслом	1/200/7,5	4,1	6,2	35,8	217	163
	Хлеб пшеничный	1/70	3,5	1,4	35	134	
	Хлеб ржаной	1/40	3,3	1,2	17	104	
	Ряженка	1/200	6	8	6	118	358
	Яблоко	1/100	0,3		14	35	
	Всего		38	30,6	132,2	905	

**Норма обеда составляет 30-35% от суточной калорийности рациона , т.е. 840 - 960 ккал.**

**Фактическая энергетическая ценность обеда в школе согласно двухнедельного меню в среднем составляет 881 ккал (анализ выполнения норм питания по БЖУ прилагается)**

**Примечание: При составлении меню использованы:**

- сборник рецептур блюд для питания школьников. Министерство торговли. 1987 год.
- Методические рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций

**Анализ выполнения норм питания по БЖУ  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся 1-4 классов  
МБОУ «Новокрасновская школа»**

**Завтраки**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	12-16	16	28,6	22,3	32	32,6	12,8	24,7	28	16,4	39,2	24	150%
Жиры	12-16	20	18,3	13,6	21,7	27,9	11,3	21,3	25	16	17	19	137%
Углеводы	48-60	78,3	83,3	83	77,6	92	78,2	90,9	59,1	99,5	75,6	82	131%
Энергетическая ценность	400-550 ккал	542	603,22	486	617	735,4	471,42	680	568	579	707	600	100%

**Обеды**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	20-25	28,9	38	34,3	26,5	24	28,6	33,8	29	31	35	31	120%
Жиры	20-25	20,3	28,8	16,8	18,2	14,6	21,0	25,5	31	15,4	28,4	22	103%
Углеводы	80-100	88	114	100	99	100	106,6	115	119	114	104	106	106%
Энергетическая ценность	600-750 ккал	662	846	675,8	685	595,8	657	756	881	690	787	724	100%



**Анализ выполнения норм питания по БЖУ  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся льготной категории 5-11 классов  
МБОУ «Новокрасновская школа»**

**Обеды**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	20-25	35,1	40	36.1	32,7	43.2	34,8	50.1	32.7	35.3	38	38	141%
Жиры	20-25	23,2	31	17.5	21,1	19	23,9	29.9	34.2	17.4	30.6	25	115%
Углеводы	80-100	108,4	131	114.6	120	126	137	141	142	137	132.2	128	127%
Энергетическая ценность	840-960 ккал	795	933	739.8	818	770	892	932	1005	808	905	860	100%

**Анализ выполнения норм питания  
(обед 35% от сут. потребности)  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся льготной категории 5-11 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Хлеб пшеничный	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	100%
Хлеб ржаной	42	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	95%
Крупы, бобовые	17,5	76	70	5			10		60	57		27	150%	
Макарон. изд.	7		10		68							7,8	111%	
Картофель	65,5	54	100	66	50	54	66	54	100	54	249	84	128%	
Овощи	112	93	120	181	111	93	179	93	54	102	90	112	100%	
Соки	70	200		200						200		60	86%	
Фрукты	65		8			100	100	100	100	100	100	68	104%	
Сахар	12	2,5	15	2	2,5	35	16	22,5		2,5	2,5	10	83%	
Масло слив.	12	22,5	2,5	2,5	10	5	12,5	5	7,5	12,5	7,5	8,8	74%	
Масло раст.	6,3		10,5	9,4	8	6	3,4	6	5	6	8	6,2	98%	
Яйца	0,35	1		1					1			0,3	100%	
Молоко	105					50		200	40			29	28%	
Кисломолочные продукты	63				200						200	40	64%	
Сыр твердый	4,2		20				20					4	95%	
Творог	21					136		136				27	128%	
Мясо	53	100	108	74			100		79	74		53,5	100%	
Рыба	27				94						94	18	67%	
Сметана	3,5					15		15				3	86%	
Кондитерские изделия	5,3							50				5	94%	
Чай	0,1		0,5			0,5	0,5					0,1	100%	
Какао	0,4											-		
Кофейный напиток	0,7								5			0,5	71%	
Соль	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	100%	
Мука	7					26		26				5,2	74%	

**Анализ выполнения норм питания  
(обед 35% от суточной потребности)  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся льготной категории 8-11 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. на 10 дней	Анализ	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Хлеб пшеничный	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	100%
Хлеб ржаной	42	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	95%
Крупы, бобовые	17,5	76	70	5			10		60	57		27	150%	
Макарон. пш.	7		10		68							7,8	111%	
Картофель	65,5	54	100	66	50	54	66	54	100	54	249	84	128%	
Овощи	112	93	120	181	111	93	179	93	54	102	90	112	100%	
Соки	70	200		200						200		60	86%	
Фрукты	68		8			100	100	100	100	100	100	68	104%	
Сахар	12	2,5	15	2	2,5	35	16	22,5		2,5	2,5	10	83%	
Масло слив.	12	22,5	2,5	2,5	10	5	12,5	5	7,5	12,5	7,5	8,8	74%	
Масло раст.	6,3		10,5	9,4	8	6	3,4	6	5	6	8	6,2	98%	
Яйца	0,35	1		1					1			0,3	100%	
Молоко	105					50		200	40			29	28%	
Кисломолочные продукты	63				200						200	40	64%	
Сыр твердый	4,2		20				20					4	95%	
Творог	21					136		136				27	128%	
Мясо	53	100	108	74			100		79	74		53,5	100%	
Рыба	27				94						94	18	67%	
Сметана	3,5					15		15				3	86%	
Кондитерские изделия	5,3							50				5	94%	
Чай	0,1		0,5			0,5	0,5					0,1	100%	
Какао	0,4											-		
Кофейный напиток	0,7								5			0,5	71%	
Соль	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	100%	
Мука	7					26		26				5,2	74%	

Анализ выполнения норм питания (обед)  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся ГИД (1-4 класс)  
МБОУ «ПОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб пшеничный	53	50	50	68	50	50	50	50	50	68	50	53	100%
Хлеб ржаной	28	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	106%
Крупы, бобовые	16	87	35		10		10		60	57		22,9	140%
Макаронны	5		10		51							6,1	120%
Картофель	65,5	54	100	66	50	54	66	54	100	54	249	79,3	121%
Овощи	98	93	72	111	90	93	179	93	54	102	90	98	100%
Соки	70	200		200						200		60	86%
Фрукты	65		8		100	100	108	100	100	100	100	71	109%
Сахар	10,5	2,5	15		2,5	25	16	12,5		2,5		7,6	73%
Масло слив.	10,5	15	2,5	7,5	7,5	2,5	7,5	2,5	10	7,5	7,5	7	67%
Масло раст.	5,3		7	4,7	8	3	1,7	3	5	9	8	5	94%
Яйца	0,3	1		1					1			0,3	100%
Молоко	105					50		200	40			29	28%
Кисломолочные продукты	53				200						200	40	75%
Сыр твердый	3,5		15				20					3,5	100%
Творог	17,5					91		91				18,2	104%
Мясо, мясопродукты	42	100	72	74			100		79	76		50	119%
Рыба	20,3				94						94	18,8	93%
Сметана	3,5					15		15				3	86%
Кондитерские изделия	3,5							50				5	140%
Чай	0,1		0,5			0,5	0,5					0,1	100%
Какао	0,4												72%
Кофейный напиток	0,7								5				72%
Соль	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100%
Мука	5,3					13		13				2,6	50%

Анализ выполнения норм питания (обед)  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся ГПД (1-4 класс)  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб пшеничный	53	50	50	68	50	50	50	50	50	68	50	53	100%
Хлеб ржаной	28	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	106%
Крупы, бобовые	16	57	35		10		10		60	57		22,9	140%
Макаронны	5		10		51							6,1	120%
Картофель	65,5	54	100	66	50	54	66	54	100	54	249	79,3	121%
Овощи	98	93	72	111	90	93	179	93	54	102	90	98	100%
Соки	70	200		200						200		60	86%
Фрукты	65		8		100	100	108	100	100	100	100	71	109%
Сахар	10,5	2,5	15		2,5	25	16	12,5		2,5		7,6	73%
Масло слив.	10,5	15	2,5	7,5	7,5	2,5	7,5	2,5	10	7,5	7,5	7	67%
Масло раст.	5,3		7	4,7	8	3	1,7	3	5	9	8	5	94%
Яйца	0,3	1		1					1			0,3	100%
Молоко	105					50		200	40			29	28%
Кисломолочные продукты	53				200						200	40	75%
Сыр твердый	3,5		15				20					3,5	100%
Творог	17,5					91		91				18,2	104%
М'ясо, мясопродукты	42	100	72	74			100		79	76		50	119%
Рыба	20,3				94						94	18,8	93%
Сметана	3,5					15		15				3	86%
Кондитерские изделия	3,5							50				5	140%
Чай	0,1		0,5			0,5	0,5					0,1	100%
Какао	0,4												-
Кофейный напиток	0,7								5				72%
Соль	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100%
Мука	5,3					13		13				2,6	50%

**Анализ выполнения норм питания  
(завтрак)  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся 1-4 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	20	20	20		20	20	20	20	20		20	16	80%
Хлеб пшеничный	30	30	39		30	30	39	30	30		30	26	87%
Крупы, бобовые	11		46				57				38	14	120%
Макароны	3,8							51				5,1	134%
Картофель	47	171				199			171			54	114%
Овощи	70	77,6	69		50	145,6	69	70	118		80,5	68	97%
Соки	50				200			200			200	60	120%
Фрукты	46	100		100		100				100		40	87%
Сахар	7,5	1		30		3,5				28		6,3	84%
Масло слив.	7,5	5	5		18	5	5	5	5		5	5,3	71%
Масло раст.	3,8	1,7	6	3		9,7	6	5	8	8,7		4,8	126%
Яйца	0,25		0,5		1						1	0,25	100%
Молоко	75		200		15	200	40					46	62%
Кисломолочные продукты	37	200							200			40	108%
Сыр твердый	2,5				15			15				3	120%
Творог	12,5			91						51		14	112%
Мясо	30,1		74		100			79			79	33	109%
Рыба	14,5					94			94			18	124%
Сметана	2,5			15						15		3	120%
Кондитерские изделия	2,5			50								5	200%
Чай	0,1											-	-
Какао	0,3			4								0,4	100%
Кофейный напиток	0,5						5					0,5	100%
Соль	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	100%
Мука	3,8			13							20	3,3	87%
Сухофрукты	3,8										20	2	53%

**Анализ выполнения норм питания  
(завтрак)  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся 1-4 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб ржаной	20	20	20		20	20	20	20	20		20	16	80%
Хлеб пшеничный	30	30	39		30	30	39	30	30		30	26	87%
Крупы, бобовые	11		46				57				38	14	120%
Макароны	3,8							51				5,1	134%
Картофель	47	171				199			171			54	114%
Овощи	70	77,6	69		50	145,6	69	70	118		80,5	68	97%
Соки	50				200			200			200	60	120%
Фрукты	46	100		100		100				100		40	87%
Сахар	7,5	1		30		3,5				28		6,3	84%
Масло слив.	7,5	5	5		18	5	5	5	5		5	5,3	71%
Масло раст.	3,8	1,7	6	3		9,7	6	5	8	8,7		4,8	126%
Яйца	0,25		0,5		1						1	0,25	100%
Молоко	75		200		15	200	40					46	62%
Кисломолочные продукты	37	200							200			40	108%
Сыр твердый	2,5				15			15				3	120%
Творог	12,5			91						51		14	112%
Мясо	30,1		74		100			79			79	33	109%
Рыба	14,5					94			94			18	124%
Сметана	2,5			15						15		3	120%
Кондитерские изделия	2,5			50								5	200%
Чай	0,1											-	-
Какао	0,3			4								0,4	100%
Кофейный напиток	0,5						5					0,5	100%
Соль	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	100%
Мука	3,8			13						20		3,3	87%
Сухофрукты	3,8									20		2	53%

**Анализ выполнения норм питания по БЖУ  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся льготной категории 8-11 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

**Обед**

Наименование продукта	Норма на 1 чел.	Выдано на 1 ребенка										Всего за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Хлеб	29,25	34	33,7	36,1	40	43,2	27,3	50,1	32,7	35,3	38	36	140%
Жиры	29,25	49,6	21,1	17,5	31	19	45,1	29,9	34,2	17,4	30,6	29	116%
Углеводы	89,100	119,6	120	114,6	131	126	113,6	141	142	137	132,2	127	127%
Энергетическая ценность	849-900 ккал	1010	818	739,8	933	770	891	932	1005	808	905	881	100%



**Анализ выполнения норм питания по БЖУ  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся льготной категории 5-11 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

**Обеды**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	20-25	34	32.7	36.1	40	43.2	27.3	50.1	32.7	35.3	38	36	140%
Жиры	20-25	49.6	21.1	17.5	31	19	45.1	29.9	34.2	17.4	30.6	29	116%
Углеводы	80-100	119.6	120	114.6	131	126	113.6	141	142	137	132.2	127	127%
Энергетическая ценность	840-960 ккал	1010	818	739.8	933	770	891	932	1005	808	905	881	100%

**Анализ выполнения норм питания по БЖУ  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся 1-4 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

**Завтраки**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	12-16	16	32	22.3	25	32.6	13.2	24.7	28	16.4	30.2	24	150%
Жиры	12-16	20	21.7	13.6	50.1	27.9	10.2	21.3	25	16	17	22	137%
Углеводы	48-60	78.3	77.6	83	53.8	92	83.7	90.9	59.1	99.5	75.6	79	130%
Энергетическая ценность	400-550 ккал	542	617	486	710	735.4	476.4	680	568	579	707	610	110%

**Обеды**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	20-25	29.6	26.5	34,3	38	24	25.5	33.8	29	31	35	30	120%
Жиры	20-25	47	18.2	16,8	28.8	14.6	44	25.5	31	15.4	28.4	26,7	106%
Углеводы	80-100	97	99	100	114	100	100	115	119	114	104	106	106%
Энергетическая ценность	600-750 ккал	892	685	675,8	846	595.8	827	756	881	690	787	763	101%

**Анализ выполнения норм питания по БЖУ  
согласно примерного двухнедельного меню  
для учащихся 1-4 классов  
МБОУ «НОВОКРАСНОВСКАЯ ШКОЛА»**

**Завтраки**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	12-16	16	32	22.3	25	32.6	13.2	24.7	28	16.4	30.2	24	150%
Жиры	12-16	20	21.7	13.6	50.1	27.9	10.2	21.3	25	16	17	22	137%
Углеводы	48-60	78.3	77.6	83	53.8	92	83.7	90.9	59.1	99.5	75.6	79	130%
Энергетическая ценность	400-550 ккал	542	617	486	710	735.4	476.4	680	568	579	707	610	110%

**Обеды**

Название продукта	Норма на 1 реб.	Выдано на 1 ребенка										В сред. за 10 дней	Анализ
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Белки	20-25	29.6	26.5	34,3	38	24	25.5	33.8	29	31	35	30	120%
Жиры	20-25	47	18.2	16,8	28.8	14.6	44	25.5	31	15.4	28.4	26,7	106%
Углеводы	80-100	97	99	100	114	100	100	115	119	114	104	106	106%
Энергетическая ценность	600-750 ккал	892	685	675,8	846	595.8	827	756	881	690	787	763	101%