

Ведомость контроля за рационом питания с 01.09.2026г. по 28.12.2026 г.

Режим питания: двухразовое кв. Спортивный 1 корпус, Мирный 18 2 корпус

(15-18 лет)	Суточная норма нетто	60% от нормы	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	Норма всего: за 12 дней	По факту	Итог (%)
Хлеб пшенично/ржаной	320	192	192	192	192	192	192	192	192	192	192	192	192	192	2304	2304	100,0
Мука пшеничная	20	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	144	144	100,0
Крупы, бобовые	50	30	0	65	0	0	35	65	0	65	0	65	0	65	360	360	100,0
Макаронные изделия	20	12	0	0	48	0	0	0	48	0	0	0	48	0	144	144	100,0
Картофель	187	112,2	156	120	120	60	230	60	60	60	240	60	120	60	1346,4	1346	100,0
Овощи свежие, зелень, томат *	320	192	176	240	176	176	176	176	240	176	176	176	240	176	2304	2304	100,0
Фрукты (плоды) свежие*	185	111	200	22	200	22	200	22	200	22	200	22	200	22	1332	1332	100,0
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	20	12	18	0	18	18	18	18	18	18	0	18	0	0	144	144	100,0
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	120	0	195	0	195	0	195	195	195	195	75	195	0	1440	1440	100,0
Мясо жилованное (мясо на кости)	131	78,6	110	110	110	0	110	110	0	110	173	0	0	110	943,2	943	100,0
Рыба-филе в т.ч. филе слабо или малосоленное	77	46,2	0	0	110,9	0	110,9	0	110,9	0	110,9	0	110,9	0	554,4	554,5	100,0
Субпродукты (печень, сердце, язык)	67	40	120	0	0	120	0	0	0	120	0	0	120	0	480	480	100,0
Молоко, в том числе кисломолочное	350	210	195	195	150	310	195	295	195	200	195	195	200	195	2520	2520	100,0
Творог (массовая доля жира не более 9%)	60	36	0	182	0	0	0	0	70	0	180	0	0	0	432	432	100,0
Сыр	15	9	20	0	38	0	20	0	0	0	20	0	10	0	108	108	100,0
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10	6	12	0	12	0	12	0	12	0	12	0	12	0	72	72	100,0
Масло сливочное	35	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	252	252	100,0
Масло растительное	18	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	129,6	129,6	100,0
Яйцо диетическое	40	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	288	288	100,0
Сахар**	35	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	252	252	100,0
Кондитерские изделия	15	9	0	0	45	0	0	0	0	0	30	0	0	33	108	108	100,0
Чай	2	1,2	0	3,6	0	0	3,6	3,6	3,6	0	0	0	0	0	14,4	14,4	100,0
Какао	1,2	0,72	0	0	0	0	0	0	0	8,64	0	0	0	0	8,64	8,64	100,0
Кофейный напиток	2	1,2	7,2	0	7,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	14,4	14,4	100,0
Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	0,18	2,16	2,16	100,0
Соль поваренная пищевая йодированная	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36	36	100,0
Крахмал	4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	2,4	28,8	28,8	100,0
Специи	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	14,4	14,4	100,0

Примечание:
* Масса нетто является средней величиной, которая может меняться в зависимости от исходного вида овощей и фруктов, и сезона года. При формировании меню обеспечено выполнение натуральных норм питания в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто.
** В том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.) выдача сахара уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовом продукте.

Подпись руководителя образовательной организации, дата ознакомления: _____

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: _____

Л.С. Такачкова
В.В. Буаева С.Р.