

Согласовано
Директор МБОУ «СОШ
с.Николо-Березовка»
Соломенникова О.Е.



Согласовано

Директор МБОУ «СОШ
с.Новонатаево»
Галиева А.А.



Согласовано

Директор МБОУ «СОШ
с.Музак»
Гареев В.И.



Согласовано

Директор МБОУ «ООШ
с.Старая Мушта»
Нурглинова А.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «СОШ
с.Новый Актанышбаш»
Ахмаров И.Г.



Согласовано

Директор МБОУ «СОШ
с.Староизилитово»
Нурпихметова Д.Г.



Согласовано

Директор МБОУ «Школа-
интернат с.Новый
Кайитлык»
Сабирьянова Г.М.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Кузнецкое»
Исхакиева Д.А.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Аран»
Шалиева Э.М.



Согласовано

Директор МБОУ «ООШ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «Школа-
интернат с.Новокабаново»
Башарова Г.Р.



Согласовано

Директор МБОУ «ШИС
с.Аран»
Шалиева Э.М.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



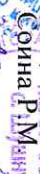
Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «СОШ
с.Шушар»
Соина Р.М.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



Согласовано

Директор МБОУ «НОИ
с.Слазбаш»
Талипова Ф.Н.



**Примерное меню для организации питания обучающихся
общеобразовательных учреждений Краснокамского района**

2024-2025 учебный год

Возраст 7-10 лет

Осенне-зимний период

«01» сентября 2024г.

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: понедельник
Неделя: 1

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
Завтрак																		
17	Котлеты из птицы	60	10	11	8	171	0,05		30,4		38	121,66	22,8	1,06	14,95	25,38		
33,28	Макаронные изделия отварные	190	7	5	45	252	0,11		22,8		27,38	59,63	10,96	1,13	16,71	152,95		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4			
Итого за Завтрак			21	17	91	593	0,24		53,2		77,18	224,8	50,28	3,22	46,12	178,33		

Обед																		
12,49	Борщ на мясном бульоне со сметаной	230/5	16	10	10	200	0,08	24,87	7,65		61,39	184,22	38,79	3,31	0,71	98,76		
167,01	Гренки из пшеничного хлеба	20	2		15	74	0,05				7,25	27,41	10,4	0,63				
446,03	Говядина тушеная с картофелем	180	10	14	18	237	0,15	22,45			27,14	143,74	35,33	2,2	10,17	98,91		
69,27	Компот из изюма	200			24	100	0,03	16,2			16,33	25,8	8,4	0,63	0,19			
75,16	Витаминизированный (витамин С) Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08		
Итого за Обед			33	25	103	780	0,41	63,52	7,65		127,06	437,72	114,37	8,07	29,79	199,75		
Итого за день			54	42	194	1373	0,65	63,52	60,85		204,24	662,52	164,65	11,29	75,91	378,08		

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: вторник
Неделя: 1

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I				
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17			
Завтрак																				
1	Сыр (порциями)	10	3	3	3	36		0,07	26		88	50	3,5	0,1						
169,04	Каша "Дружба молочная с маслом сливочным	190	5	6	26	181	0,09	1,23	34,08		122,61	131,62	28,9	0,57	2,19		56,5			
122,03	Плюшки московские	60	5	8	36	237	0,07	0,15	14,32		17,33	49,28	8,21	0,58	6,72	17,52				
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06					
77,02	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	23	110	0,09				14,5	65	21	1,8	15,45					
Итого за Завтрак			17	18	95	604	0,25	1,45	74,4		242,74	295,91	61,63	3,08	24,42	74,02				

Обед																		
19,45	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	200	3	5	13	108	0,04	1,2	10		15,67	31,47	7,56	0,47	7,6		96,84	
275,04	Чахохбили	90	12	13	6	188	0,08	4,31	24,48		16,68	113,41	16,48	1,08	10,59		39,74	
481,01	Гречка отварная рассыпчатая	170	7	6	32	208	0,24		20,4		14,24	170,54	113,3	3,82	7,92		21,29	
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12	128		16,2			0,32			0,03	0,06			
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73		0,8	
75,03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52		1,28	
Итого за Обед			27	24	97	791	0,46	21,71	54,88		63,36	382,72	161,04	7,1	45,42		159,95	
Итого за день			44	42	192	1395	0,71	23,16	129,28		306,1	678,63	222,67	10,18	69,84		233,97	

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: среда
Неделя: 1

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																	
56,47	Запеканка картофельная с мясом и маслом	180/5	10	20	35	361	0,27	40,53	31,41		29,76	182,01	53,79	2,67	7,63	2,2	
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06		
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4		
101,14	Фрукт	100	2	1	21	96	0,04	10			8	28	42	0,6			
Итого за Завтрак																	
			16	22	94	627	0,39	50,53	31,41		49,56	253,52	112,31	4,3	22,09	2,2	

Обед																	
16,68	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/5	16	11	12	211	0,12	21,83	7,65		45,71	195,44	38,18	3,11	0,42	106,35	
48,3	Плов из отварной говядины	180	11	16	42	359	0,08	1,58			14,31	168,09	42,08	1,77	10,05	2,89	
396	Пимонный чайный напиток	200			14	58		2,8			3,22	1,54	0,84	0,08	0,11		
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8	
75,03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28	
Итого за Обед																	
			32	27	102	787	0,3	26,21	7,65		79,69	432,37	104,8	6,66	29,83	111,32	

Итого за день	48	49	196	1414	0,69	76,74	39,06				129,25	685,89	217,11	10,96	51,92	113,52	
----------------------	----	----	-----	------	------	-------	-------	--	--	--	--------	--------	--------	-------	-------	--------	--

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: четверг
Неделя: 1

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Завтрак																	
5,34	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	190		7	8	28	215	0,18	1,46	37,64		151,03	198,88	53,76	1,2	10,8	18,95
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200				10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06	
119	Булочка домашняя	60	5	10	38	257	0,07			3		2,4	38,04	6,79	0,56	6,43	16,24
77,02	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	23	110	0,09					14,5	65	21	1,8	15,45	
Итого за Завтрак			16	19	99	622	0,34	1,46	40,64			168,23	301,93	81,57	3,59	32,74	35,19

Обед																	
15,7	Рассолыник ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/5	6	7	18	164	0,11	16,77	7,5		30,6	76,63	26,8	1,05	6,34	100,93	
261,24	Птица, тушенная в соусе с овощами	90	11	13	7	191	0,08	5,42	21,6		20,18	108,69	20,25	1,11	9,63	59,29	
33	Макаронные изделия отварные	150	6	4	35	199	0,09		18		21,62	47,1	8,66	0,9	13,2	120,75	
69,06	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г	200			16	67	0,01	20,2			6,76	4,4	3,6	0,92	0,19	0,8	
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08	
Итого за Обед			28	25	112	790	0,39	42,39	47,1		94,11	293,37	80,76	5,28	48,08	283,85	
Итого за День			44	44	211	1412	0,73	43,85	87,74		262,34	595,3	162,33	8,87	80,82	319,04	

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г-7-10лет

День: пятница
Неделя: 1

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реж.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																		
12,75	Плов из птицы	30/200	13	19	56	451	0,12	5,37	16,4		23,73	196,57	56,96	1,63	6,68	2,53		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4			
121,05	Кондитерское изделие 20г	20	2	2	15	83	0,02		2		5,8	18	4	0,42				
Итого за Завтрак			19	22	109	704	0,22	5,37	18,4		41,33	258,08	77,48	3,08	21,14	2,53		

Обед																		
19,63	Суп куллама по-деревенски на курином бульоне	250	6	10	16	185	0,06	3,26	32,08		21,67	45,48	11,41	0,67	7,73	120,34		
30,05	Рыба (минтай), запеченная с картошкой по-русски	50/30/100	13	8	26	225	0,24	28,07	42,01		41,46	233,12	66,03	1,84	22,93	0,01		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
168,01	Сдоба обыкновенная	60	5	8	36	235	0,08		7,15		3,58	41,37	7,41	0,6	6,88	28,22		
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8		
75,03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28		
Итого за Обед			29	26	122	844	0,48	31,33	81,24		83,46	387,28	108,57	4,84	56,85	150,65		
Итого за день																		
			48	48	231	1548	0,7	36,7	99,64		124,79	645,36	186,05	7,92	77,99	153,18		

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: понедельник
Неделя: 2

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ ре- ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																		
26	Тертели с рисом* в томатном соусе	60/30	11	9	12	172	0,04	1,49	3			18,38	84,34	15,65	0,68	12,42	39,24	
33,2	Макаронные изделия отварные	160	6	6	38	225	0,09		27,2			22,8	50,66	9,19	0,95	14,07	120,8	
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40						0,3	0,01	0,02	0,03	0,06		
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08					11,5	43,5	16,5	1	14,4		
Итого за Завтрак			21	16	88	567	0,21	1,49	30,2			52,98	178,51	41,36	2,66	40,95	160,04	

Обед																
76,02	Салат из моркови	60	1	6	5	80	0,03	2,64			14,31	29,16	20,06	0,38	0,06	
16,9	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	250/5	6	5	9	108	0,06	29,54	7,5		38,7	44,71	20,75	0,73	5,34	29,98
434,02	Каша гречневая с мясом птицы	30/150	16	15	40	352	0,33	0,93	29,36		29,51	271,28	146,46	5,22	15,69	101,83
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12	128		16,2			0,32			0,03	0,06	
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08
Итого за Обед			28	27	102	837	0,52	49,31	36,86		97,79	401,7	208,72	7,66	39,87	133,89

Итого за день			49	43	190	1404	0,73	50,8	67,06		150,77	580,21	250,08	10,32	80,82	293,93
---------------	--	--	----	----	-----	------	------	------	-------	--	--------	--------	--------	-------	-------	--------

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: вторник
Неделя: 2

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																		
4,07	Каша жидкая молочная из Манной крупы с маслом сливочным	190	6	6	31	203	0,08	1,24	34,2		120,98	111,72	18,61	0,41	8,87	8,55		
119,02	Булочка "Российская"	60	5	8	37	240	0,06	0,07	9,89		10,41	42,36	6,9	0,56	6,39	15,21		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
77,02	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	23	110	0,09				14,5	65	21	1,8	15,45			
Итого за Завтрак			15	15	101	593	0,23	1,31	44,09		146,19	219,09	46,53	2,8	30,77	23,76		

Обед																		
19,47	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	250	4	6	16	135	0,05	1,5	12,5		19,59	39,33	9,45	0,59	9,5	121,05		
167,01	Гренки из пшеничного хлеба	20	2		15	74	0,05				7,25	27,41	10,4	0,63				
12,19	Плов из птицы	30/150	12	16	42	360	0,1	4,22	16,32		19,17	163,34	44,57	1,35	6,58	2,5		
69,27	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)	200			24	100	0,03	16,2			16,33	25,8	8,4	0,63	0,19			
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08		
Итого за Обед			23	23	133	838	0,33	21,92	28,82		77,29	312,43	94,27	4,5	34,99	125,63		
Итого за день			38	38	234	1431	0,56	23,23	72,91		223,48	531,52	140,8	7,3	65,76	149,39		

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: среда
Неделя: 2

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Se	I	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Завтрак																	
275,04	Чахохбили	90	12	13	6	188	0,08	4,31	24,48		16,68	113,41	16,48	1,08	10,59	39,74	
481,02	Гречка отварная рассыпчатая	160	7	5	31	196	0,23		19,2		13,73	160,66	106,71	3,6	7,46	23,52	
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06		
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4		
Итого за Завтрак			23	19	75	554	0,39	4,31	43,68		42,21	317,58	139,71	5,71	32,51	63,26	

Обед																	
12,15	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	230/5	16	12	17	236	0,12	18,04	7,65		55,37	204,2	45,78	3,73	0,71	97,65	
167,05	Гренки из пшеничного хлеба	25	3		19	93	0,06				9,06	34,26	13	0,79			
446,06	Говядина тушеная с картофелем	180	14	15	18	266	0,16	22,61	0,04		30,11	183,86	39,87	2,85	10,17	100,43	
396	Лимонный чайный напиток	200			14	58		2,8			3,22	1,54	0,84	0,08	0,11		
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8	
75,03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28	
Итого за Обед			38	27	102	812	0,44	43,45	7,69		114,21	491,16	123,19	9,15	30,24	200,16	
Итого за день																	
			61	46	177	1366	0,83	47,76	51,37		156,42	808,74	262,9	14,86	62,75	263,42	

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
Завтрак																		
40	Биточки (котлеты) рыбные*	60	8	5	9	112	0,05	0,29			25,2	115,28	16,56	0,43	21,31	20,81		
37,37	Пюре картофельное с маслом	190/5	4	8	28	202	0,21	33,08	41,28		59,13	125,63	42,09	1,55	1,26	48,34		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4			
Итого за Завтрак			16	14	75	484	0,34	33,37	41,28		96,13	284,42	75,17	3,01	37,03	69,15		

Обед																
5,04	Салат из капусты белокочанной с морковью	60	1	6	6	82	0,02	22,98			25,9	19,04	10,34	0,35	0,18	1,51
415,02	Суп Кубанский на курином бульоне	200	9	5	23	175	0,25	14,4			40,49	119,21	43,65	2,16	4,16	24,08
420,05	Гуляш из мяса птицы	90	8	10	4	141	0,05	2,14	16,32		9,39	73,83	10,98	0,68	7,13	20,46
33	Макаронные изделия отварные	150	6	4	35	199	0,09		18		21,62	47,1	8,66	0,9	13,2	120,75
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12	128		16,2			0,32			0,03	0,06	
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08
Итого за Обед			29	26	116	894	0,51	55,72	34,32		112,67	315,73	95,08	5,42	43,45	168,88

Итого за день			45	40	191	1378	0,85	89,09	75,6		208,8	600,15	170,25	8,43	80,48	238,03	
----------------------	--	--	----	----	-----	------	------	-------	------	--	-------	--------	--------	------	-------	--------	--

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: пятница
Неделя: 2

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	Se	I	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Завтрак																	
12.95	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	200/5/20	8	10	13	174	0,09	22,84	18,7		47,54	97,9	29,88	1,49	8,6	82,89	
80.03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06		
395.02	Манник	60	4	5	32	190	0,05	0,15	32,65		38,9	56,93	8,7	0,51	8,4	31,68	
75.04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4		
Итого за Завтрак			16	16	83	534	0,22	22,99	51,35		98,24	198,34	55,1	3,03	31,46	114,57	

Обед																	
262.04	Суп Любительский	200	4	5	21	144	0,16	11,64			22,43	102,16	57,44	2,01	3,01	81,07	
29.02	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	50/50	10	8	4	128	0,08	2,59	11,08		31,06	158,83	39,62	0,71	22,73	20,02	
280.02	Картофель запеченный	150	4	16	35	302	0,26	43,38			25,37	126,85	50,11	1,98	0,87	40	
69.06	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С)	200			16	67	0,01	20,2			6,76	4,4	3,6	0,92	0,19	0,8	
75.16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08	
Итого за Обед			23	30	112	810	0,61	77,81	11,08		100,57	448,79	172,22	6,92	45,52	143,97	

Итого за день			39	46	195	1344	0,83	100,8	62,43		198,81	647,13	227,32	9,95	76,98	258,54	
----------------------	--	--	----	----	-----	------	------	-------	-------	--	--------	--------	--------	------	-------	--------	--

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: понедельник
Неделя: 3

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I						
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17					
Завтрак																						
17	Котлеты из птицы	60	10	11	8	171	0,05		30,4		38	121,66	22,8	1,06	14,95	25,38						
33,28	Макаронные изделия отварные	190	7	5	45	252	0,11		22,8		27,38	59,63	10,96	1,13	16,71	152,95						
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06							
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4							
Итого за Завтрак			21	17	91	593	0,24		53,2		77,18	224,8	50,28	3,22	46,12	178,33						

Обед																		
15,7	Рассолыник ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/5	6	7	18	164	0,11	16,77	7,5		30,6	76,63	26,8	1,05	6,34	100,93		
342,08	Курица тушеная	90	12	11	3	156	0,06	1,37	24,52		11,67	102,55	12,58	0,87	10,15	32,49		
36	Рис отварной	150	4	3	40	200	0,04		12		10,56	83,03	27,33	0,59		60		
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12	128		16,2			0,32			0,03	0,06			
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8		
75,03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28		
Итого за Обед			27	21	107	807	0,31	34,34	44,02		69,6	329,51	90,41	4,24	35,8	195,5		
Итого за День																		
			48	38	198	1400	0,55	34,34	97,22		146,78	554,31	140,69	7,46	81,92	373,83		

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: вторник
Неделя: 3

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17					
Завтрак																					
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	26		88	50	3,5	0,1							
9,24	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	190	5	6	31	199	0,06	1,2	33,7		114,38	127,44	27,3	0,4	1,88	8,33					
49	Булочка дорожная	60	4	9	35	236	0,07		4,8		1,98	34,35	6,33	0,5	5,76	16					
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06						
77,02	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	23	110	0,09				14,5	65	21	1,8	15,45						
Итого за Завтрак			16	19	99	621	0,22	1,27	64,5		219,16	276,8	58,15	2,83	23,15	24,33					

Обед																
19,4	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	250	21	12	15	251	0,09	2,21	12,69		32,65	215,8	29,4	3,44	4,28	127,7
58,28	Кулеш (гречка с мясом)	25/165	17	16	44	390	0,35	0,29			19,72	304,15	161,12	6,2	20,91	6,8
69,27	Компот из изюма	200			24	100	0,03	16,2			16,33	25,8	8,4	0,63	0,19	
	Витаминизированный (витамин С)															
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08
Итого за Обед			43	29	119	910	0,57	18,7	12,69		83,65	602,3	220,37	11,57	44,1	136,58
Итого за день			59	48	218	1531	0,79	19,97	77,19		302,81	879,1	278,52	14,4	67,25	160,91

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: среда
Неделя: 3

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
Завтрак																		
55,21	Омлет натуральный	180	17	21	3	273	0,11	0,61	319,32		128,68	281,06	21,68	3,18	39	78,59		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4			
121,05	Кондитерское изделие 20г	20	2	2	15	83	0,02		2		5,8	18	4	0,42				
101,14	Фрукт	100	2	1	21	96	0,04	10			8	28	42	0,6				
Итого за Завтрак			25	25	77	622	0,25	10,61	321,32		154,28	370,57	84,2	5,23	53,46	78,59		

Обед																	
7,05	Салат из свежкы отварной	60	1	6	5	78	0,01	5,8			21,46	25,06	12,76	0,81	0,41		
16,09	Суп из овощей со сметаной	205	2	6	9	99	0,07	17,02	7,5		29,18	45,52	18,02	0,69	0,34	80,97	
40,05	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	60/30	9	8	11	146	0,06	1,1			26,68	118,07	17,77	0,5	21,63	32,81	
33	Макаронные изделия отварные	150	6	4	35	199	0,09		18		21,62	47,1	8,66	0,9	13,2	120,75	
69,06	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г	200			16	67	0,01	20,2			6,76	4,4	3,6	0,92	0,19	0,8	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8	
75,03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28	
Итого за Обед			23	24	110	748	0,34	44,12	25,5		122,15	307,45	84,51	5,52	55,02	237,41	

Итого за день			48	49	187	1370	0,59	54,73	346,82			276,43	678,02	168,71	10,75	108,48	316
---------------	--	--	----	----	-----	------	------	-------	--------	--	--	--------	--------	--------	-------	--------	-----

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: четверг
Неделя: 3

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																		
100,29	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	190		7	6	35	226	0,15	1,24	34,3		130,85	191,97	36,17	1,9	28,8	8,6	
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200				10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06		
71,06	Шанежка наливная	70		6	9	35	245	0,08	0,04	27		15,31	51,25	8,54	0,64	7,25	21,74	
77,02	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	50		4	1	23	110	0,09				14,5	65	21	1,8	15,45		
Итого за Завтрак				17	16	103	621	0,32	1,28	61,3		160,96	308,23	65,73	4,37	51,56	30,34	

Обед																		
12,25	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	200/5	14	9	13	191	0,09	22,76	7,63		52,42	171,98	38	3,05	0,69	85,69		
327,06	Говядина тушеная с овощами в соусе	180	10	15	18	242	0,14	16,89			21,74	139,09	34,67	2,03	10,89	32,89		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
384	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	60	5	3	40	200	0,07	0,06	7,85		5,65	41,73	7,66	0,73	6,82	24,63		
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08		
Итого за Обед			34	28	117	842	0,4	39,71	15,48		95,06	409,36	101,8	7,14	37,18	145,29		
Итого за День			51	44	220	1463	0,72	40,99	76,78		256,02	717,59	167,53	11,51	88,74	175,63		

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: пятница
Неделя: 3

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																		
12,75	Плов из птицы	30/200	13	19	56	451	0,12	5,37	16,4		23,73	196,57	56,96	1,63	6,68	2,53		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4			
121,05	Кондитерское изделие 20г	20	2	2	15	83	0,02		2		5,8	18	4	0,42				
Итого за Завтрак			19	22	109	704	0,22	5,37	18,4		41,33	258,08	77,48	3,08	21,14	2,53		

Обед																		
19.63	Суп куллама по-деревенски на курином бульоне	250	6	10	16	185	0,06	3,26	32,08		21,67	45,48	11,41	0,67	7,73	120,34		
399.02	Тефтели рыбные в томатном соусе	80/30	11	10	13	185	0,1	1,89	13,5		30,11	160,25	37,42	0,94	25,31	13,01		
447	ТК Картофель тушеный	150	3	13	24	225	0,18	30,29			25,02	98,92	40,21	1,53	0,72	0,12		
69.06	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамины С) 200г	200			16	67	0,01	20,2			6,76	4,4	3,6	0,92	0,19	0,8		
77.09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8		
75.03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28		
Итого за Обед			25	33	103	821	0,45	55,64	45,58		100,01	376,35	116,34	5,76	53,2	136,35		

Итого за день			44	55	212	1525	0,67	61,01	63,98		141,34	634,43	193,82	8,84	74,34	138,88		
---------------	--	--	----	----	-----	------	------	-------	-------	--	--------	--------	--------	------	-------	--------	--	--

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: понедельник
Неделя: 4

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Se	I	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Завтрак																	
39,15	Котлеты "Нежные"	60	11	8	10	160	0,05	0,15	15,2		33,44	114,06	22,04				
416,06	Макароны с томатом	190	7	10	42	289	0,11	4,55	53,2		29,91	62,78	14,91	1,27	15,42	152,85	
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06		
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4		
Итого за Завтрак			22	19	90	619	0,24	4,7	68,4		75,15	220,35	53,47	2,3	29,88	152,85	

Обед																	
16,99	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	230/5	6	7	8	121	0,05	27,16	7,5		36,11	41,43	19,12	0,67	4,91	29,45	
167,05	Гренки из пшеничного хлеба	25	3		19	93	0,06				9,06	34,26	13	0,79			
455,03	Рагу из мяса птицы	30/150	11	14	25	271	0,18	22,68	14,4		31,34	141,6	40,84	1,78	9	82,22	
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12	128		16,2			0,32			0,03	0,06		
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08	
Итого за Обед			25	22	100	782	0,39	66,04	21,9		91,78	273,84	94,41	4,57	32,69	113,75	

Итого за день			47	41	190	1401	0,63	70,74	90,3		166,93	494,19	147,88	6,87	62,57	266,6	
---------------	--	--	----	----	-----	------	------	-------	------	--	--------	--------	--------	------	-------	-------	--

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: вторник
Неделя: 4

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																		
170,11	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	190	7	7	35	238	0,2	1,38	36,48			138,99	185,44	46,44	1,15	3,18	9,58	
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40						0,3	0,01	0,02	0,03	0,06		
51	Булочка Ванильная	60	5	8	35	233	0,07		9			5,13	42,51	7,09	0,62	7,09	32,72	
77,02	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	23	110	0,09					14,5	65	21	1,8	15,45		
Итого за Завтрак			16	16	103	621	0,36	1,38	45,48			158,92	292,96	74,55	3,6	25,78	42,3	

Обед																		
19,47	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	250	4	6	16	135	0,05	1,5	12,5		19,59	39,33	9,45	0,59	9,5	121,05		
12,19	Плов из птицы	30/155	12	16	43	369	0,1	4,34	16,32		19,64	166,73	45,84	1,38	6,59	2,5		
69,27	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)	200			24	100	0,03	16,2			16,33	25,8	8,4	0,63	0,19			
75,16	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	65	5	1	36	169	0,1				14,95	56,55	21,45	1,3	18,72	2,08		
Итого за Обед			21	23	119	773	0,28	22,04	28,82		70,51	288,41	85,14	3,9	35	125,63		

Итого за День			37	39	222	1394	0,64	23,42	74,3		229,43	581,37	159,69	7,5	60,78	167,93		
----------------------	--	--	----	----	-----	------	------	-------	------	--	--------	--------	--------	-----	-------	--------	--	--

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: среда
Неделя: 4

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Se	I			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17			
Завтрак																			
17	Котлеты из птицы	60	10	11	8	171	0,05		30,4		38	121,66	22,8	1,06	14,95	25,38			
37,31	Пюре картофельное	190	4	4	28	169	0,21	33,08	21,28		57,93	124,13	42,09	1,54	1,26	48,34			
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06				
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4				
Итого за Завтрак			18	16	74	510	0,34	33,08	51,68		107,73	289,3	81,41	3,63	30,67	73,72			

Обед																		
12,77	Борщ на мясном бульоне со сметаной	250/5	17	11	11	216	0,08	26,94	7,66		57,05	198,06	41,55	3,52	0,77	7,3		
58,28	Кулеш (гречка с мясом)	25/165	17	16	44	390	0,35	0,29			19,72	304,15	161,12	6,2	20,91	6,8		
69,06	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г	200			16	67	0,01	20,2			6,76	4,4	3,6	0,92	0,19	0,8		
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8		
75,03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28		
Итого за Обед			39	27	105	832	0,54	47,43	7,66		99,98	573,91	229,97	12,34	41,12	16,98		

Итого за день			57	43	179	1342	0,88	80,51	59,34		207,71	863,21	311,38	15,97	71,79	90,7		
---------------	--	--	----	----	-----	------	------	-------	-------	--	--------	--------	--------	-------	-------	------	--	--

Рацион: Кр ШК 01.09.2024г 7-10лет

День: пятница
Неделя: 4

Сезон: осень-зима
Возраст: с 7 до 10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Se	I		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Завтрак																		
420,05	Гуляш из мяса птицы	90	8	10	4	141	0,05	2,14	16,32		9,39	73,83	10,98	0,68	7,13	20,46		
481,02	Гречка отварная рассыпчатая	160	7	5	31	196	0,23		19,2		13,73	160,66	106,71	3,6	7,46	23,52		
80,03	Чай с сахаром (2-й вариант)	200			10	40					0,3	0,01	0,02	0,03	0,06			
75,04	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	50	4	1	28	130	0,08				11,5	43,5	16,5	1	14,4			
Итого за Завтрак			19	16	73	507	0,36	2,14	35,52		34,92	278	134,21	5,31	29,05	43,98		

Обед																		
13.08	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	250	18	10	20	246	0,27	12,18	0,14		53,44	239,75	54,49	4,15	1,03	104,95		
87.38	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	180/5	13	16	32	323	0,11	1,57	36,55		20,11	113,9	16,32	1,03	20,26	3,75		
69.06	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г	200			16	67	0,01	20,2			6,76	4,4	3,6	0,92	0,19	0,8		
77.09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	55	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	7,73	0,8		
75.03	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	40	3		22	104	0,06				9,2	34,8	13,2	0,8	11,52	1,28		
Итого за Обед			36	26	102	795	0,49	33,95	36,69		96,76	425,35	98,11	7,8	40,73	111,58		

Итого за день			55	42	175	1302	0,85	36,09	72,21		131,68	703,35	232,32	13,11	69,78	155,56		
Итого за период			964	880	4001	28128	14,47	1041,3	1739,18		3994,36	13232,58	4040,64	206,59	1496,32	4477,05		
Итого за период			48	44	200	1406	0,72	52,07	86,96		199,72	661,63	202,03	10,33	74,82	223,85		

Примечание:

1. Примерное 4-х недельное меню разработано для детей в возрасте от 7 до 18 лет, на основании сборников:

- 1.1. "Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации" г Пермь 2013
- 1.2. "Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области" 2013г
- 1.3. "Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений" г Пермь 2008
- 1.4. "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" г Москва Десяти плюс 2015
- 1.5. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания" г Москва 1983
- 2.(#) Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки
3. При использовании блюд используют фрикадельки суповые.
4. В меню включены соки натуральные и кондитерские изделия промышленного производства.
5. В связи с непредвиденными производственными обстоятельствами в примерное меню допускается производить замену одних продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии таблицы
- 6 "Таблица замены продуктов по белками и углеводам" СанПиН 2.3/2.4.3590-20
6. Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 младшие классы имеют возрастную категорию от 7 до 10 лет, старшие классы - с 11 до 18 лет
7. Согласно Программы производственного контроля предприятия проводится витаминизация третьих блюд витаминном С