

Утверждаю:

Генеральный директор АО «Общепит» г.Туймазы

Аминева Т.М.

2026г

« 2026r



**(зимний сезон)**

**2025-2026 учебный год**

## Основное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 1

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 1

Возраст: 12лет и старше

| №<br>реп.            | Прием пищи, наименование блюда                           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |           |           |          | Минеральные вещества (мг) |            |            |          |
|----------------------|----------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|----------------------------------------|---------------|-----------|-----------|----------|---------------------------|------------|------------|----------|
|                      |                                                          |                 | Б                    | Ж         | У          |                                        | В1            | С         | А         | Е        | Са                        | Р          | Mg         | Fe       |
| 1                    | 2                                                        | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                                      | 8             | 9         | 10        | 11       | 12                        | 13         | 14         | 15       |
| <b>Обед</b>          |                                                          |                 |                      |           |            |                                        |               |           |           |          |                           |            |            |          |
| 51,1                 | Салат из свеклы с растительным маслом!!                  | 100             | 1                    | 10        | 8          | 128                                    |               | 9         |           |          | 36                        | 40         | 20         | 1        |
| 54,04                | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной ! | 250/10          | 9                    | 11        | 20         | 210                                    |               | 17        | 15        |          | 32                        | 94         | 34         | 2        |
| 113,11               | Плов из отварной говядины I"                             | 180             | 14                   | 16        | 40         | 353                                    |               | 2         |           |          | 20                        | 183        | 45         | 2        |
| 685,01               | Чай с сахаром"                                           | 200             |                      |           | 8          | 31                                     |               |           |           |          | 5                         | 8          | 4          | 1        |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания ""                   | 50              | 4                    |           | 25         | 113                                    |               |           |           |          | 13                        | 42         | 18         | 1        |
| 71,31                | Хлеб ржаной для детского питания "                       | 30              | 2                    |           | 12         | 54                                     |               |           |           |          |                           |            |            |          |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                          | <b>820</b>      | <b>30</b>            | <b>37</b> | <b>113</b> | <b>889</b>                             | <b>0</b>      | <b>28</b> | <b>15</b> | <b>0</b> | <b>106</b>                | <b>367</b> | <b>121</b> | <b>7</b> |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 2

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 1

Возраст: 12лет и старше

| №<br>реп.            | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |           |           |          | Минеральные вещества (мг) |            |           |          |
|----------------------|---------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|----------------------------------------|---------------|-----------|-----------|----------|---------------------------|------------|-----------|----------|
|                      |                                                   |                 | Б                    | Ж         | У          |                                        | В1            | С         | А         | Е        | Са                        | Р          | Mg        | Fe       |
| 1                    | 2                                                 | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                                      | 8             | 9         | 10        | 11       | 12                        | 13         | 14        | 15       |
| <b>Обед</b>          |                                                   |                 |                      |           |            |                                        |               |           |           |          |                           |            |           |          |
| 56,16                | Борщ из св. капусты и картофелем со сметаной !!   | 250/10          | 2                    | 6         | 14         | 118                                    |               | 20        | 15        |          | 45                        | 41         | 24        | 1        |
| 451,21               | Биточки рубленые из говядины с соусом томатным !! | 100             | 11                   | 14        | 8          | 202                                    |               | 2         | 11        |          | 13                        | 111        | 18        | 2        |
| 332,02               | Макаронные изделия отварные+""                    | 180/5           | 7                    | 5         | 44         | 250                                    |               |           | 30        |          | 18                        | 57         | 10        | 1        |
| 639                  | Компот из смеси сухофруктов"                      | 200             | 1                    |           | 26         | 102                                    |               |           |           |          | 22                        | 22         | 16        | 2        |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания ""            | 50              | 4                    |           | 25         | 113                                    |               |           |           |          | 13                        | 42         | 18        | 1        |
| 71,5                 | Хлеб ржаной для детского питания I/"              | 40              | 2                    |           | 16         | 72                                     |               |           |           |          |                           |            |           |          |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                   | <b>835</b>      | <b>27</b>            | <b>25</b> | <b>133</b> | <b>857</b>                             | <b>0</b>      | <b>22</b> | <b>56</b> | <b>0</b> | <b>111</b>                | <b>273</b> | <b>86</b> | <b>7</b> |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 3

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 1

Возраст: 12лет и старше

| №<br>реп.            | Прием пищи, наименование блюда            | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                           |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А  | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                         | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                           |                 |                      |    |     |                                        |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 17,1                 | Салат из моркови с растительным маслом !! | 100             | 1                    | 5  | 13  | 104                                    |               | 4  |    |    | 24                        | 49  | 34  | 1  |
| 61,02                | Суп картофельный с рисовой крупой!        | 250             | 2                    | 3  | 20  | 113                                    |               | 17 |    |    | 16                        | 19  | 25  | 1  |
| 4,2                  | Котлеты куриные с соусом томатным !!      | 100             | 8                    | 12 | 8   | 174                                    |               | 2  | 14 |    | 4                         | 4   | 3   |    |
| 302,36               | Каша пшенная вязкая++                     | 180/5           | 5                    | 6  | 30  | 191                                    |               |    | 31 |    | 16                        | 107 | 38  |    |
| 685,02               | Чай с сахаром,молоком"                    | 200             | 2                    | 2  | 10  | 61                                     |               | 1  | 10 |    | 65                        | 53  | 11  | 1  |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания ""    | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |               |    |    |    | 13                        | 42  | 18  | 1  |
| 71,31                | Хлеб ржаной для детского питания "        | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                           | <b>915</b>      | 24                   | 28 | 118 | 810                                    | 0             | 24 | 55 | 0  | 138                       | 274 | 129 | 4  |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 4

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 1

Возраст: 12лет и старше

| №<br>реп.            | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|------------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                                |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А  | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                              | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                                |                 |                      |    |     |                                        |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 42,07                | Винегрет овощной !!                            | 100             | 1                    | 10 | 8   | 127                                    |               | 9  |    |    | 22                        | 28  | 18  | 1  |
| 75,19                | Суп куллама по-деревенски на курином бульоне!* | 250             | 10                   | 9  | 21  | 198                                    |               | 10 | 35 |    | 19                        | 91  | 25  | 1  |
| 488,12               | Птица,тушенная в соусе с овощами !*            | 210             | 20                   | 21 | 24  | 365                                    |               | 24 | 50 |    | 49                        | 186 | 56  | 3  |
| 685,01               | Чай с сахаром"                                 | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |               |    |    |    | 5                         | 8   | 4   | 1  |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания ""         | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |               |    |    |    | 13                        | 42  | 18  | 1  |
| 71,5                 | Хлеб ржаной для детского питания //"           | 40              | 2                    |    | 16  | 72                                     |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                | <b>850</b>      | 37                   | 40 | 102 | 906                                    | 0             | 43 | 85 | 0  | 108                       | 355 | 121 | 7  |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 5

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 1

Возраст: 12лет и старше

| №<br>рец.            | Прием пищи, наименование блюда         | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|----------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                        |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А  | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                      | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                        |                 |                      |    |     |                                        |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 63,3                 | Суп картофельный гороховый !           | 250             | 6                    | 4  | 21  | 145                                    |               | 12 |    |    | 31                        | 57  | 34  | 2  |
| 96,18                | Гуляш из отварного мяса !!             | 100             | 14                   | 18 | 5   | 236                                    |               | 3  |    |    | 18                        | 140 | 23  | 2  |
| 302,85               | Каша гречневая вязкая!!++              | 180/5           | 6                    | 6  | 26  | 176                                    |               |    | 30 |    | 13                        | 136 | 90  | 3  |
| 639                  | Компот из смеси сухофруктов"           | 200             | 1                    |    | 26  | 102                                    |               |    |    |    | 22                        | 22  | 16  | 2  |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания "" | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |               |    |    |    | 13                        | 42  | 18  | 1  |
| 71,5                 | Хлеб ржаной для детского питания //"   | 40              | 2                    |    | 16  | 72                                     |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>825</b>      | 33                   | 28 | 119 | 844                                    | 0             | 15 | 30 | 0  | 97                        | 397 | 181 | 10 |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 1

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 2

Возраст: 12лет и старше

| №<br>рец.            | Прием пищи, наименование блюда         | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |     |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|----------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|-----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                        |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А   | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                      | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10  | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                        |                 |                      |    |     |                                        |               |    |     |    |                           |     |     |    |
| 32,17                | Салат "Школьный"                       | 100             | 1                    | 8  | 7   | 108                                    |               | 8  |     |    | 30                        | 33  | 19  | 1  |
| 65,19                | Суп крестьянский с пшенной крупой !!*  | 250/10          | 2                    | 6  | 12  | 110                                    |               | 20 | 15  |    | 36                        | 39  | 21  | 1  |
| 104,01               | Тефтели из говядины+//                 | 100             | 11                   | 16 | 12  | 237                                    |               | 4  | 13  |    | 36                        | 124 | 21  | 2  |
| 511,1                | Рис отварной+//                        | 180/5           | 5                    | 5  | 48  | 253                                    |               |    | 30  |    | 13                        | 100 | 33  | 1  |
| 2,32                 | Напиток с витаминами "Витошка""        | 200             |                      |    | 19  | 78                                     |               | 20 | 120 |    |                           |     |     |    |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания "" | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |               |    |     |    | 13                        | 42  | 18  | 1  |
| 71,5                 | Хлеб ржаной для детского питания //"   | 40              | 2                    |    | 16  | 72                                     |               |    |     |    |                           |     |     |    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>935</b>      | 25                   | 35 | 139 | 971                                    | 0             | 52 | 178 | 0  | 128                       | 338 | 112 | 6  |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 2

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 2

Возраст: 12лет и старше

| №<br>рец.            | Прием пищи, наименование блюда          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|-----------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                         |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А  | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                       | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                         |                 |                      |    |     |                                        |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 6,08                 | Салат из белокочанной капусты !!        | 100             | 2                    | 5  | 12  | 104                                    |               | 52 |    |    | 62                        | 47  | 26  | 1  |
| 68,15                | Свекольник со сметаной!                 | 250/10          | 2                    | 6  | 18  | 135                                    |               | 17 | 15 |    | 49                        | 47  | 31  | 2  |
| 598,04               | Рагу из мяса птицы !!+                  | 200             | 10                   | 6  | 32  | 223                                    |               | 26 | 17 |    | 35                        | 31  | 46  | 2  |
| 639                  | Компот из смеси сухофруктов"            | 200             | 1                    |    | 26  | 102                                    |               |    |    |    | 22                        | 22  | 16  | 2  |
| 70,28                | хлеб пшеничный для детского питания ""+ | 60              | 4                    | 1  | 30  | 136                                    |               |    |    |    | 16                        | 50  | 21  | 1  |
| 71,31                | Хлеб ржаной для детского питания "      | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                         | <b>850</b>      | 21                   | 18 | 130 | 754                                    | 0             | 95 | 32 | 0  | 184                       | 197 | 140 | 8  |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 3

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Неделя: 2

Возраст: 12лет и старше

| №<br>рец.            | Прием пищи, наименование блюда            | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|-------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                           |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А  | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                         | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                           |                 |                      |    |     |                                        |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 17,1                 | Салат из моркови с растительным маслом !! | 100             | 1                    | 5  | 13  | 104                                    |               | 4  |    |    | 24                        | 49  | 34  | 1  |
| 66,35                | Суп - лапша домашняя на курином бульоне!  | 250             | 11                   | 13 | 15  | 220                                    |               | 3  | 30 |    | 20                        | 110 | 19  | 1  |
| 132,35               | Плов из курицы !!**                       | 200             | 18                   | 25 | 47  | 486                                    |               | 5  | 28 |    | 27                        | 216 | 51  | 2  |
| 686,01               | Чай с сахаром,лимоном"                    | 200/7           |                      |    | 8   | 33                                     |               | 3  |    |    | 8                         | 10  | 5   | 1  |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания ""    | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |               |    |    |    | 13                        | 42  | 18  | 1  |
| 71,31                | Хлеб ржаной для детского питания "        | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                           | <b>837</b>      | 36                   | 43 | 120 | 1010                                   | 0             | 15 | 58 | 0  | 92                        | 427 | 127 | 6  |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 4  
Неделя: 2

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Возраст: 12лет и старше

| №<br>реп.            | Прием пищи, наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                          |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А  | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                        | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                          |                 |                      |    |     |                                        |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 54,2                 | Рассольник ленинградский со сметаной !!  | 250/10          | 3                    | 6  | 20  | 142                                    |               | 17 | 15 |    | 28                        | 35  | 27  | 1  |
| 537,01               | Котлеты "Московские" с соусом томатным!! | 100             | 11                   | 13 | 8   | 193                                    |               | 2  | 11 |    | 13                        | 110 | 17  | 2  |
| 302,36               | Каша пшенная вязкая++                    | 180/5           | 5                    | 6  | 30  | 191                                    |               |    | 31 |    | 16                        | 107 | 38  |    |
| 685,01               | Чай с сахаром"                           | 200             |                      |    | 8   | 31                                     |               |    |    |    | 5                         | 8   | 4   | 1  |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания ""   | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |               |    |    |    | 13                        | 42  | 18  | 1  |
| 71,5                 | Хлеб ржаной для детского питания //"     | 40              | 2                    |    | 16  | 72                                     |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 63,19                | Сок 0,2(пак.)*                           | 200             |                      |    | 21  | 86                                     |               | 4  |    |    | 14                        | 14  | 8   | 3  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                          | <b>1035</b>     | 25                   | 25 | 128 | 828                                    | 0             | 23 | 57 | 0  | 89                        | 316 | 112 | 8  |

Рацион: Шк. Обеды с 12 лет и старше 2026г ( зимний)

День: 5  
Неделя: 2

Сезон: 01.01-28.02 (зимний)

Возраст: 12лет и старше

| №<br>реп.            | Прием пищи, наименование блюда               | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) | Витамины (мг) |    |    |    | Минеральные вещества (мг) |     |     |    |
|----------------------|----------------------------------------------|-----------------|----------------------|----|-----|----------------------------------------|---------------|----|----|----|---------------------------|-----|-----|----|
|                      |                                              |                 | Б                    | Ж  | У   |                                        | В1            | С  | А  | Е  | Са                        | Р   | Mg  | Fe |
| 1                    | 2                                            | 3               | 4                    | 5  | 6   | 7                                      | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13  | 14  | 15 |
| <b>Обед</b>          |                                              |                 |                      |    |     |                                        |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 53,26                | Щи из св. капусты с картофелем со сметаной ! | 250/10          | 2                    | 6  | 10  | 104                                    |               | 31 | 15 |    | 44                        | 33  | 21  | 1  |
| 83,08                | Котлеты рыбные с соусом томатным !           | 100             | 8                    | 8  | 12  | 152                                    |               | 2  | 21 |    | 44                        | 126 | 31  | 1  |
| 332,02               | Макаронные изделия отварные+""               | 180/5           | 7                    | 5  | 44  | 250                                    |               |    | 30 |    | 18                        | 57  | 10  | 1  |
| 639                  | Компот из смеси сухофруктов"                 | 200             | 1                    |    | 26  | 102                                    |               |    |    |    | 22                        | 22  | 16  | 2  |
| 70,27                | хлеб пшеничный для детского питания ""       | 50              | 4                    |    | 25  | 113                                    |               |    |    |    | 13                        | 42  | 18  | 1  |
| 71,31                | Хлеб ржаной для детского питания "           | 30              | 2                    |    | 12  | 54                                     |               |    |    |    |                           |     |     |    |
| 67,14                | Яблоко"                                      | 130             | 1                    | 1  | 13  | 61                                     |               | 13 |    |    | 21                        | 14  | 12  | 3  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                              | <b>955</b>      | 25                   | 20 | 142 | 836                                    | 0             | 46 | 66 | 0  | 162                       | 294 | 108 | 9  |

|                            |      |      |       |       |     |      |      |     |       |       |       |     |
|----------------------------|------|------|-------|-------|-----|------|------|-----|-------|-------|-------|-----|
|                            |      |      |       |       |     |      |      |     |       |       |       |     |
| Итого за период            | 283  | 299  | 1244  | 8705  | 0   | 363  | 632  | 0   | 1215  | 3238  | 1237  | 72  |
| Среднее значение за период | 28,3 | 29,9 | 124,4 | 870,5 | 0,0 | 36,3 | 63,2 | 0,0 | 121,5 | 323,8 | 123,7 | 7,2 |

Составил Альтеева Альфия Идрисовна



Примечание:

- в качестве заправок для салатов применяется только растительное масло;
- соль используется только йодированная;
- хлеб обогащенный йодказеином;
- дополнительное обогащение напитков витамином «С»;
- примерное меню составлен согласно сборника технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма «Партнер» г.Уфа 2016г, сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах «Хлебпродинформ» Москва 2004г.