

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

/П.Е.ОСИНЕВСКАЯ/

"30" октября 2025 года

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР

" " 2025 года

ООО "МАКСИМУМ"
Примерное меню завтраков, обедов для учащихся образовательных школ.
Калорийность завтрака и обеда по норме для детей 7-11 лет 1175 - 1410 ккал

Первый день первая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | | |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------------|------------------|-------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | I, мкг | Se, мг | | | F, мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГУЛЯШ | 90 | 6,45 | 9,00 | 15,75 | 163,92 | 1,33 | 0,03 | 0,09 | 0,05 | 0,00 | 17,56 | 98,00 | 13,22 | 1,05 | 161,17 | 4,17 | 0,01 | 0,07 | 260 | 2017 | |
| СПАГЕТТИ | 180 | 5,46 | 4,84 | 24,94 | 165,05 | 0,00 | 0,01 | 0,02 | 0,08 | 12,52 | 2,49 | 1,32 | 0,07 | 1,29 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 202 | 2017 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 200 | 2,04 | 2,47 | 16,30 | 96,03 | 0,12 | 0,02 | 0,09 | 0,02 | 0,02 | 90,99 | 59,13 | 10,98 | 0,05 | 110,10 | 2,10 | 0,00 | 0,01 | ТТК 99 | 2024 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 40 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 53,00 | 0,00 | 0,03 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,40 | 17,00 | 6,60 | 0,40 | 26,20 | 0,72 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 15,45 | 16,89 | 67,27 | 478 | 1,45 | 0,08 | 0,2 | 0,09 | 0,1 | 125,47 | 176,62 | 32,12 | 1,57 | 298,76 | 6,99 | 0,01 | 0,08 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ | 250/5 | 3,01 | 5,86 | 15,31 | 126,10 | 0,71 | 0,04 | 0,02 | 0,20 | 0,00 | 26,33 | 27,47 | 10,32 | 0,60 | 68,22 | 1,15 | 0,01 | 0,01 | 111 | 2017 | |
| КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ | 90 | 10,37 | 16,07 | 40,15 | 272,03 | 0,04 | 0,23 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 14,44 | 105,75 | 21,09 | 1,48 | 206,30 | 4,52 | 0,00 | 0,03 | 270 | 2017 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,49 | 6,41 | 36,36 | 244,74 | 0,00 | 0,23 | 0,13 | 0,02 | 0,08 | 22,15 | 187,34 | 125,74 | 4,41 | 264,09 | 2,28 | 0,00 | 0,02 | 171 | 2017 | |
| НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,00 | 0,00 | 11,25 | 44,52 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | 2017 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 720 | 23,53 | 28,56 | 115,67 | 738,48 | 0,75 | 0,55 | 0,25 | 0,22 | 0,08 | 67,42 | 342,31 | 161,9 | 7,49 | 572,61 | 9,35 | 0,01 | 0,06 | | | |
| Всего за день: | | 38,98 | 45,45 | 182,94 | 1 216,48 | 2,20 | 0,63 | 0,45 | 0,31 | 0,18 | 192,89 | 518,93 | 194,02 | 9,06 | 871,37 | 16,34 | 0,02 | 0,14 | | | |

Второй день первая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|----------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------------|---------------|-------------|----------------|--------------|----------|-------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С, мг | | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 250/5 | 12,87 | 15,02 | 51,45 | 351,45 | 0,65 | 0,23 | 0,17 | 0,04 | 0,08 | 151,68 | 222,91 | 61,69 | 1,85 | 315,73 | 14,06 | 0,00 | 0,02 | 173 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 0,25 | 0,01 | 14,79 | 61,83 | 1,16 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 8,81 | 6,38 | 0,80 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 377 | 2017 | |
| ФРУКТ | 100 | 0,78 | 0,19 | 7,28 | 36,86 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 338 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 53,00 | 0,00 | 0,03 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,40 | 17,00 | 6,60 | 0,40 | 26,20 | 0,72 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 597 | 15,4 | 15,8 | 83,8 | 503,14 | 1,81 | 0,26 | 0,19 | 0,04 | 0,08 | 170,78 | 248,72 | 74,67 | 3,05 | 379,14 | 14,78 | 0 | 0,02 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ | 250 | 5,81 | 5,39 | 19,23 | 148,96 | 4,80 | 0,19 | 0,07 | 0,20 | 0,00 | 41,24 | 80,09 | 33,53 | 1,99 | 484,56 | 4,46 | 0,00 | 0,04 | 102 | 2017 | |
| ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ | 90 | 12,20 | 17,08 | 27,97 | 280,15 | 1,26 | 0,15 | 0,07 | 0,03 | 0,10 | 25,13 | 90,89 | 18,41 | 1,36 | 192,54 | 4,89 | 0,00 | 0,03 | 274 | 2017 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,43 | 4,89 | 23,34 | 151,49 | 11,35 | 0,14 | 0,12 | 0,04 | 0,07 | 46,19 | 92,28 | 32,86 | 1,33 | 833,60 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 128 | 2017 | |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,46 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 27 | 2024 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 715 | 23,1 | 27,58 | 100,5 | 709 | 17,41 | 0,53 | 0,28 | 0,27 | 0,17 | 125,52 | 285,01 | 91,35 | 5,68 | 1545,9 | 19,93 | 0 | 0,11 | | | |
| Всего за день: | | 38,5 | 43,38 | 184,3 | 1212,14 | 19,22 | 0,79 | 0,47 | 0,31 | 0,25 | 296,3 | 533,73 | 166,02 | 8,73 | 1925,04 | 34,71 | 0 | 0,13 | | | |

Третий день первая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------------|---------------|-------------|---------------|--------------|-------------|------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С, мг | | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 8,36 | 6,22 | 12,40 | 195,36 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 10,77 | 41,16 | 13,19 | 0,96 | 49,88 | 0,55 | 0,00 | 0,00 | 294 | 2017 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,64 | 4,86 | 35,94 | 210,22 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,02 | 0,08 | 20,38 | 2,32 | 3,20 | 0,07 | 1,91 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 66,25 | 0,00 | 0,04 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 5,50 | 21,25 | 8,25 | 0,50 | 32,75 | 0,90 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| СЛОЙКА "БАНТИК" | 20 | 2,18 | 4,44 | 8,00 | 56,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 86 | 2024 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 18,25 | 16,25 | 83,78 | 587,5 | 0,04 | 0,08 | 0,05 | 0,02 | 0,08 | 48,83 | 72,15 | 30,26 | 2,27 | 110,34 | 1,45 | 0 | 0 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 1,89 | 5,78 | 8,85 | 97,79 | 12,19 | 0,07 | 0,06 | 0,21 | 0,00 | 49,44 | 44,11 | 21,02 | 0,98 | 315,50 | 4,34 | 0,00 | 0,03 | 88 | 2017 | |
| ПЛОВ | 200 | 18,45 | 21,12 | 62,11 | 433,79 | 1,24 | 0,24 | 0,10 | 0,23 | 0,00 | 27,30 | 169,13 | 46,33 | 1,63 | 281,40 | 5,43 | 0,01 | 0,07 | 265 | 2017 | |
| КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,25 | 0,00 | 1,53 | 0,00 | 1,11 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 12 | 2024 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 53,00 | 0,00 | 0,03 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,40 | 17,00 | 6,60 | 0,40 | 26,20 | 0,72 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 23,5 | 27,7 | 111,2 | 712,98 | 13,43 | 0,39 | 0,19 | 0,44 | 0 | 92,89 | 251,99 | 80,23 | 4,01 | 658,21 | 11,89 | 0,01 | 0,1 | | | |
| Всего за день: | | 41,75 | 43,95 | 194,98 | 1300,48 | 13,47 | 0,47 | 0,24 | 0,46 | 0,08 | 141,72 | 324,14 | 110,49 | 6,28 | 768,55 | 13,34 | 0,01 | 0,1 | | | |

Четвертый день первая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов | |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|--------------|----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 185 | 12,25 | 10,73 | 2,74 | 222,49 | 0,22 | 0,06 | 0,39 | 0,23 | 2,52 | 101,98 | 207,68 | 16,08 | 2,36 | 223,07 | 26,75 | 0,03 | 0,05 | 210 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40 | 3,35 | 3,57 | 15,42 | 112,20 | 0,07 | 0,05 | 0,05 | 0,03 | 0,00 | 94,60 | 75,50 | 13,40 | 0,70 | 48,10 | 1,08 | 0,00 | 0,00 | 3 | 2017 | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 25 | 0,70 | 2,45 | 18,60 | 100,54 | 0,07 | 0,05 | 0,05 | 0,03 | 0,00 | 94,60 | 75,50 | 13,40 | 0,70 | 48,10 | 1,08 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 35 | 2,63 | 1,02 | 17,99 | 92,75 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 7,70 | 29,75 | 11,55 | 0,70 | 45,85 | 1,26 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 19,12 | 17,77 | 69,34 | 587,5 | 0,4 | 0,22 | 0,52 | 0,29 | 2,52 | 311,06 | 395,85 | 60,05 | 5,2 | 390,92 | 30,17 | 0,03 | 0,05 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5/5 | 3,24 | 5,00 | 15,00 | 119,81 | 7,97 | 0,12 | 0,07 | 0,02 | 0,00 | 35,98 | 70,02 | 26,26 | 1,21 | 550,09 | 5,72 | 0,00 | 0,04 | 158 | 2004 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 250 | 18,24 | 17,62 | 60,00 | 478,39 | 19,41 | 0,24 | 0,19 | 0,20 | 0,00 | 46,30 | 184,11 | 59,92 | 3,03 | 1 452,13 | 12,56 | 0,00 | 0,07 | 259 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 750 | 23,33 | 22,84 | 100,19 | 708,71 | 27,42 | 0,41 | 0,29 | 0,22 | 0 | 98,96 | 283,3 | 96,55 | 5,98 | 2062,02 | 19,68 | 0 | 0,11 | | | |
| Всего за день: | | 42,45 | 40,61 | 169,53 | 1296,21 | 27,82 | 0,63 | 0,81 | 0,51 | 2,52 | 410,02 | 679,15 | 156,6 | 11,18 | 2452,94 | 49,85 | 0,03 | 0,16 | | | |

Пятый день первая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов | |
|--|--------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|----------------|--------------|----------|-------------|-------------|------------------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 100 | 9,15 | 13,79 | 11,45 | 200,32 | 1,42 | 0,14 | 0,06 | 0,02 | 0,08 | 23,29 | 84,28 | 18,18 | 1,00 | 189,42 | 4,18 | 0,00 | 0,04 | 64 | 2010 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,43 | 4,89 | 23,34 | 151,49 | 11,35 | 0,14 | 0,12 | 0,04 | 0,07 | 46,19 | 92,28 | 32,86 | 1,33 | 833,60 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 128 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 35 | 2,63 | 1,02 | 17,99 | 92,75 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 7,70 | 29,75 | 11,55 | 0,70 | 45,85 | 1,26 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 15,4 | 19,7 | 67,37 | 504,08 | 12,81 | 0,34 | 0,21 | 0,06 | 0,15 | 89,36 | 213,73 | 68,21 | 3,77 | 1094,67 | 14,62 | 0 | 0,08 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 1,83 | 5,76 | 11,98 | 109,18 | 7,78 | 0,06 | 0,06 | 0,22 | 0,00 | 49,19 | 46,47 | 22,88 | 1,14 | 325,96 | 5,71 | 0,00 | 0,03 | 82 | 2017 | |
| ГУЛЯШ БОЛОНЬЕЗЕ | 90 | 13,86 | 16,84 | 26,81 | 275,15 | 3,73 | 0,22 | 0,09 | 0,38 | 0,00 | 22,27 | 94,54 | 24,73 | 1,35 | 341,56 | 6,05 | 0,00 | 0,04 | ТТК 121 | 2025 | |
| СПАГЕТТИ | 150 | 5,46 | 4,84 | 34,84 | 208,92 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,02 | 0,08 | 12,52 | 2,49 | 1,32 | 0,07 | 1,29 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 | |
| ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ | 200/15 | 0,29 | 0,04 | 16,00 | 67,78 | 13,24 | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,00 | 14,61 | 7,88 | 6,26 | 0,82 | 27,36 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 11 | 2024 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 735 | 23,1 | 27,7 | 100,23 | 712,02 | 24,75 | 0,33 | 0,2 | 0,64 | 0,08 | 103,09 | 173,13 | 59,94 | 4,38 | 730,17 | 13,16 | 0 | 0,07 | | | |
| Всего за день: | | 38,5 | 47,4 | 167,6 | 1216,1 | 37,56 | 0,67 | 0,41 | 0,7 | 0,23 | 192,45 | 386,86 | 128,15 | 8,15 | 1824,84 | 27,78 | 0 | 0,15 | | | |

Первый день вторая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов | |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 250/5 | 7,28 | 12,03 | 23,89 | 309,14 | 0,65 | 0,06 | 0,16 | 0,04 | 0,08 | 143,68 | 166,70 | 39,98 | 0,67 | 238,95 | 12,02 | 0,01 | 0,03 | 174 | 2017 | |
| БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ | 50 | 5,12 | 2,81 | 16,96 | 112,84 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 7,26 | 28,05 | 10,89 | 0,66 | 43,23 | 1,19 | 0,00 | 0,00 | 6 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 106,00 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 8,80 | 34,00 | 13,20 | 0,80 | 52,40 | 1,44 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 15,59 | 15,8 | 76 | 587,5 | 0,69 | 0,17 | 0,21 | 0,04 | 0,08 | 171,92 | 236,17 | 69,69 | 2,87 | 360,38 | 14,65 | 0,01 | 0,03 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ | 250/5 | 3,01 | 5,86 | 15,31 | 126,10 | 0,71 | 0,04 | 0,02 | 0,20 | 0,00 | 26,33 | 27,47 | 10,32 | 0,60 | 68,22 | 1,15 | 0,01 | 0,01 | 111 | 2017 | |
| ГУЛЯШ | 90 | 12,12 | 11,13 | 29,55 | 222,83 | 1,33 | 0,03 | 0,09 | 0,05 | 0,00 | 17,56 | 98,00 | 13,22 | 1,05 | 161,17 | 4,17 | 0,01 | 0,07 | 260 | 2017 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,49 | 6,41 | 38,36 | 244,74 | 0,00 | 0,23 | 0,13 | 0,02 | 0,08 | 22,15 | 187,34 | 125,74 | 4,41 | 264,09 | 2,28 | 0,00 | 0,02 | 171 | 2017 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,16 | 0,16 | 23,16 | 95,65 | 1,60 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 13,09 | 3,96 | 4,43 | 0,79 | 112,32 | 0,80 | 0,00 | 0,00 | 342 | 2017 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 720 | 25,44 | 23,78 | 116,98 | 740,31 | 3,64 | 0,36 | 0,27 | 0,27 | 0,08 | 83,83 | 338,52 | 158,48 | 7,85 | 639,8 | 9,8 | 0,02 | 0,1 | | | |
| Всего за день: | | 41,03 | 39,58 | 192,98 | 1327,81 | 4,33 | 0,53 | 0,48 | 0,31 | 0,18 | 255,55 | 574,69 | 228,15 | 10,72 | 1000,18 | 24,45 | 0,03 | 0,13 | | | |

Второй день вторая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов | |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|----------------|--------------|----------|-------------|-------------|------------------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 200 | 10,81 | 13,89 | 22,82 | 281,58 | 0,05 | 0,01 | 0,05 | 0,06 | 0,08 | 159,82 | 74,79 | 8,91 | 0,23 | 17,95 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 204 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| ФРУКТ | 100 | 2,40 | 1,20 | 14,40 | 80,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 338 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,50 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 8,80 | 34,00 | 13,20 | 0,80 | 52,40 | 1,44 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 545 | 15,85 | 15,96 | 67,23 | 500,6 | 0,09 | 0,07 | 0,08 | 0,08 | 0,08 | 180,8 | 116,21 | 27,73 | 1,77 | 96,15 | 1,44 | 0 | 0,01 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ | 250 | 5,81 | 5,39 | 19,23 | 148,96 | 4,80 | 0,19 | 0,07 | 0,20 | 0,00 | 41,24 | 80,09 | 33,53 | 1,99 | 484,56 | 4,46 | 0,00 | 0,04 | 102 | 2017 | |
| КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ | 90 | 12,37 | 16,67 | 29,79 | 282,03 | 0,04 | 0,23 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 14,44 | 105,75 | 21,09 | 1,48 | 206,30 | 4,52 | 0,00 | 0,03 | 270 | 2017 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,43 | 4,89 | 23,34 | 151,49 | 11,35 | 0,14 | 0,12 | 0,04 | 0,07 | 48,19 | 92,28 | 32,86 | 1,33 | 833,60 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 128 | 2017 | |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,48 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 27 | 2024 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 715 | 23,27 | 27,17 | 102,32 | 710,88 | 16,19 | 0,61 | 0,29 | 0,24 | 0,07 | 114,83 | 299,87 | 94,03 | 5,8 | 1559,66 | 19,58 | 0 | 0,11 | | | |
| Всего за день: | | 38,92 | 43,13 | 169,55 | 1211,48 | 16,28 | 0,88 | 0,37 | 0,3 | 0,15 | 295,83 | 418,08 | 121,78 | 7,57 | 1655,81 | 21 | 0 | 0,12 | | | |

Третий день вторая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов | | |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|----------------|--------------|-------------|-------------|------------------|-------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | | | F, мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТЕФЕЛЯ ОСОБАЯ В СОУСЕ | 100 | 7,23 | 9,40 | 10,17 | 149,43 | 1,66 | 0,08 | 0,02 | 0,08 | 0,00 | 16,00 | 40,26 | 11,25 | 0,68 | 131,56 | 2,25 | 0,00 | 0,01 | ТТК 82 | 2024 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,49 | 6,41 | 38,36 | 244,74 | 0,00 | 0,23 | 0,13 | 0,02 | 0,08 | 22,15 | 187,34 | 125,74 | 4,41 | 264,09 | 2,28 | 0,00 | 0,02 | 171 | 2017 | |
| КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | 200 | 1,95 | 1,55 | 12,58 | 72,50 | 0,12 | 0,02 | 0,09 | 0,02 | 0,02 | 91,70 | 59,13 | 11,07 | 0,05 | 110,63 | 2,10 | 0,00 | 0,01 | ТТК 14 | 2024 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 50 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 106,00 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 8,80 | 34,00 | 13,20 | 0,80 | 52,40 | 1,44 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 20,67 | 18,52 | 81,67 | 572,67 | 1,78 | 0,39 | 0,26 | 0,12 | 0,1 | 138,65 | 320,73 | 161,26 | 5,94 | 558,68 | 8,07 | 0 | 0,04 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 4,76 | 5,21 | 19,26 | 143,17 | 9,66 | 0,13 | 0,10 | 0,20 | 0,00 | 27,52 | 70,13 | 29,26 | 1,70 | 676,97 | 6,43 | 0,00 | 0,04 | 18 | 2017 | |
| КУРА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЯЙЦЕ | 90 | 14,71 | 17,01 | 23,44 | 242,17 | 0,48 | 0,06 | 0,17 | 0,10 | 0,53 | 25,15 | 142,88 | 14,42 | 1,53 | 172,66 | 8,94 | 0,02 | 0,09 | ТТК 44 | 2024 | |
| СПАГЕТТИ | 150 | 5,46 | 4,84 | 34,84 | 208,92 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,02 | 0,08 | 12,52 | 2,49 | 1,32 | 0,07 | 1,29 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 | |
| КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,25 | 0,00 | 1,53 | 0,00 | 1,11 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 12 | 2024 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 715 | 26,59 | 27,28 | 107,5 | 722,66 | 10,14 | 0,24 | 0,3 | 0,32 | 0,61 | 76,94 | 237,25 | 51,28 | 4,3 | 886,03 | 16,77 | 0,02 | 0,13 | | | |
| Всего за день: | | 47,26 | 45,8 | 189,17 | 1295,33 | 11,92 | 0,63 | 0,56 | 0,44 | 0,71 | 215,59 | 557,98 | 212,54 | 10,24 | 1444,71 | 24,84 | 0,02 | 0,17 | | | |

Четвертый день вторая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептов | | |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|----------------|--------------|-------------|-------------|------------------|-------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Se, мг | | | F, мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 250 | 15,24 | 17,62 | 50,23 | 445,39 | 19,41 | 0,23 | 0,15 | 0,20 | 0,00 | 42,52 | 136,05 | 54,79 | 2,38 | 1 366,93 | 12,56 | 0,00 | 0,07 | 259 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 0,25 | 0,01 | 14,79 | 61,83 | 1,16 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 8,81 | 6,38 | 0,80 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 377 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,50 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 6,60 | 25,50 | 9,90 | 0,60 | 39,30 | 1,08 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 502 | 17,74 | 18,5 | 80,44 | 586,72 | 20,57 | 0,28 | 0,18 | 0,2 | 0 | 63,82 | 170,36 | 71,07 | 3,78 | 1443,44 | 13,64 | 0 | 0,07 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 2,38 | 5,97 | 16,61 | 132,32 | 6,73 | 0,09 | 0,06 | 0,21 | 0,00 | 34,82 | 68,40 | 25,77 | 1,06 | 492,15 | 4,85 | 0,00 | 0,03 | 96 | 2017 | |
| БИТОЧЕК АППЕТИТНЫЙ | 90 | 16,40 | 14,22 | 13,59 | 290,92 | 0,07 | 0,09 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 12,10 | 61,30 | 16,22 | 1,18 | 93,86 | 1,55 | 0,00 | 0,01 | ТТК 83 | 2024 | |
| РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 3,70 | 5,88 | 38,81 | 223,05 | 0,00 | 0,03 | 0,03 | 0,03 | 0,10 | 12,20 | 74,73 | 25,34 | 0,53 | 55,39 | 0,76 | 0,01 | 0,03 | 304 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 735 | 24,33 | 26,29 | 94,2 | 756,8 | 6,84 | 0,26 | 0,15 | 0,24 | 0,1 | 75,8 | 233,6 | 77,7 | 4,51 | 701,2 | 8,56 | 0,01 | 0,07 | | | |
| Всего за день: | | 42,07 | 44,79 | 174,64 | 1343,52 | 27,41 | 0,54 | 0,33 | 0,44 | 0,1 | 139,62 | 403,96 | 148,77 | 8,29 | 2144,64 | 22,2 | 0,01 | 0,14 | | | |

Пятый день вторая неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------------|---------------|-------------|----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С, мг | | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | I, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 120/30 | 14,28 | 14,28 | 30,61 | 398,99 | 0,37 | 0,07 | 0,30 | 0,08 | 0,17 | 216,92 | 236,20 | 27,82 | 0,60 | 235,33 | 5,45 | 0,02 | 0,03 | 67 | 2018 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,59 | 59,52 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| ФРУКТ | 100 | 0,40 | 0,40 | 8,80 | 22,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 338 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 106,00 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 8,80 | 34,00 | 13,20 | 0,80 | 52,40 | 1,44 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 517 | 17,87 | 15,84 | 74,56 | 586,51 | 0,41 | 0,13 | 0,33 | 0,08 | 0,17 | 237,9 | 277,62 | 46,64 | 2,14 | 313,53 | 6,89 | 0,02 | 0,03 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 1,83 | 5,76 | 11,98 | 109,18 | 7,78 | 0,06 | 0,06 | 0,22 | 0,00 | 49,19 | 46,47 | 22,88 | 1,14 | 325,96 | 5,71 | 0,00 | 0,03 | 82 | 2017 | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 90 | 16,76 | 12,99 | 41,94 | 332,48 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 12,24 | 46,49 | 14,96 | 1,07 | 56,75 | 0,65 | 0,00 | 0,00 | 234 | 2017 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,43 | 4,89 | 23,34 | 151,49 | 11,35 | 0,14 | 0,12 | 0,04 | 0,07 | 46,19 | 92,28 | 32,86 | 1,33 | 833,60 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 128 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 0,25 | 0,01 | 14,79 | 61,83 | 1,16 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 8,81 | 6,38 | 0,80 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | 377 | 2017 | |
| Итого за прием пищи: | 742 | 23,93 | 23,87 | 102,65 | 705,97 | 20,29 | 0,29 | 0,23 | 0,26 | 0,07 | 126,82 | 215,8 | 81,83 | 5,34 | 1287,52 | 16,94 | 0 | 0,07 | | | |
| Всего за день: | | 41,8 | 39,71 | 177,21 | 1292,48 | 20,7 | 0,42 | 0,56 | 0,34 | 0,24 | 364,72 | 493,42 | 128,47 | 7,48 | 1601,05 | 23,83 | 0,02 | 0,1 | | | |

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|----------------------|----------|----------|--------|-----------|--------|--------|-------|
| | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | I, мкг | Se, мг | F, мг |
| Итого за весь период | 405,51 | 434,66 | 1 810,63 | 12 651,85 | 192,80 | 5,84 | 4,63 | 4,57 | 4,54 | 2 527,71 | 4 768,75 | 1 498,46 | 84,60 | 15 939,49 | 262,57 | 0,14 | 1,35 |
| Среднее значение за период | 40,55 | 43,47 | 181,06 | 1 265,19 | 19,28 | 0,58 | 0,46 | 0,46 | 0,45 | 252,77 | 476,88 | 149,85 | 8,46 | 1 593,95 | 26,26 | 0,01 | 0,14 |

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Завтрак | Обед |
|---------------|---------|------|
| 7-11 лет | 523 | 723 |

ПРИМЕЧАНИЕ:

Нормативная документация:

- СанПин 2.3./2.4.3590-20
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакции М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Лапшиной
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижен-Софт" : Питание детей в школе 2024г. версия 1.2.10 г.Санкт- Петербург
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакции М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
- МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".
- МР 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничением в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)"

Директор ООО "Максимум"

Осет
П.Е. Осиневская