УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО"МАКСИМУМ"
_____/П.Е.ОСИНЕВСКАЯ/

"12" декабря 2025 года

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР
_____
_____
_____
_____
_____
___/ /

"___"_____202 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 | B1, мг | B2, мг | A, мг | Д, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, 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 | 0,00 | 0,01 | 0,02 | 0,08 | 12,52 | 2,49 | 1,32 | 0,07 | 1,29 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 |
| 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 | 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 |
| НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,00 | 0,00 | 11,25 | 44,62 | 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 | 389 | 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 рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | C, мг | B1, мг | B2, мг | A, мг | Д, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, 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 | 130 | 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:** | **627** | **15,4** | **15,8** | **83,8** | **503,14** | **1,81** | **0,26** | **0,19** | **0,04** | **0,08** | **170,78** | **248,72** | **74,87** | **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 РУБЛЕНЫЕ | 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** | **168,02** | **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 рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | C, мг | B1, мг | B2, мг | A, мг | Д, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | Se, мг | F, мг | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ 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** | **30,28** | **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 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** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 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** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | B1, мг | B2, мг | A, мг | Д, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, 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 | 2,61 | 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 рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | B1, мг | B2, мг | A, мг | Д, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, 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 | 130 | 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:** | **575** | **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 | 8,46 | 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** | **23,27** | **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 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** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТЕФТЕЛЯ 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 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** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | | C, мг | B1, мг | B2, мг | A, мг | Д, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, 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 | 130 | 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:** | **547** | **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 | 377 | 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:** | **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 | | C, мг | B1, мг | B2, мг | A, мг | Д, мкг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, 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:**

1. СанПин 2.3./2.4.3590-20

2. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т В.Лапшиной

4. Меню разработано с применением програмного обеспечения ООО "Вижен-Софт" : Питание детей в школе 2024г.версия 1.2.10 г.Санкт- Петербург

5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

6. Приказ № 315 от 26.12 86 Министерства торговли СССР.

7. МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учрежений".

8. 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" Т.Е. Осиневская