

СОГЛАСОВАНО:

Директор филиала МБОУ "Солнечная СОШ № 1"

"Сытоминская средняя школа"

Иудина И.Н.

г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Вкуснодаей"

Шиккула А.В.

20 г.



# ОСНОВНОЕ МЕНЮ

Для организации питания школьников в общеобразовательных учреждениях  
в возрасте 12 лет и старше (льготная категория 1-я смена)

на зимне-весенний период 2025г.

МБОУ "Солнечная СОШ №1" филиал "Сытоминская СШ"

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. Эл. г		С, мкг	В1, мкг	В2, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мкг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мкг	Р, мкг	Мг, мкг	Fe, мкг	К, мкг	Zn, мкг	Na, мкг	Л, мкг	Se, мкг	F, мкг			
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	7,98	10,01	28,23	246,39	0,05	0,06	0,06	1,10	0,08	0,27	0,09	0,46	13,17	147,43	108,71	11,76	0,99	71,70	0,96	148,03	0,67	0,01	0,02	204	2011		
ЙОГУРТ ФРУКТУР 1% ф.	115	3,91	5,16	15,64	104,65	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011	
БАТОН ОСОБЫЙ	27	2,23	0,25	8,33	66,50	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С.В1.В2. В6. РР. А. Д3. Е. А. Фосфора, мг/л)	200	2,14	1,83	17,57	96,47	6,11	0,18	0,51	417,61	1,65	12,66	0,00	0,21	1,72	0,04	46,80	59,67	8,01	0,44	155,10	0,18	23,00	4,05	0,00	0,00	382	2011	
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,02	38,02	0,08	0,03	0,01	0,20	0,00	0,07	0,20	0,00	35,02	17,01	11,01	0,10	155,08	0,00	12,01	0,00	0,00	0,00	0,15	341	2011	
Итого за прием пищи:	592	17,06	17,47	77,27	552,03	44,18	0,30	0,60	417,68	2,95	12,74	0,27	0,37	2,38	13,21	229,25	185,38	30,78	1,53	381,88	1,14	183,04	4,72	0,01	0,17			
<b>Обед</b>																												
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	0,98	8,15	2,65	70,98	14,00	0,03	0,00	0,27	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	70,00	31,00	36,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	47	2016
СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГОВЯДИНОЙ	250	9,91	9,57	20,89	249,65	5,18	0,19	0,11	0,26	5,12	0,00	0,92	0,33	2,39	12,80	38,64	137,19	39,86	2,81	622,86	2,14	35,12	7,37	0,08	0,05	102	2011	
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕЧЕНЧАЯ	180	10,82	6,74	53,16	312,43	0,00	0,27	0,14	0,02	5,63	0,08	0,00	0,33	2,78	26,56	17,11	223,70	149,50	5,25	316,20	1,71	3,03	2,74	0,00	0,02	171,1	2011	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ РУБЦЕНЫЕ	100	12,69	12,60	12,11	141,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19,53	165,35	13,38	1,45	146,45	1,14	120,75	5,09	0,01	0,07	269	2011		
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,21	1,23	1,81	21,49	0,26	0,00	0,00	0,07	0,06	0,02	0,00	0,01	0,05	0,30	5,23	5,21	2,40	0,10	20,61	0,05	1,43	0,26	0,00	0,00	54,3-соус	2022	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,07	0,03	0,00	1,18	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,08	0,31	10,71	66,10	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ГРУСНИЧНЫЙ	200	0,12	0,05	19,31	84,06	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,04	0,25	3,45	2,43	3,31	0,13	29,76	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	980	40,88	39,23	143,36	1 088,20	20,93	0,56	0,28	0,62	16,99	0,10	0,92	0,77	6,00	96,81	166,58	550,24	282,27	11,52	2 713,28	5,48	484,38	15,45	0,01	0,15	437	2008	
Всего за день:		57,94	56,70	220,63	1 634,23	65,11	0,86	0,88	418,30	19,94	12,84	1,19	1,14	8,38	70,02	385,83	735,63	293,05	13,05	595,16	6,62	647,42	20,17	0,02	0,32			

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. Эл. г		С, мкг	В1, мкг	В2, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мкг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мкг	Р, мкг	Мг, мкг	Fe, мкг	К, мкг	Zn, мкг	Na, мкг	Л, мкг	Se, мкг	F, мкг			
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	4,38	5,42	39,78	230,26	0,00	0,04	0,03	0,03	0,42	0,09	0,12	0,32	12,16	11,18	88,53	29,16	0,63	65,06	0,92	8,80	0,90	0,01	0,03	171,2	2011		
БЫТОЧКИ ЧИЖЕН ТОП С СОУСОМ	100	12,98	8,29	6,90	116,89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19,53	105,35	13,38	1,45	146,45	1,14	120,75	5,09	0,01	0,07	271	2011		
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	40	2,16	8,55	11,78	145,30	0,00	0,05	0,03	0,07	0,81	0,15	0,00	0,46	8,10	8,10	27,10	9,90	0,62	40,20	0,24	152,50	0,00	0,00	0,00	1	2011		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,92	0,28	9,90	61,08	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	9,63	43,42	1,16	0,00	0,01	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,46	0,46	11,76	56,40	12,00	0,04	0,02	0,01	0,76	0,00	0,00	0,10	0,36	2,40	19,20	13,20	9,60	2,54	333,60	0,18	31,20	2,40	0,00	0,01	338	2011	
Итого за прием пищи:	668	22,17	23,03	89,95	673,35	13,16	0,13	0,09	0,11	1,99	0,24	0,00	0,26	1,71	23,29	65,17	242,98	66,76	6,14	621,82	2,48	314,94	8,39	0,02	0,11			
<b>Обед</b>																												
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	100	1,27	6,09	6,85	87,72	4,36	0,02	0,03	0,00	2,63	0,00	0,06	0,14	9,76	30,95	35,68	17,72	1,08	242,90	0,34	255,41	5,16	0,00	0,01	55	2011		
ЦИЗ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОВЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,25	9,19	9,20	166,61	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ	180	3,82	6,33	25,70	175,63	12,46	0,15	0,13	0,04	0,29	0,09	0,46	1,62	12,31	49,42	102,98	35,39	1,46	916,72	0,69	23,03	10,25	0,00	0,04	312	2011		
ХЛЕБЦУ РЫБНЫЙ	100	15,19	11,96	14,56	145,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19,53	105,35	13,38	1,45	146,45	1,14	120,75	5,09	0,01	0,07	269	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,06	0,58	22,60	136,20	0,00	0,07	0,03	0,00	1,17	0,00	0,08	0,74	16,13	12,37	45,17	17,75	1,08	77,08	0,44	302,34	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК МАНДАРИНОВЫЙ	200	0,17	0,04	23,72	101,00	3,34	0,01	0,00	0,04	0,00	0,00	0,02	0,04	0,00	7,36	3,37	2,18	0,02	34,82	0,00	2,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием пищи:	920	32,80	34,49	113,13	876,13	20,16	0,25	0,20	0,04	4,13	0,09	0,62	2,54	38,19	119,63	292,54	86,42	5,08	1 417,97	2,60	704,41	20,50	0,01	0,16				
Всего за день:		54,97	67,52	203,08	1 549,46	33,32	0,36	0,29	0,15	6,12	0,33	0,88	4,25	61,49	194,80	535,51	153,18	11,23	2 038,79	5,09	1 019,35	28,89	0,03	0,27				

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. м.г.		С, мг	В1, мкг	В2, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
<b>Завтрак</b>																													
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ТЕРТЕЛОСОВАЯ	150	6,07	7,00	25,31	191,82	0,39	0,13	0,11	0,03	1,14	0,06	0,00	0,08	0,22	7,59	93,40	152,23	46,77	1,26	219,11	1,33	44,52	8,73	0,00	0,02	0,02	173	2011	
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ С ТУШЕННЫМ ТО/20	70/20	10,43	5,05	18,97	172,07	0,25	0,03	0,18	0,04	0,47	0,28	0,55	0,09	1,38	1,39	131,19	140,23	16,88	0,29	146,53	0,46	53,69	2,31	0,02	0,02	219	2011		
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	40	2,16	8,55	11,78	145,30	0,00	0,05	0,03	0,07	0,61	0,15	0,00	0,04	0,46	8,10	6,10	27,10	9,90	0,62	40,20	0,24	152,50	0,00	0,00	0,00	1	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	9,53	41,11	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	4,64	7,42	3,96	0,74	25,10	0,00	0,92	0,00	0,00	0,00	376	2011		
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,02	0,01	0,20	0,00	0,00	0,00	0,07	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	341	2011		
Итого за прием пищи:	580	19,65	20,80	73,19	588,30	38,68	0,27	0,36	0,15	2,62	0,49	0,55	0,28	2,42	17,08	272,33	343,96	88,51	3,01	589,94	2,05	263,63	11,04	0,02	0,19				
<b>Обед</b>																													
САЛАТ-КОКТЕЙЛЬ ИЗ ОВОЩЕЙ	100	1,46	8,22	8,04	112,59	6,90	0,06	0,04	0,03	3,63	0,00	0,00	0,15	0,55	7,72	14,93	41,04	16,42	0,82	308,92	0,34	40,35	2,99	0,00	0,01	112	2016		
СУП КУРИНЫЙ	250	7,40	7,23	11,64	141,59	4,58	0,05	0,04	0,41	1,90	0,00	0,00	0,15	0,61	7,63	23,98	47,50	19,62	0,75	281,22	0,44	7,36	3,44	2,84	0,03	152	2016		
БУЛГУР ОТВАРНОЙ	180	8,62	4,91	44,47	275,13	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	54-23-2020	2021		
МЯСО ТУШЕНОЕ	100	16,01	13,53	3,18	201,68	0,92	0,01	0,01	0,22	2,19	0,00	0,00	0,03	0,14	2,52	13,96	15,41	6,77	0,30	60,56	0,15	3,64	0,91	0,00	0,01	256	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,56	22,70	136,77	0,00	0,07	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,00	0,01	ПП		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП			
КОСЫЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТШОКА" (для детей дошкольного и школьного возраста)	200	0,00	0,00	22,80	92,15	8,04	0,23	0,28	0,10	2,35	1,68	0,50	0,37	2,42	117,50	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	284	251/121	
Итого за прием пищи:	920	39,60	34,77	123,33	1024,71	20,34	0,42	0,41	0,78	11,25	1,68	0,50	0,78	4,46	151,57	65,09	149,31	80,63	2,95	728,12	1,37	354,95	7,34	2,84	0,06	19			
Всего за день:		59,25	55,57	196,52	1 613,01	59,02	0,69	0,77	0,91	13,87	2,17	1,15	1,06	6,88	168,65	337,42	493,29	149,14	5,96	1 914,06	3,42	618,58	18,38	2,86	0,25				

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. м.г.		С, мг	В1, мкг	В2, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
<b>Завтрак</b>																													
КАША ГРЯСОПЛАЧУГА ГРЕЧНЕВАЯ	180	10,82	6,74	53,18	312,43	0,00	0,27	0,14	0,02	5,63	0,08	0,00	0,33	2,78	26,56	17,11	223,70	149,50	5,25	316,20	1,71	3,03	2,74	0,00	0,02	171,1	2011		
ГОЛУЦЫЯ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ГРЯСНЫМ ОСНОВНОЙ	100	6,75	12,15	6,95	144,13	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	298	2012		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,04	0,28	11,36	68,39	0,00	0,04	0,01	0,00	0,59	0,00	0,00	0,04	0,37	8,10	6,21	22,68	8,91	0,54	38,70	0,22	151,80	0,00	0,00	0,00	0,00	ПТ		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	0,30	10,52	64,91	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПТ			
КОРЖИКИ НАПИТОК ЗАКОВЫИ НА МОЛОКЕ (высолит пищевой хлористый, нормализован, обменные процессы, укрепляет иммунитет)	200	3,28	2,43	20,54	119,80	0,52	0,05	0,11	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,37	0,00	108,88	97,42	22,00	0,58	182,54	0,40	52,66	9,00	0,00	0,00	418	2016		
ПАСТИЛА ФРУКТОВАЯ	22	0,53	0,00	12,98	57,86	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПТ			
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	123	0,50	0,50	12,13	58,19	12,38	0,04	0,02	0,01	0,78	0,00	0,00	0,10	0,37	2,48	19,81	13,62	9,90	2,72	344,16	0,19	32,19	2,48	0,00	0,01	338	2023		
Итого за прием пищи:	685	26,00	22,41	127,65	825,71	12,90	0,40	0,28	0,05	7,00	0,08	0,00	0,47	3,89	37,14	152,01	357,42	190,31	9,09	881,60	2,52	239,68	14,22	0,00	0,03				
<b>Обед</b>																													
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛеныМ ЛУКОМ	100	1,54	5,08	8,46	87,83	17,70	0,02	0,04	0,05	2,26	0,00	0,00	0,13	0,51	9,98	48,98	25,55	13,58	0,84	176,67	0,35	11,70	2,40	0,00	0,01	45	2011		
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КУРПОВЕДЕМ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	290	7,85	7,31	14,23	194,57	4,92	0,18	0,10	0,24	2,23	0,00	0,00	0,24	1,80	11,16	47,30	130,21	32,84	2,16	501,69	1,43	47,83	7,30	0,00	0,05	84	2011		
ПЕЛЬМЕНИ САЗЖА ОТВАРНЫЕ	200	18,88	19,09	60,50	449,99	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	392	2015		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,07	0,58	22,70	136,77	0,00	0,07	0,03	0,00	1,18	0,00	0,00	0,08	0,74	16,20	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,44	303,60	0,00	0,00	0,01	ПТ			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	0,30	10,49	64,74	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПТ			
КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,02	5,24	7,28	124,55	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,75	3,24	1,62	0,38	13,80	0,00	8,10	0,00	0,00	0,00	ПТ			
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	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	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399	2011		
Итого за прием пищи:	870	35,01	37,50	146,66	1 150,25	22,62	0,19	0,18	0,29	5,67	0,00	0,00	0,84	3,05	37,34	113,45	204,36	65,86	4,46	769,72	2,22	371,23	9,70	0,00	0,07				
Всего за день:		61,01	60,01	274,31	1 975,96	35,52	0,59	0,46	0,34	12,67	0,08	0,84	0,92	6,94	74,48	265,46	561,78	258,17	13,55	1 651,32	4,74	610,91	23,92	0,00	0,10				







**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	Пищевые вещества			Витамины												Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мг	РР, мг	фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	
Итого за весь период	570,04	564,95	2 152,57	17 021,52	639,15	6,93	5,85	842,10	124,08	34,41	9,92	12,54	72,51	945,03	2 790,69	5 886,63	1 984,22	110,24	19 386,88	50,18	7 563,19	288,11	44,18	26,77	
Среднее значение за период	57,00	56,50	215,26	1 702,15	63,92	0,69	0,58	84,21	12,41	3,44	0,99	1,25	7,25	94,50	279,07	588,66	198,42	11,02	1 938,69	5,02	756,32	28,81	4,42	2,68	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,4	29,9	56,7																						

**СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)**

Возраст детей	Завтрак	Обед
Льготная категория 1 смена 12-18 лет	626	916

**Основание:**

- СанПин 2.3/2.4.3590-20 постановление от 27.10.2020 №32 срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.  
Утвержденные руководителем ФСН в сфере защиты потребителем и благополучия человека Г.Г. Онищенко
- Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М.: Делта Плюс 2017 – 544с
- Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М.: Делта Плюс 2016 – 640с
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Взг.-сост. А.И.Зюбков, В.А.Цыганенко. - М.: "ИКТЦ" "ЛАДА", К.: Издат.Арий 2006; 680с
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для пол.л. при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" М 2004
- Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. И.М. Скуряхин, В.А.Тутельян, ДелтаПринт М. 7)МР 2.4.01.79-20
- Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.12.20-001-73392522-2024 Полуфабрикаты из мяса птицы кусковые и мелкокусковые, бескостные замороженные. Технические условия
- Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 " Полуфабрикаты из мяса замороженные. Технические условия "
- Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-007-73392522-2024 "Полуфабрикаты из мяса птицы замороженные. Технические условия "
- Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1–4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр питания и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. Под редакцией члена - корреспондента Российской академии наук В.Р. Кучмы. Москва 2016

Меню составил: Технолог Шиван Т.Н.

Меню согласовано специалистом-диетологом: Тихоновой Ю.А.


