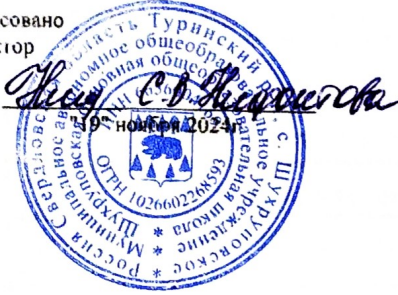


Согласовано  
Директор



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ  
МЕНЮ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ  
7-11 лет и с 12 лет и старше  
с 01 декабря 2024года

г. Туринск

Неделя первая

День первый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	215	10	15	31	298
692	Кофейный напиток	200	4	3	20	125
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	1	0	7	37
Пром.	Фрукт	100	1	0	9	40
<b>Итого:</b>		<b>534</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>67</b>	<b>500</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	270	13	14	40	335
692	Кофейный напиток	200	4	3	20	125
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	18,8	1	0	7	37
Пром.	Фрукт	100	1	0	9	40
<b>Итого:</b>		<b>589</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>76</b>	<b>538</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
133	Суп картофельный с рыбой	210	6	4	15	112
451	Котлета из говядины	90	9	18	4	210
516	Макаронные изделия отварные	150	5	4	38	208
СРБКИ 542	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31	2	1	13	64
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	1	12	62
<b>Итого:</b>		<b>711</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>101</b>	<b>732</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
133	Суп картофельный с рыбой	260	7	4	18	137
451	Котлета из говядины	110	11	21	6	260
516	Макаронные изделия отварные	180	6	5	44	242
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	1	12	62
<b>Итого:</b>		<b>817</b>	<b>29</b>	<b>31</b>	<b>115</b>	<b>855</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>39</b>	<b>45</b>	<b>168</b>	<b>1232</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>47</b>	<b>49</b>	<b>191</b>	<b>1332</b>

Неделя первая

День второй

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	225	7	8	27	202
СТН 2/12	Булочка творожная	100	8	9	17	180
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	41	3	1	17	83
<b>Итого:</b>		566	19	19	83	494
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	285	13	13	34	303
СТН 2/12	Булочка творожная	100	8	9	17	180
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	21,9	1	0	9	43
<b>Итого:</b>		607	23	24	82	639
<b>Обед 7-11 лет</b>						
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	60	2	2	4	37
114	Борщ с картофелем и сметаной	205	4	3	5	63
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	105	12	16	30	312
520	Пюре картофельное	150	3	4	21	133
634	Компот из вишни	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	21	1	0	9	43
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		760	23	26	104	741
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	100	3	3	6	62
114	Борщ с картофелем и сметаной	255	8	7	9	135
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	110	14	18	32	338
520	Пюре картофельное	200	4	6	27	177
634	Компот из вишни	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	33,5	2	1	14	68
<b>Итого:</b>		936	33	35	131	970
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>42</b>	<b>45</b>	<b>187</b>	<b>1235</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>56</b>	<b>59</b>	<b>213</b>	<b>1609</b>

Неделя первая

День третий

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченый	270	9	12	34	278
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2	1	15	72
<b>Итого:</b>		<b>505</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>74</b>	<b>495,61</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченый	330	11	14	41	339
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2	1	16	81
<b>Итого:</b>		<b>570</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	<b>566</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	60	3	7	3	88
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	210	3	5	12	105
ЕСТН 299	Рыба тушеная в томате с овощами	90	13	5	9	136
СРБКИ 624	Рис пикантный	150	4	5	36	209
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	125
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
<b>Итого:</b>		<b>747</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>107</b>	<b>740</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	100	4	12	4	147
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	260	3	6	16	132
ЕСТН 299	Рыба тушеная в томате с овощами	100	14	6	9	147
СРБКИ 624	Рис пикантный	180	4	6	44	250
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	125
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	37
<b>Итого:</b>		<b>879</b>	<b>29</b>	<b>32</b>	<b>119</b>	<b>880</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>39</b>	<b>40</b>	<b>180</b>	<b>1236</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>46</b>	<b>51</b>	<b>202</b>	<b>1446</b>

Неделя первая

День четвертый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	210	9	9	25	211
741	Ватрушка с творогом	100	7	9	21	189
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17	1	0	7	35
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>727</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>85</b>	<b>590</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	255	11	11	26	241
741	Ватрушка с творогом	150	9	10	25	229
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	61	4	1	21	108
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>866</b>	<b>26</b>	<b>23</b>	<b>104</b>	<b>733</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
СТН 28/1	Салат из отварной свеклы	60	1	5	7	73
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	210	7	6	24	173
СРБКИ 616	Шницель рубленый куриный с овощами	90	10	8	12	161
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	7	7	38	239
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	2	0	11	54
<b>Итого:</b>		<b>736</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>115</b>	<b>796</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
СТН 28/1	Салат из отварной свеклы	100	2	8	11	123
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	260	8	7	26	195
СРБКИ 616	Шницель рубленый куриный с овощами	100	11	9	13	176
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	8	8	40	261
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	2	0	11	54
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>884</b>	<b>32</b>	<b>32</b>	<b>133</b>	<b>944</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>45</b>	<b>45</b>	<b>199</b>	<b>138</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>58</b>	<b>55</b>	<b>237</b>	<b>167</b>

Неделя первая

День пятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
311	Каша жидкая пшениая с маслом сливочным	225	10	9	30	243
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	66	4	6	24	164
Пром.	Сок 1 шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>691</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>89</b>	<b>623</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
311	Каша жидкая пшениая с маслом сливочным	285	12	11	37	296
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	54	3	1	22	112
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>739</b>	<b>20</b>	<b>18</b>	<b>95</b>	<b>625</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
СРБКИ 68	Салат "Морковь по-корейски"	60	2	0	5	28
139	Суп картофельный с горохом и гречками	210	3	5	17	121
451	Котлета из говядины	90	9	11	30	251
259	Картофель, запеченный со сметаной и сыром	150	8	10	11	159
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	1	0	7	38
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	38
<b>Итого:</b>		<b>748</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>725</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
СРБКИ 68	Салат "Морковь по-корейски"	120	3	1	8	47
139	Суп картофельный с горохом и гречками	260	4	6	21	149
451	Котлета из говядины	100	10	12	33	279
259	Картофель, запеченный со сметаной и сыром	180	9	11	13	190
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	37	2	1	15	76
<b>Итого:</b>		<b>934</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>128</b>	<b>908</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>43</b>	<b>47</b>	<b>188</b>	<b>1348</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>50</b>	<b>49</b>	<b>223</b>	<b>1533</b>

Неделя первая

День шестой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрес"	110	14	10	25	247
520	Пюре картофельное	250	3	4	21	133
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	23	1	0	9	43
<b>Итого:</b>		<b>583</b>	<b>19</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	<b>460</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрес"	120	15	11	28	273
520	Пюре картофельное	250	3	4	21	133
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
<b>Итого:</b>		<b>607</b>	<b>21</b>	<b>16</b>	<b>73</b>	<b>518</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
133	Суп картофельный с рыбой	215	4	3	24	141
СРБКИ 555	Чиполлетти из говядины	100	12	18	27	315
СТН 27/3	Рагу из овощей	150	5	4	26	162
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33	2	1	14	68
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
<b>Итого:</b>		<b>718</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>108</b>	<b>762</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
133	Суп картофельный с рыбой	265	4	4	25	155
СРБКИ 555	Чиполлетти из говядины	120	14	20	28	343
СТН 27/3	Рагу из овощей	200	3	5	28	167
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	32	2	1	13	66
<b>Итого:</b>		<b>854</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>118</b>	<b>843</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>43</b>	<b>41</b>	<b>171</b>	<b>127</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>46</b>	<b>46</b>	<b>191</b>	<b>130</b>

Неделя вторая

День седьмой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
302	Кашая вязкая гречневая с маслом сливочным	210	5	9	24	203
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	1	0	7	37
Пром.	Фрукт	100	3	0	8	45
<b>Итого:</b>		<b>529</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>74</b>	<b>498</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
302	Кашая вязкая гречневая с маслом сливочным	270	7	12	31	261
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	1	0	7	37
Пром.	Фрукт	100	3	0	8	46
<b>Итого:</b>		<b>589</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>81</b>	<b>558</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	205	3	4	18	117
ЕСТН 341	Котлеты "Пермские"	90	14	16	12	244
516	Макаронные изделия отварные	150	5	4	32	185
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	78
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	21	1	0	9	43
<b>Итого:</b>		<b>703</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>106</b>	<b>744</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	255	3	4	23	145
ЕСТН 341	Котлеты "Пермские"	105	17	18	14	285
516	Макаронные изделия отварные	200	7	5	43	247
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	78
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31	2	1	13	64
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>809</b>	<b>30</b>	<b>28</b>	<b>120</b>	<b>857</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>41</b>	<b>40</b>	<b>181</b>	<b>1242</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>47</b>	<b>47</b>	<b>201</b>	<b>1415</b>



Неделя вторая

День восьмой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
ЕСТН 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	275	17	17	55	440
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32	2	1	13	66
<b>Итого:</b>		<b>507</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	<b>82</b>	<b>563</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
ЕСТН 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	325	20	20	62	506
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	38	2	1	16	78
<b>Итого:</b>		<b>563</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>92</b>	<b>641</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	0	5	13	94
505	Куриные шарики "Чемпион"	90	3	5	17	121
520	Пюре картофельное	150	15	12	1	168
ЕСТН 157	Дополнительный гарнир: зеленый горошек припущенный	60	3	4	21	133
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2	1	15	72
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>763</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>101</b>	<b>741</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	1	8	14	129
505	Куриные шарики "Чемпион"	100	4	6	21	151
520	Пюре картофельное	180	16	13	1	185
ЕСТН 157	Дополнительный гарнир: зеленый горошек припущенный	100	4	5	25	159
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>896</b>	<b>29</b>	<b>32</b>	<b>112</b>	<b>853</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>45</b>	<b>43</b>	<b>183</b>	<b>130</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>51</b>	<b>53</b>	<b>204</b>	<b>149</b>

Неделя вторая

День девятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	215	8	7	25	195
691	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
СРБКИ 958	Печенье творожное с лимоном	80	7	6	21	158
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>514</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>79</b>	<b>565</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	270	9	8	31	235
691	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
СРБКИ 958	Печенье творожное с лимоном	80	7	6	21	162
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	64	3	1	25	122
<b>Итого:</b>		<b>614</b>	<b>23</b>	<b>21</b>	<b>102</b>	<b>692</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом маслом растительным	70	0	3	8	61
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1	4	25	138
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	90	8	10	40	279
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	9	10	181
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	1	0	9	45
<b>Итого:</b>		<b>737</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>101</b>	<b>740</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом маслом растительным	100	1	5	10	88
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем, и сметаной	260	1	5	28	158
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	100	8	11	45	310
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	11	9	198
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	24	2	0	10	50
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>883</b>	<b>29</b>	<b>32</b>	<b>118</b>	<b>878</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>45</b>	<b>45</b>	<b>180</b>	<b>130</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>52</b>	<b>53</b>	<b>220</b>	<b>157</b>

Неделя вторая

День десятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром	320	9	14	20	236
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31	2	1	13	64
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>751</b>	<b>13</b>	<b>16</b>	<b>65</b>	<b>456</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром	410	13	16	24	292
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27	2	0	11	54
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>837</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>68</b>	<b>501</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом маслом растительным	60	0	3	1	34
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	4	3	5	63
СРБКИ 588	Курица по-тайски	220	13	16	37	342
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	46	3	1	19	95
Пром.	Хлеб ржаной	37	2	1	15	76
<b>Итого:</b>		<b>768</b>	<b>22</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>701</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом маслом растительным	100	1	5	2	58
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	10	7	14	161
СРБКИ 588	Курица по-тайски	250	16	17	46	400
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0	12	60
<b>Итого:</b>		<b>872</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>111</b>	<b>845</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>35</b>	<b>39</b>	<b>165</b>	<b>1156</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>47</b>	<b>49</b>	<b>179</b>	<b>1346</b>

Неделя вторая

День одиннадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	210	13	9	32	260
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
<b>Итого:</b>		<b>530</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>84</b>	<b>559</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	270	15	11	40	320
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	1	0	8	39
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
<b>Итого:</b>		<b>589</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>92</b>	<b>616</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	215	3	5	12	105
ВРО 43	Суфле "Рыбка"/смесь мексиканская припущенная	180	19	18	35	373
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	2	0	11	54
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	37
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
<b>Итого:</b>		<b>740,4</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>96</b>	<b>699</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	265	3	6	16	132
ВРО 43	Суфле "Рыбка"/смесь мексиканская припущенная	240	22	21	43	446
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2	0	12	60
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	37
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
<b>Итого:</b>		<b>854</b>	<b>29</b>	<b>28</b>	<b>109</b>	<b>806</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>44</b>	<b>40</b>	<b>180</b>	<b>1258</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>51</b>	<b>46</b>	<b>201</b>	<b>1422</b>

Неделя вторая

День двенадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>						
311	Каша жидкая пшениая маслом сливочным	205	9	8	25	202
741	Ватрушка с сыром	100	9	11	25	231
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	1	0	7	37
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>724</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>82</b>	<b>571</b>
<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>						
311	Каша жидкая пшениая маслом сливочным	260	10	11	28	252
741	Ватрушка с сыром	100	9	11	25	231
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	70	4	1	29	145
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
<b>Итого:</b>		<b>830</b>	<b>24</b>	<b>23</b>	<b>106</b>	<b>728</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
135	Суп из овощей со сметаной	205	3	3	11	85
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	250	16	20	45	424
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	60	2	2	3	37
638	Компот из кураги	200	0	0	25	104
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	1	0	9	45
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>755</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>102</b>	<b>734</b>
<b>Обед с 12 лет и старше</b>						
135	Суп из овощей со сметаной	260	4	4	12	102
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	290	19	24	50	493
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	100	3	3	5	62
638	Компот из кураги	200	0	0	25	
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	28	2	0	12	58
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
<b>Итого:</b>		<b>897</b>	<b>29</b>	<b>32</b>	<b>113</b>	<b>754</b>
<b>Итого с 7 до 11 лет</b>			<b>43</b>	<b>44</b>	<b>184</b>	<b>1305</b>
<b>Итого с 12 лет</b>			<b>53</b>	<b>55</b>	<b>219</b>	<b>1482</b>

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак + обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполне е, % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	39,17	42,04	39	45,43	42,97	43,26	40,77	45,14	44,82	35,3	44,31	42,59	505,18	42,10	42	
Жиры	г	79	44,74	44,68	40	45,11	46,89	40,66	39,58	43,23	45,01	39,34	36,89	44,4	513,09	42,76	43	
Углеводы	г	335	168,09	186,77	180	199,48	188,46	170,81	180,68	183,48	180,12	165,3	180,4	183,76	2107,8	180,65	181	
Энергетическая ценность	Ккал	2350	1231,7	1234,76	1236	1385,63	1347,73	1222,22	1241,82	1303,55	1304,85	1156,46	1257,35	1305	15227,13	1268,93	1269	

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполне е, % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	15,98	19,02	15	19,39	19,16	18,62	14,83	19,42	19,31	13,25	19,46	18,83	212,29	17,69	17,69	
Жиры	г	79	19,86	19,78	16	19,19	21,19	14,76	15,71	17,34	19,02	15,73	15,74	18,61	210,46	17,54	17,54	
Углеводы	г	335	67,17	82,9	74	84,96	88,9	63,11	74,37	82,78	79,09	65,27	84,33	81,97	928,19	77,35	77,35	
Энергетическая ценность	Ккал	2250	499,34	494,1	495,61	590,11	622,95	459,76	498,19	562,86	564,78	456,66	558,82	570,69	6373,46	531,12	531,12	

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполне е, % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	23,79	23,02	24	26,04	23,81	24,64	25,89	25,72	25,51	22,05	24,35	23,76	287,85	24,41	24,41	
Жиры	г	79	25,88	25,9	24	25,32	25,7	25,3	23,87	25,89	25,99	23,61	24,15	25,79	300,63	25,22	25,22	
Углеводы	г	335	100,82	103,87	107	114,52	89,56	107,7	106,31	101,2	101,03	100,03	96,07	101,79	1239,51	103,30	103,30	
Энергетическая ценность	Ккал	2350	731,76	740,66	740	795,52	724,78	762,46	743,63	740,69	740,07	700,81	699,03	734,31	8853,67	737,81	737,81	

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных				
Белки	77	18,4-19,25	23,1-26,9	36,5-46,15
Жиры	79	15,8-19,75	23,7-27,65	39,5-47,4
У	335	67-83,75	100,5-117,25	167,5-201
Э.Ц.	2350	470-587,5	705-822,5	1175-1410
		завтрак 20-25%	обед 30-35%	всего 50-60%

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак + обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней	Выполнены % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		12	
Белки	г	90	46,73	56,36	46	57,75	50,26	46,28	47,24	50,75	52,31	46,72	50,75	53,11	604,53	50,4	50
Жиры	г	92	49,21	59,11	51	55,21	49,07	45,9	46,93	52,89	53,45	49,02	46,29	55,31	612,76	51,1	51
Углеводы	г	383	190,58	212,77	202	237,2	227,67	190,7	180,68	209,75	219,34	179,38	200,59	219,95	2458,76	204,9	205
Энергетическая ценность	Ккал	2720	1392,13	1608,51	1446	1676,69	1592,9	1361,02	1241,82	1494,01	1570,05	1345,58	1421,97	1482,47	17573,11	1464,4	1464

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней	Выполнены % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		12	
Белки	г	90	18,73	23,22	17	26,71	20,1	20,63	17,13	22,09	22,91	16,44	21,9	23,71	249,95	20,8291667	21
Жиры	г	92	17,86	24,16	18	23,44	18,32	16,13	18,41	20,65	21,29	18,14	17,91	23,09	237,63	19,8025	20
Углеводы	г	383	75,97	82,11	83	104,3	94,81	72,56	80,91	91,77	102,25	67,89	91,87	106,35	1053,79	87,8158333	88
Энергетическая ценность	Ккал	2720	537,54	638,76	566	733	624,52	517,93	557,85	641,29	692,25	500,58	616,27	728,05	7353,63	612,8025	613

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней	Выполнены % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		12	
Белки	г	90	28,5	33,14	29	31,54	30,16	25,65	30,11	28,66	29,4	30,28	28,85	29,4	354,58	29,5483333	30
Жиры	г	92	31,35	34,95	32	31,77	30,7	29,77	28,42	32,24	32,16	30,88	28,38	32,22	375,13	31,7608333	31
Углеводы	г	383	114,61	130,66	119	132,9	127,86	118,14	120,19	111,98	117,69	111,49	108,72	112,6	1425,39	118,7825	119
Энергетическая ценность	Ккал	2720	854,59	969,75	880	943,69	908,38	843,09	856,98	852,72	877,8	845	805,7	754,42	10397,49	866,040833	866

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в			
Белки	90	18-22,5	27-31,5
Жиры	92	18,4-23	27,6-32,2
У	383	76,8-96	114,9-134,05
Э.Ц.	2713	542,6-678	813,9-980
		завтрак 20-25%	обед 30-35%
			всего 50-60%

**Ведомость контроля за рационом питания  
по расходу продуктов питания**

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"

на октябрь 2022 - апрель 2023

Наименование	Единица измерения	Количество	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ												Итого	СРЕДНЯЯ ЗА ДЕНЬ (в г)	Отклонение от нормы (%)
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день			
Валовые расходы																	
Хлеб ржаной	грамм	80	80,0	20,0	80,0	70,0	80,0	40,0	40,0	40,0	42,0	40,0	40,0	20,0	572,00	47,7	-46
Хлеб пшеничный	грамм	150	140,00	60,90	96,00	90,00	110,00	94,20	64,30	130,00	80,00	41,60	80,00	100,00	1087,00	90,6	-46
Мука пшеничная	грамм	15	0,00	10,00	4,00	31,00	3,60	18,00	3,60	10,00	2,00	20,00	2,80	3,60	108,60	9,1	-46
Крупы, бобовые	грамм	45	39,00	0,00	15,00	0,00	45,00	0,00	80,00	16,00	0,00	0,00	80,00	40,00	316,00	26,3	-42
Макаронные изделия	грамм	15	38,00	0,00	0,00	0,00	16,00	0,00	0,00	0,00	16,00	38,00	0,00	0,00	108,00	9,0	-46
Картофель	грамм	187	42,88	170,00	76,80	160,00	0,00	340,00	64,00	170,00	180,00	25,80	17,28	96,00	1342,56	111,9	-46
Овощи свежие, зелень	грамм	280	127,50	148,40	113,20	182,50	316,38	60,40	129,60	138,80	154,80	70,40	172,90	319,08	1933,96	161,2	-42
Фрукты (плоды) свежие	грамм	185	220,00	140,00	60,00	0,00	60,00	60,00	150,00	60,00	60,00	140,00	350,00	0,00	1300,00	108,3	-41
Фрукты (плоды) сушен., в т.ч. шиповник	грамм	15	20,00	10,00	0,00	19,00	10,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	10,00	19,00	107,00	8,9	-41
Соки плодово-ягодные, напитки витаминизированные, в т.ч. Instantные	грамм	200	200,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	200,00	0,00	200,00	0,00	0,00	400	1400,00	116,7	-42
Мясо жилованное	грамм	70	76,5	0,00	0,00	60,00	82,80	73,80	83,00	0,00	40,20	0,00	0,00	76,50	492,80	41,1	-41
Субпродукты	грамм	30	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	0,00	0,0	-100
Птица (цыплята -бройлеры потрошенные - 1 кг)	грамм	35	0,00	79,00	0,00	0,00	31,20	0,00	0,00	79,00	62,40	0,00	0,00	0,00	251,60	21,0	-46
Рыба - филе	грамм	58	0,00	0,00	120,00	50,00	60,00	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	460,00	33,3	-43
Молоко	грамм	300	200,0	250,0	210,0	206,0	190,0	35,0	200,0	110,0	150,0	80,0	210,0	120,0	1961,00	163,4	-46
Кисломолочные продукты	грамм	150													0,00	0,0	
Творог	грамм	50	0,0	130,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	130,00	0,00	100,0	0,00	0,00	360,00	30,0	-46
Сыр	грамм	10	0,0	0,00	10,00	18,00	0,00	0,00	10,00	5,00	10,00	0,0	0,00	18,00	71,00	5,9	-41
Сметана	грамм	10	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	28,00	6,00	0,00	10,00	10,00	0,00	74,00	6,2	-38
Масло сливочное	грамм	30	20,0	15,00	30,00	24,80	36,00	10,30	14,00	5,00	2,80	10,0	15,00	32,00	214,80	17,9	-46
Масло растительное	грамм	15	10,0	4,0	12,0	9,3	7,8	9,0	8,3	12,5	12,8	2,0	9,8	11,0	108,45	9,0	-46
Яйцо	грамм	40	0,0	20,00	130,00	2,00	5,84	33,00	0,00	9,64	72,00	16,0	0,00	0,00	288,28	24,0	-46
Сахар	грамм	30	11,5	25,00	24,00	16,50	15,00	24,00	3,00	25,00	20,00	20,0	15,00	17,60	216,60	18,1	-46
Кондитерские изделия	грамм	10													0,00	0,0	
Чай	грамм	1	0,0	1,20	0,00	0,00	1,20	1,20	0,00	1,20	0,00	1,2	0,0	1,20	7,20	0,6	-46
Какао	грамм	1	0,0	0,00	2,40	0,00	0,00	0,00	2,40	0,00	0,00	0,0	2,40	0,00	7,20	0,6	-46
Кофейный напиток	грамм	2	5,0	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	0,0	0,00	0,00	15,00	1,3	-38
Дрожжи	грамм	0,2	0,0	0,00	0,00	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	1,45	0,1	-46
Куриный бульон	грамм	3	0,0	0,00	0,00	10,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	10,80	21,60	1,8	-46
Соль	грамм	3	2,0	2,0	2,0	2,00	2,00	2,00	1,50	2,00	1,50	2,0	1,5	1,5	22,00	1,8	-38
Специи	грамм	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	14,40	1,20	-46



**Ведомость контроля за рационом питания  
по расходу продуктов питания**

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"

на сентябрь 2022 - апрель 2023

Наименование	предельно допустимый набор продуктов питания для организации питания детей с 12 лет (в лето г. на 1 ребенка в сутки)	Ед. измерения	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ												ИТОГО	СРЕДНЯЯ ДЕНЬ (в г)	Отклонение от нормы (-;+) в %			
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день						
			г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г				г		
Вита. витамин																		12		
Хлеб ржаной	120	грамм	80,0	40,0	60,0	70,0	60,0	80,0	80,0	80,0	40,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	830,00	69,2	-42
Хлеб пшеничный	200	грамм	151,80	80,00	146,00	80,00	139,70	118,00	103,50	169,70	103,50	56,90	80,00	160,90	160,90	160,90	160,90	1 390,00	116,8	-42
Мука пшеничная	20	грамм	0,00	20,00	5,00	50,20	3,60	18,00	4,00	11,00	2,00	24,00	3,00	3,60				144,40	12,0	-40
Крупа, бобовые	50	грамм	70,00	0,00	26,40	38,50	60,00	0,00	35,00	30,00	0,00	0,00	50,00	50,00				389,90	30,0	40
Макаронные изделия	20	грамм	55,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	55,00	0,00	0,00			150,00	12,5	-36
Картофель	187	грамм	34,00	181,00	77,00	154,00	0,00	352,00	64,00	181,12	164,00	26,00	17,00	96,00				1 346,12	112,2	-40
Овощи свежие, зелень	320	грамм	130,00	180,00	190,00	200,00	330,00	100,00	150,00	150,00	170,00	100,00	200,00	350,00				2 250,00	187,6	-41
Фрукты (плоды) свежие	185	грамм	219,60	150,00	60,00	0,00	80,00	60,00	150,00	60,00	60,00	150,00	272,70	0,00				1 262,30	105,2	-43
Фрукты (плоды) сушен. в т. ч. шиповник	20	грамм	30,00	10,00	0,00	20,00	15,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	30,00				145,00	12,1	-40
Соки плодово-овощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Instantные	200	грамм	200	0,00	0,00	200	200	0	200	0	200	200	0	200				1 400,00	116,7	-42
Масло животное	78	грамм	85,1	0,00	0,00	68,00	92,00	82,00	92,00	0,00	40,20	0,0	0,00	85,10				544,40	45,4	-42
Субпродукты	40	грамм	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00				0,00	0,0	-100
Птица (целиком -бройлеры потрошенные - 1 кат)	53	грамм	0,00	110,00	0,00	0,00	44,00	0,00	0,00	110,00	120,00	0,00	0,00	0,00				384,00	32,0	-40
Рыба - филе	77	грамм	0,00	0,00	180,00	55,00	0,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	55,00				470,00	39,2	-40
Молоко	350	грамм	250,0	90,0	250,0	232,0	250,0	60,0	225,0	200,0	180,0	80,0	250,0	160,0				2 217,00	184,8	47
Кисломолочные продукты	180	грамм																0,00	0,0	
Творог	60	грамм	0,0	135,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	150,00	0,00	145,4	0,00	0,00				430,40	35,9	-40
Сыр	15	грамм	0,0	0,00	10,00	15,00	11,00	0,00	10,00	8,00	26,60	0,0	0,00	26,60				107,20	8,9	-40
Сметана	10	грамм	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	25,00	6,60	0,00	10,00	10,00	0,00				71,60	6,0	-40
Масло сливочное	35	грамм	26,0	26,00	39,00	30,00	32,50	10,00	15,00	6,00	2,90	11,0	26,00	27,00				261,40	21,0	-40
Масло растительное	18	грамм	13,5	6,0	15,5	10,3	8,6	10,6	9,5	13,6	13,3	2,5	10,5	12,1				124,92	10,4	-42
Яйцо	40	грамм	0,0	20,00	120,00	2,40	6,28	34,00	0,00	10,64	72,00	19,2	0,00	0,00				284,52	23,7	-41
Сахар	35	грамм	15,0	20,00	15,00	18,00	20,00	30,00	2,00	36,00	30,00	25,0	26,50	15,00				251,50	21,0	-40
Кондитерские изделия	15	грамм																0,00	0,0	-100
Чай	2	грамм	0,0	2,40	0,00	0,00	2,40	2,40	0,00	2,40	0,00	2,4	0,0	2,40				14,40	1,2	-40
Какао	1,2	грамм	0,0	0,00	6,70	0,00	0,00	0,00	6,70	0,00	0,00	0,0	6,70	0,00				20,10	1,7	40
Кофейный напиток	2	грамм	4,8	0,00	0,00	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,0	0,00	0,00				14,40	1,2	-40
Дрожжи	0,3	грамм	0,0	0,00	0,00	2,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00				2,15	0,2	-40
Крахмал	4	грамм	0,0	0,00	0,00	14,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	14,40				28,80	2,4	-40
Соль	5	грамм	4,0	3,0	4,0	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,0	3,0	3,0				36,00	3,0	-40
Специи	2	грамм	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,20	1,2	1,2	1,2				14,40	1,20	-40

При составлении примерного двухнедельного меню завтраков и обедов использовалась следующая литература:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лашшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с.

2. Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления./ Автор – составитель: Д.В. Грашенков, О.В. Чугунова – Министерство агропромышленного комплекса и продовольствия Свердловской области УрГЭУ Екатеринбург 2015 г. (СТН)

3. Единый сбоник технологических нормативов, рещептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений/ Составители профессор Перевалов А.Я., профессор Т апешкина Н.В. - Издание 4-е, дополненное и исправленное г. Пермь 2021г (ЕСТН)

4. Официальное справочно - информационное методическое издание Министерства общего и профессионального образования Свердловской области. Вестник регионального образования / Под редакцией Н.И. Казакова, Е.Л. Перевозкина, Л.И. Ситник, Е.Г. Темко - Министерство общего и профессионального образования Свердловской области, 2006г, ГОУ "Центр " Учебная книга", 2006год (ВРО)

5. СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ  
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ / Издание 2-е, исправленное и дополненное / Под редакцией Г.Г. Онищенко, В.А. Тутельяна (СРБКИ-22)/Москва 2022г

6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ"

7. Региональный стандарт оказания услуг по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, расположенных на территории Свердловской области. Методические рекомендации. Екатеринбург 2021.

8. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член.-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. – М.: Дели принт, 2002 – 236 с.

9. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ . РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20