

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ СОШ № 1

Дятлева М.В.
"01" сентября 2024г.



Примерное двухдневное меню - Итого. Сезон: осенне-зимний. Возраст 1-4 классов (7-10 лет)
образовательной школы № 1 " г. город Богданович

№ сбр / год	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг.				Минеральные вещества			
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg
1-ая неделя													
1 ПОНЕДЕЛЬНИК													
ЗАВТРАК													
/13	Йогурт	100	5	3.2	8.5	0.03	0.02	0	0.6	119	91	14	0.1
384/13	Каша молочная рисовая с маслом	250/5	9.13	13.66	31.56	0.09	0.10	0.73	0.65	186.25	302.25	41.00	1.15
/13	Масло сливочное порц.	15	0.12	10.88	0.20	0.06	0.03	0.36	0.00	65.76	156.00	33.00	0.75
959/13	Какао с молоком	200	3.9	3.5	22.9	0.04	0.02	0	1.3	124	110	27	0.8
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39
	ОБЕД	620	21.745	31.718	85.838	0.294	0.170	1.725	2.550	509.510	719.650	131.900	4.190
240/13	Суп-пюре картофельный с гречками	250/10	5.2	6.3	29.1	0.114	0.042	0.2	7.7	94.2	115.8	30.4	0.88
608/13	Котлета из говядины	90	17.8	17.5	14.3	0.09	0.04	0.5	0	39	185	26	0.28
688/13	Макароны отварные	150	5.3	6.2	35.3	0.057	0	0.795	0.015	5.7	35.7	8.1	0.78
/13	Помидор свежий	100/0.80	0.10	0.10	2.49	0.03	0.00	0.70	9.96	22.91	84.36	19.92	0.60
868/13	Компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0	31.4	0.01	0	0	0.8	280	19	7	1.5
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61
	890	890	36.237	30.940	153.990	0.402	0.082	3.482	18.475	469.558	549.961	109.920	5.648
	всего	1510	57.982	62.657	239.828	0.696	0.252	5.207	21.025	979.068	1269.611	241.820	9.838
2 ВТОРНИК													
ЗАВТРАК													
3/13	Сыр порц	10	2.6	2.7	0	0.04	0	0.4	0.165	18.335	8.335	0.585	0.04
469/13	Запеканка из творога со ступенчатым молоком	150/10	25.35	14.4	19.8	0.07	0.2	0.7	0.6	474	347	38	0.1
958/13	Кофейный напиток	200	2.36	1.6	27.52	0.074	0.02	0.02	1.49	126	90	14	0.1
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39
/13	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	0.008	0	0	3.7	17.68	13.31	5.85	0.18
	всего	520	34.31	19.58	79.8	0.262	0.22	1.76	5.955	650.515	519.045	75.335	1.748
ОБЕД													
109/18	Суп харчо с говядиной	250/5	4.65	4.75	10.075	0.02225	0	1.3	0.575	14.575	59.65	15.3	0.815
636/13	Голубцы с фарсом говядины и рисом	130	8.14	8.4	7.1	0.052	0.026	0.39	2.17	44.2	133.9	27.3	0.195
684/13	Картофельное пюре	150	3.04	4.96	20.7	0.135	0.045	0.15	10.74	35	85.5	28.5	1.05
944/13	Чай с сахаром, лимон	200/15/8	0.3	0	15.2	0	0	0	0.8	14.2	4	2	0.4
/13	Орех свежий	100/0.799	0.100	0.100	2.498	0.033	0.000	0.699	9.991	22.980	84.626	19.983	0.599
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61
	933	933	23.46930368	19.04991296	96.972824	0.34055432	0.071	3.82939	24.276296	158.704981	477.776277	111.582592	4.669478
	всего	1453	57.77930368	38.62991296	176.772824	0.60255432	0.291	5.58939	30.231296	809.219981	996.821277	186.917592	6.417478
3 СРЕДА													
ЗАВТРАК													
ОБЕД													
всего													
всего													

№ с/р	Наименование блюда	Пищевые вещества										Витамины, мг.										Минеральные вещества									
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe									
ЗАВТРАК																															
1/13	Масло сливочное порц.	15	0.12	10.875	0.195	102.429	0.06	0.03	0.36	0	65.76	156	33	0.75																	
384/13	Каша пшеничная молочная	250/5	7.25	11.50	39.75	300.00	0.18	0.11	0.30	0.53	179.50	273.25	62.50	0.30																	
959/13	Какао с молоком	200	3.5	3.5	22.9	138	0.04	0.02	0	1.3	124	110	27	0.8																	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39																	
		520	14.87	26.355	85.525	649.869	0.3515	0.155	1.3	1.825	383.76	599.65	139.4	3.2375																	
ОБЕД																															
187/13	Щи из свежей капусты с курцией, сметаной	250/5	6.862	8.486	10	145.2	0.035	0	2.375	19.12	40.25	36.25	17.5	0.625																	
618/13	Тертель из говядины с соусом	110	13.8	12.4	16.37	239	0.06	0.02	0.5	0.6	19	153	21	0.22																	
155/682	Рис отварной с овощами	150	2.94	4.56	18.12	125	0.12	0.427	0.045	10.21	38.85	87.3	34.95	1.395																	
/13	Соус фруктовый	200	1	0.2	0.2	92	0.02	0	4	0	140	0	0	0.28																	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61																	
		800	31.142	26.486	86.090	799.520	0.333	0.447	4.210	33.930	265.850	386.650	91.950	4.130																	
		1320	46.012	52.841	171.615	1449.389	0.695	0.602	5.510	35.755	649.610	986.300	231.350	7.368																	

5 пятница

№ с/р	Наименование блюда	Пищевые вещества										Витамины, мг.										Минеральные вещества									
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe									
ЗАВТРАК																															
608/13	Биточки из говядины	90	17.8	17.5	14.3	286	0.09	0.04	0.5	0	39	185	26	2.8																	
679/13	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.73	63.9	63.9	267	0.09	0.0405	0.615	0	14.25	202.67	13.53	0.454																	
942/13	Чай с сахаром	200	0.3	0	15.2	75	0	0	0.27	11	3	1	0.3																		
/13	Отвар свежий	100/0.799	3.6	0.100	2.498	14.017	0.033	0.000	0.699	9.991	22.980	84.626	19.983	0.599																	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39																	
		590	31.229	18.080	118.578	751.457	0.287	0.081	2.454	0.270	101.730	535.696	77.413	5.543																	
ОБЕД																															
129/13	Рассольник Ленинградский с куррой, сметаной	250/5	7.862	8.686	20.1	192.2	0.09	0	2.35	6.72	15.5	63	26.25	0.925																	
308/18	Котлеты рыбные лоботельские	100	12.60	1.50	5.70	87.00	0.08	38.80	0.90	0.70	45.10	179.00	29.90	0.89																	
694/13	Картофельное пюре	150	3.04	4.96	20.7	140	0.135	0.045	0.15	10.74	35	85.5	28.5	1.05																	
/13	Кисель с витаминами "Валетек"	180	0	0	16.56	66.6	0.009	0	0	18	99	0	0	1.08																	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61																	
		765	30.042	15.986	104.460	684.120	0.412	38.845	4.690	36.160	222.350	437.600	103.150	5.555																	
		1355	61.271	34.066	223.038	1435.577	0.699	38.926	7.144	36.430	324.080	973.296	180.563	11.098																	

4 четверг

№ с/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества										Витамины, мг.										Минеральные вещества									
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe									
ЗАВТРАК																															
/13	Помидор свежий	100/0.80	0.80	0.10	2.49	13.94	0.03	0.00	0.70	9.96	22.91	84.36	19.92	0.60																	
438/13	Омлет натуральный с маслом	150/10	15.95	21.545	2.8	268.6	0.08	0.26	0.6	0.4	106	213	16	0.2																	
958/13	Кофейный напиток	200	2.36	1.6	27.52	134	0.07	0.02	0.02	1.49	126	90	14	0.1																	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39																	
		510	22.7068	23.7246	55.49	525.984	0.2572	0.28	1.9572	11.85	269.408	447.7612	66.82	2.2876																	
ОБЕД																															
170/13	Борщ с капустой и картоф., куррой, сметаной	250/5	6.872	10.126	13.29	163.2	0.05	0.1	1.53	10.3	41.93	48.81	22.65	1.01																	
591/13	Гуляш из говядины	90	13.9	6.5	4	132	0.058	0	0.058	1.08	14.2	179.2	25	0.267																	
679/13	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.73	63.9	63.9	267	0.09	0.0405	0.615	0	14.25	202.67	13.53	0.454																	
/13	Напиток с витаминами "Валетек"	200	0	0	18.4	74	0.06	0.5	0	30	0	0	0	0																	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61																	
		785	36.522	17.526	142.49	842.92	0.376	0.6405	3.913	47.38	111.93	591.6	91.68	3.701																	
		1295	59.229	41.251	197.980	1368.904	0.633	0.921	5.870	59.230	381.338	1039.361	158.500	5.989																	
	всего обеда за 5 дней 1 недели	157.412	109.988	584.003	4019.631	1.864	40.086	20.125	160.221	1228.393	2443.587	508.283	23.703																		
	всего завтрака 5 дней 1 недели	124.861	119.457	425.230	3253.659	1.452	0.906	9.197	22.450	1914.923	2821.802	490.868	17.007																		
	ИТОГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ	282.273	229.445	1009.233	7273.289	3.316	40.991	29.321	182.671	3143.316	5265.390	999.150	40.710																		

Примерное двухнедельное меню. 2 недели. Сезон: осенне-зимний. Возраст 1-4 классов (7-10 лет)
 общеобразовательной школы № 1 "Город Богданович

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества						Энергич. ккал	Витамины, мг.				Минеральные вещества			
		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			В-1	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
		Выход, г	г	г	г	г	г									
2-ая неделя																
6 ПОНЕДЕЛЬНИК																
	ЗАВТРАК															
1/3	Йогурт	100	5	3.2	8.5	87	0.03	0.02	0	0.6	119	91	14	0.1		
384/13	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	7.3	10.93	25.25	204	0.072	0.08	0.58	0.52	149	241.8	32.8	0.92		
3/13	Сыр порц	25	6.50		0.00	87.50	0.10	0.00	1.00	0.41	45.84	20.84	1.46	0.10		
944/13	Чай с сахаром, лимоном	200/15/8	0.3	0	15.2	60	0	0	0	0.8	14.2	4	2	0.4		
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39		
	ОБЕД															
187/13	Щи из свежей капусты с курицей сметаной	250/5	6.862	8.486	10	145.2	0.035	0	2.375	19.12	40.25	36.25	17.5	0.625		
607/13	Шницель натуральный	90	19.6	33.4	10.2	421	0.35	0.075	0.125	0.675	103.25	185	35	1.7625		
685/13	Горох отварной с маслом	150	14.1	16.9	33.5	255	0.315	0.0225	0	0	84	234.75	78.75	0.495		
1/3	Косель с витаминной "Валетек"	200	0	0	18.4	74	0.01	0	0	20	110	0	0	1.2		
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61		
	Всего	785	47.102	59.626	113.5	1093.52	0.808	0.0975	3.79	39.795	365.25	566.1	149.75	5.6925		
	Всего	1373	69.802	80.986	185.130	1641.460	1.084	0.198	6.010	42.128	707.788	984.138	216.913	8.603		

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества						Энергич. ккал	Витамины, мг.				Минеральные вещества			
		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			В-1	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
		Выход, г	г	г	г	г	г									
7 ВТОРНИК																
	ЗАВТРАК															
1/3	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	45.54	0.008	0	0	3.7	17.68	13.31	5.85	0.118		
1/13	Масло сливочное порц.	10	0.08	7.25	0.13	68.286	0.04	0.02	0.24	0	43.84	104	22	0.5		
469/13	Запеканка из творога со сливочным молоком	150/10	25.35	14.4	19.8	310.5	0.07	0.2	0.7	0.6	47.4	347	38	0.1		
958/13	Кофейный напиток	200	2.36	1.6	27.52	134	0.07	0.02	0.02	1.49	126	90	14	0.1		
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39		
	ОБЕД															
208/13	Суп с макаронными изделиями, курицей	250	7.262	9.486	15.7	178.2	0.105	0	1.375	6.5	15.25	63.5	24	0.95		
608/13	Биточки из говядины	90	17.8	17.5	14.3	286	0.135	0.045	0.15	10.74	35	85.5	28.5	2.8		
694/13	Картофельное пюре	150	3.04	4.96	20.7	140	0.01	0	0	0.8	280	19	7	1.5		
868/13	Компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0	31.4	124	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61		
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61		
	Всего	780	35.242	32.786	123.5	926.52	0.438	0.085	3.315	18.04	397	463.1	104	7.91		
	Всего	1300	67.032	56.916	203.43	1594.286	0.7	0.325	4.915	23.83	1073.02	1077.81	200.75	10.118		

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества						Энергич. ккал	Витамины, мг.				Минеральные вещества			
		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			В-1	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
		Выход, г	г	г	г	г	г									
9 четверг																
	ЗАВТРАК															
1/3	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	45.54	0.008	0	0	3.7	17.68	13.31	5.85	0.118		
1/3	Огурец свежий	100	0.799	0.100	2.498	14.017	0.033	0.000	0.699	9.991	22.980	84.626	19.983	0.599		
253/13	Запеканка картофельная с мясом	150/20	11.1	10.2	21	221	0.158	0.0525	0.6	10.8	18.75	218.25	42	0.262		
959/13	Какао с молоком	200	3.9	3.5	22.9	138	0.04	0.02	0	1.3	124	110	27	0.8		
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39		
	ОБЕД															
204/13	Суп с рыбными консервами	250	5.36	7.36	16.2	153.6	0.1025	0.03	0.75	6.5	63.75	165.75	48.25	1.25		

149/13	Кура отварная	90	15.7	8.9	0.4	144	0.057	0.028	0.57	1.11	35.71	158.57	22.85	1.57
679/13	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.73	10.35	63.9	267	0.09	0.0405	0.615	0	14.25	207.67	13.53	0.454
590/13	Пирожное	50	10.5	12.2	45	356	0.1	0.09	0.03	0	86	69	2.14	0.86
868/13	Компот из кураги	200	1.2	0	31.6	126	0	0	0	0.8	152	6	3	0.6
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61
		830	26.339	15.520	120.278	726.317	0.411	0.073	3.229	25.791	225.660	596.686	130.233	4.779
	всего	1450	46.139	30.200	199.156	1254.313	0.725	0.145	5.169	51.583	423.570	1083.273	241.965	7.949

8 среда

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергичн ккал	Витамины, мг.				Минеральные вещества			
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В-1		А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	
/13	ЗАВТРАК														
/13	Помидор свежий	100	0.799	0.100	2.498	14.017	0.033	0.000	0.699	9.991	22.980	84.626	19.983	0.599	
/13	Йогурт	100	5	3.2	8.5	87	0.03	0.02	0	0.6	119	91	14	0.1	
438/13	Омлет натуральный с маслом	150/10	15.95	21.545	2.8	288.6	0.08	0.26	0.6	0.4	106	213	16	0.2	
942/13	Чай с сахаром	200	0.3	0	15.2	75	0	0	0	0.27	86	22	11.73	0.02	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39	
		610	25.649	25.325	51.678	554.057	0.217	0.280	1.939	11.261	348.480	471.026	78.613	2.309	
	ОБЕД														
170/13	Борщ с капустой и картоф. курой сметаной	250/5	6.872	10.126	13.29	163.2	0.05	0.1	1.53	10.3	41.93	48.81	22.65	1.01	
486/13	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	13.87	17.85	6.53	150	0.09	0.01	4.2	3.35	35	203	39	0.8	
682/13	Рис отварной	150	3.8	6.15	38.62	228	0.02	0.04	0.28	0	5.1	70.8	22.8	0.525	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61	
/13	Сок фруктовый	200	1	0.2	0.2	92	0.02	0	0	4	140	0	0	0.28	
		785	33.082	35.366	100.240	923.520	0.298	0.150	7.300	21.650	389.780	432.710	102.950	4.505	
	всего	1395	58.731	60.691	151.918	1477.577	0.515	0.430	9.239	32.911	738.260	903.736	181.563	6.814	

10 ПЯТНИЦА

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергичн ккал	Витамины, мг.				вещества			
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В-1		А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	
	ЗАВТРАК														
3/13	Сыр порц	25	6.50	6.75	0.00	87.50	0.10	0.00	1.00	0.41	45.84	20.84	1.46	0.10	
/13	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	45.54	0.008	0	0	3.7	17.68	13.31	5.85	0.118	
469/13	Запеканка из творога со стухленным молоком	150/10	25.35	14.4	19.8	310.5	0.07	0.2	0.7	0.6	474	347	38	0.1	
958/13	Кофейный напиток	200	2.36	1.6	27.52	134	0.07	0.02	0.02	1.49	126	90	14	0.1	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3.6	0.48	22.68	109.44	0.074	0	0.64	0	14.5	60.4	16.9	1.39	
		535	38.21	23.63	79.8	686.98	0.322	0.22	2.36	6.2025	678.0175	531.5475	76.2125	1.808	
	ОБЕД														
124/18	Суп картофельный с фрикадельками	250	9.275	8.15	16.862	169.75	0.142	7.1	1.45	10.45	28.65	146.28	38.075	2.267	
398/13	Печень по строгановски	90	19.95	11.55	8.25	216	0.285	8.7	1.2	15	37.5	340.5	19.5	7.2	
694/13	Картофельное пюре	150	3.04	4.96	20.7	140	0.135	0.045	0.15	10.74	35	85.5	28.5	1.05	
868/13	Компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0	31.4	124	0.01	0	0	0.8	280	19	7	1.5	
/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6.54	0.84	41.4	198.32	0.098	0	1.29	0	27.75	110.1	18.5	1.61	
		780	39.405	25.5	118.612	848.07	0.67	15.845	4.09	36.99	408.9	701.38	111.575	13.627	
	всего	1320	77.615	49.13	198.412	1535.05	0.992	16.065	6.45	43.193	1086.918	1232.928	187.788	15.435	
	всего за 5 дней 2 недели завтраки		138.149	109.125	361.916	2984.739	1.391	9.913	10.059	51.378	2242.965	2521.908	430.470	12.405	
	всего за 5 дней 2 недели обеды		161.371	154.118	497.252	3989.950	2.312	16.178	19.785	116.475	1588.680	2273.390	486.775	33.345	
	Итого за 2 недели		299.520	263.243	859.168	6974.689	3.703	17.090	29.844	167.853	3831.645	4795.298	917.245	45.749	
	Итого за 1 НЕДЕЛЮ		282.273	229.445	1009.233	7273.289	3.316	40.991	29.321	182.671	3143.316	5265.390	999.150	40.710	
	завтраки за 10 дней		263.010	228.582	787.146	6238.398	2.843	1.818	19.255	73.828	4157.888	5343.710	921.338	29.412	
	обеды за 10 дней		318.783	284.106	1081.255	8009.581	4.176	56.263	39.910	276.696	2817.073	4716.977	995.058	57.048	
	Всего 10-ти дневное меню		581.793	492.687	1868.401	14247.98	7.018	58.081	59.165	350.52	6974.96	10060.69	1916.40	86.46	

Использованы документы:

- 1 Сборник технологических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления часть 2 2015г. дополнениями, 2013год, Уральский региональный центр питания.
- 2 СанПиН 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования.
- 3 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий (ООО "Издательство" Арий") 2013г.

В двухнедельном меню в питании детей используем обогащенные пищевые продукты- соль йодированная, хлеб «Селянский из пшеничной муки с витаминно-минеральным комплексом «Колос-8», хлеб «Столичный» из смеси ржаной и пшеничной муки 1 сорт с витаминно-минеральным комплексом «Колос-8».

- Для обеспечения физиологической потребности в витаминах ведется витаминизация третьего блюда : используя Аскорбиновую кислоту, она входит в состав: Компота из кураги, Компота из смеси сухофруктов, Компота из изюма, Компота из черносливы, Сок фруктовый, напиток из шиповника, напиток «Валетек», Витаминный кисель «Валетек».

Для приготовления блюд из свежих овощей используется урожай 2020 года. Овощи овощей используется урожай 2020 года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки).