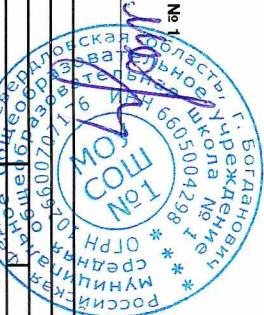


УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МОУ СОШ № 1  
 Дячлева М.В.  
 "05" ноября 2024г.



Приморское двухклассное менто-лицей. Возврат-5-11 классов (11-18 лет)  
 общеобразовательной школы № 1 " город Богданович

№ сд/р / год	Наименование блока	Пищевые вещества				Энергичн ккал	Витаминиз.мт.						Минеральные вещества					
		Выход, г	Векстн, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe				

1-ая неделя

I ПОНЕДЕЛЬНИК																
1/13	Масло сливочное подл.	10	0,12	10,875	0,195	102,429	0,06	0,03	0,36	0	65,76	156	33	0,75		
384/13	Каши пшеница 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		
	Йогурт	100	5	3,2	8,5	87	0,03	0,02	0	0,6	119	91	14	0,1		
959/13	Какао с молоком	200	3,90	3,50	22,90	138,00	0,04	0,02	0,00	1,30	124,00	110,00	27,00	0,80		
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		
	<b>ОБЕД</b>	<b>250/5</b>	<b>6,882</b>	<b>8,486</b>	<b>10</b>	<b>145,2</b>	<b>0,035</b>	<b>0</b>	<b>2,375</b>	<b>19,12</b>	<b>40,25</b>	<b>36,25</b>	<b>17,5</b>	<b>0,625</b>		
187/13	Пиц на свежей капусте с курицей, сметаной	110	13,8	12,4	16,37	239	0,06	0,02	0,5	0,6	19	153	21	0,22		
618/13	Терфши из говядины с соусом	180	2,94	4,56	18,12	125	0,12	0,427	0,045	10,21	38,85	87,3	34,95	1,395		
155/682	Рис отварной с овощами	200	1	0,2	0,2	92	0,02	0	0	4	140	0	0	0,28		
1/13	Соус фруктовый	60/30	6,54	0,84	41,40	198,32	0,10	0,00	1,29	0	27,75	110,10	18,50	1,61		
	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	835	31,142	26,486	86,09	799,52	0,333	0,447	4,21	33,93	265,85	386,65	91,95	4,13		
		1450	51,012	56,041	180,115	1536,389	0,715	0,622	5,510	36,355	768,610	1077,300	245,350	7,468		

2-й вторник

II ПОНЕДЕЛЬНИК																
3/13	Запеченная из творога со сухим 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		
469/13	Кафейный напиток	200	2,96	1,6	27,52	134	0,07	0,02	0,02	1,49	126	90	14	0,1		
958/13	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		
1/13	Дюльце свежее	100	0,4	0,4	9,8	45,54	0,008	0	0	3,7	17,68	13,31	5,85	0,18		
		520	34,31	19,58	79,8	634,48	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	101,75	0,02225	0	1,3	0,575	14,575	59,65	15,3	0,815
636/13	Голубцы с мясом говядины и рисом	130	8,14	8,4	7,1	137	0,052	0,026	0,39	2,17	44,2	133,9	27,3	0,195
694/13	Картофельное пюре	180	3,78	7,92	19,62	165,6	0,162	0,054	0,18	6,12	46,8	102,6	34,2	1,26
944/13	Чай с сахаром, лимонком	200/15/8	0,3	0	15,2	60	0	0	0	0,8	14,2	4	2	0,4
1/13	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
	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
		978	24,209	22,010	96,893	676,687	0,368	0,080	3,859	19,656	170,505	494,876	117,283	4,879
		1498	58,519	41,590	175,693	1311,167	0,630	0,300	5,619	25,611	821,020	1013,921	192,618	6,627

3-й среда

№ сд/р / год	Наименование блока	Пищевые вещества						Витаминиз.мт.						Минеральные вещества					
		Выход, г	Векстн, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергичн ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe					
1/13	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	250/5	9,13	13,66	31,56	0,195	256,00	0,09	0,10	0,73	0,65	186,25	302,25	41,00	1,15	
1/13	Масло сливочное топлен.	15	0,12	10,875	0,195	102,429	0,06	0,03	0,36	0	0	65,76	156	33	0,75	
959/13	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	0,04	138	0,04	0,02	0	1,3	124	110	27	0,8	
1/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3,6	0,48	22,68	0,074	109,44	0	0,64	0	0	14,5	60,4	16,9	1,39	
		620	21,745	31,718	85,838	0,294	691,869	0,170	1,725	2,550	509,510	719,650	131,900	4,190		
	<b>ОБЕД</b>															
240/13	Суп-пюре картофельный с грибами	250/10	5,2	6,3	29,1	0,114	199,22	0,042	0,2	7,7	94,2	115,8	30,4	0,88	0,28	
608/13	Котлеты из говядины	90	17,8	17,5	14,3	0,09	286	0,04	0,5	0	39	185	26	0,936		
688/13	Макаронные отварные	180	6,78	0,81	34,84	0,06	173,88	0	0,954	0,18	6,84	42,84	9,72	0,576		
1/13	Помидор свежий	100	0,2968	0,0996	2,49	0,0392	13,944	0	0,6972	9,96	22,908	84,3612	19,92	0,5976		
868/13	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	0,01	124	0	0	0,8	280	19	7	1,5		
1/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	60/30	6,54	0,84	41,4	0,098	198,32	0,008	0,129	0	27,75	110,1	18,5	1,61		
		920	36,237	30,940	153,990	0,402	1041,984	0,082	3,482	18,475	469,558	549,961	109,920	5,648		
	Всего	1540	57,982	62,657	239,828	1733,853	0,696	0,252	5,207	21,025	979,068	1269,611	241,820	9,838		

4 четверть

**Пшеничные вещества**

**Минеральные вещества**

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пшеничные вещества				Минеральные вещества										
		Выход, г	Всего, г	Жирн., г	Углевод., г	Энергичн ккал	В-1	А	Е	С	Ca	P	Mg	Fe		
1/13	ЗАВТРАК															
	Помидор свежий	100	0,2968	0,0996	2,49	13,944	0,0392	0	0,6972	9,96	22,908	84,3612	19,92	0,5976		
438/13	Омлет наугорьный с маслом	150/10	13,95	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		
1/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	30/20	3,600	0,480	22,680	109,440	0,074	0,000	0,640	0,000	14,500	60,400	16,900	1,390		
		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		
	<b>ОБЕД</b>															
170/13	Борщ с капустой и картоф. суповый	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	Уха из говядины	50/50	13,9	6,5	4	132	0,058	0	0,058	1,08	14,2	179,2	25	0,267		
679/13	Каша гречневая	180	10,48	12,42	76,68	320,40	0,11	0,04	0,16	4,31	31,97	70,44	22,26	0,80		
1/13	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	0	0,42	6	13,8	50,82	12	0,36		
1/13	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		
		825	36,522	17,526	142,49	842,92	0,376	0,605	3,913	47,38	111,93	591,6	91,68	3,701		
		1335	59,229	41,251	197,980	1368,904	0,633	0,921	5,870	59,230	381,338	1039,361	156,500	5,989		

5 четверть

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пшеничные вещества				Минеральные вещества										
		Выход, г	Всего, г	Жирн., г	Углевод., г	Энергичн ккал	В-1	А	Е	С	Ca	P	Mg	Fe		
1/13	ЗАВТРАК															
	Сыр топленый	10	2,6	2,7	0	35	0,04	0	0,4	0,165	18,335	8,335	0,585	0,04		
390/13	Каша геркулесовая молочная	200/5	6,40	7,40	27,20	201,00	0,18	0,11	0,30	0,42	179,50	273,25	62,50	0,30		
959/13	Какао с молоком	200	3,90	3,50	22,90	138,00	0,04	0,02	1,30	0,6	124,00	110,00	27,00	0,80		
1/13	Йогурт	100	5	3,2	8,5	87	0,03	0,02	0	0,6	119	91	14	0,1		
	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		
		565	21,50	17,28	81,28	570,44	0,36	0,15	1,34	2,49	45,34	542,99	120,99	2,63		
	<b>ОБЕД</b>															
129/13	Рапсовый суповой	250/5	7,862	6,886	20,1	192,2	0,09	0	2,35	6,72	15,5	63	26,25	0,925		
308/18	Котлеты рыбные ливинградские	100	12,60	1,50	5,70	87,00	0,08	0,03	0,03	0	45,10	179,00	29,90	0,89		
682/13	Рис отварной	180	4,24	7,25	38,88	237,78	0,048	0,048	0,324	0	5,76	82,26	26,1	0,612		
1/13	Кисель с витаминами "Валекс"	180	0	0	16,56	66,6	0,009	0	0	18	99	0	0	1,08		
1/13	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		
		795	34,282	23,236	143,340	921,900	0,442	0,3883	5,014	36,160	226,110	519,860	129,250	6,167		
		1360	55,782	40,516	224,620	1492,340	0,804	39,038	6,354	38,645	683,445	1062,845	250,235	8,795		
	Всего обеда за 5 дней 1 недели		162,392	205,195	857,155	6237,733	2,853	40,768	25,461	172,426	2527,631	4401,009	892,203	34,340		
	Всего завтраки 5 дней 1 недели		120,132	121,857	396,433	3159,642	1,556	0,990	8,082	25,265	2387,528	2920,091	549,440	14,191		
	<b>ИТОГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ</b>		282,524	242,055	1018,235	7442,653	3,477	41,133	28,561	180,866	3633,481	5463,039	1088,523	38,716		

**Примерное двухнедельное меню - Завтрак. Вариант 1-4 недели (7-10 лет)**  
 общеобразовательной школы № "1" города Богданович

№ сб/р/ год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергич. ккал	Витаминизм.						Минеральные вещества					
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe				
<b>2-ая неделя</b>																		
<b>ЗАВТРАК</b>																		
1/3	Пюфурд	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	250/5	9,125	13,6625	31,5625	295	0,09	0,1	0,725	0,65	186,25	302,25	41	1,15				
3/13	Сыр полд	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				
944/13	Чай с сахаром, лимонком	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				
		653	24,53	24,09	77,94	598,94	0,29	0,12	2,37	2,46	379,79	478,49	75,36	3,14				
<b>ОБЕД</b>																		
187/13	Щи из свежей капусты с курдюк-сметаной	250/5	6,862	8,486	10	143,2	0,035	0	2,375	19,12	40,25	36,25	17,5	0,625				
607/13	Шинель картофельный	100	19,6	33,4	10,2	421	0,35	0,075	0,125	0,675	103,25	185	35	1,7625				
686/13	Горох отварной с маслом	180	16,92	20,28	40,2	306	0,162	0,048	0,18	0	46,8	102,6	34,2	1,26				
1/3	Кисель с витаминизир. "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				
		795	49,922	63,006	120,2	1144,52	0,655	0,123	3,97	39,795	328,05	433,95	105,2	6,4575				
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1478</b>	<b>74,447</b>	<b>87,099</b>	<b>198,143</b>	<b>1743,460</b>	<b>0,949</b>	<b>0,243</b>	<b>6,335</b>	<b>42,258</b>	<b>707,838</b>	<b>912,438</b>	<b>180,563</b>	<b>9,598</b>				

**7 ВТОРНИК**

№ сб/р/ год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергич. ккал	Витаминизм.						Минеральные вещества					
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe				
<b>ЗАВТРАК</b>																		
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	Мясо сливочное порк.	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 ступеным молоком	150/10	25,35	14,4	19,8	310,5	0,07	0,2	0,7	0,6	47,4	34,7	38	0,1				
956/13	Корфейный 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				
		520	31,79	24,13	79,93	667,766	0,262	0,24	1,6	5,79	67,602	614,71	96,75	2,208				
<b>ОБЕД</b>																		
208/13	Суп с макаронными изделиями, крушец	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	Выпечки на говядине	50/50	17,8	17,5	14,3	286	0,09	0,04	0,5	0	39	185	26	2,8				
694/13	Картофельное пюре	180	3,78	7,92	19,62	165,6	0,162	0,054	0,18	6,12	46,8	102,6	34,2	1,26				
868/13	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,01	0	0	0,8	280	19	7	1,5				
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				
		820	35,982	35,746	122,42	952,12	0,465	0,094	3,345	13,42	408,8	480,2	109,7	8,12				
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1340</b>	<b>67,772</b>	<b>59,876</b>	<b>202,35</b>	<b>1619,886</b>	<b>0,727</b>	<b>0,334</b>	<b>4,945</b>	<b>19,21</b>	<b>1084,82</b>	<b>1094,91</b>	<b>206,45</b>	<b>10,328</b>				

**8 СРЕДА**

№ сб/р/ год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергич. ккал	Витаминизм.						Минеральные вещества					
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe				
<b>ЗАВТРАК</b>																		
1/3	Пюжидор 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				
263/13	Омлет картофельный с мяском	150/10	15,95	21,545	2,8	268,6	0,08	0,26	0,6	0,4	106	213	16	0,22				
959/13	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,2	75	0	0	0	0,27	86	22	11,73	0,02				
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				
		510	20,649	22,125	43,178	467,057	0,187	0,260	1,939	10,661	229,480	380,026	64,613	2,209				
<b>ОБЕД</b>																		
149/13	Борщ с капустой и картоф. курдюк-сметаной	250/5	6,872	10,126	13,29	163,2	0,05	0,1	1,53	10,3	41,93	48,81	22,55	1,01				
486/13	Рыба, тушеная в томате с овощами	75/75	13,87	17,85	6,53	150	0,09	0,01	4,2	3,35	35	203	39	0,8				
682/13	Рис отварной	180	4,24	7,25	38,88	237,78	0,03	0,048	0,324	0	5,76	82,26	26,1	0,612				

	Сок фруктовый	200	1	0,2	0,2	92	0,02	0	0	4	140	0	0	0,28	
868/13	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	
	всего	875	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	1385	53,731	57,491	143,418	1390,577	0,485	0,410	9,239	32,311	619,260	812,736	167,563	6,714	
9 четверть															
№ сб/г/ год	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергичн ккал	Витаминный.мг.							
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Зерноцен наклад		В-1	А	Е	С	Ca	Р	Мг	Fe
1/3	ЗАВТРАК Сыр пори	10/2,600	2,700	0,000	35,000	0,040	0,1775	0,105	0,3	0,525	18,335	8,335	273,25	62,5	0,040
384/13	Каша пшенная молочная	250/5	7,25	11,5	39,75	300	0,1775	0,105	0,3	0,525	179,5	273,25	62,5	0,2975	
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	
	Йогурт	100	5	3,2	8,5	87	0,03	0,02	0	0,6	119	91	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	615	22,350	21,380	93,830	669,440	0,362	0,145	1,340	2,590	455,335	542,985	120,985	2,628	
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	Куря отварная	100	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	180	10,476	12,42	76,68	320,4	0,108	0,036	0,156	4,308	31,97	70,44	22,26	0,804	
868/13	Компот из курлы	200	1,2	0	31,6	126	0	0	0	0,8	192	6	3	0,6	
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	820	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	1435	48,689	36,900	214,108	1395,757	0,773	0,218	4,569	28,381	680,995	1139,671	251,218	7,407	

10 ПЯТНИЦА

№ сб/г/ год	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергичн ккал	Витаминный.мг.						
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Зерноцен наклад		В-1	А	Е	С	Ca	Р	Мг
	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
469/13	Запеканка из творога со ступенным молоком	150/10	25,35	14,4	19,8	310,5	0,07	0,2	0,7	0,6	47,4	34,7	38	0,1
958/13	Кофеиный 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	535	31,71	16,88	79,8	599,48	0,222	0,22	1,36	5,79	632,18	510,71	74,75	1,808
124/18	Суп картофельный с фруктовыми	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
592/13	Печень по-строгановски	100	19,95	11,55	8,25	216	0,285	8,7	1,2	15	37,5	340,5	19,5	7,2
688/13	Макроны отварные	180	6,78	0,81	34,84	173,88	0,06	0	0,354	0,18	6,84	42,84	9,72	0,936
868/13	Компот из смол сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,01	0	0	0,8	280	19	7	1,5
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	820	43,145	21,35	132,752	881,95	0,595	15,8	4,894	26,43	380,74	658,72	92,795	13,513
	всего за 5 дней 2 недели завтраки	1355	74,685	38,23	212,552	1481,43	0,817	16,02	6,254	32,220	1012,920	1169,430	167,545	15,321
	всего за 5 дней 2 недели обеды	131,024	108,607	170,988	374,680	3002,983	1,327	8,604	8,604	27,294	2372,802	2526,919	433,460	11,993
	Итого за 2 недели	319,495	188,470	279,595	970,570	7631,109	3,751	17,225	31,343	154,380	4105,832	5129,185	973,338	49,368
	ИТОГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ	282,524	242,055	1018,235	7442,653	3,477	41,133	28,561	180,866	3633,481	5463,039	1088,523	38,716	
	завтраки за 10 дней	251,156	230,465	771,113	6162,325	2,883	1,975	16,687	52,559	4760,330	5447,010	980,900	26,184	
	обеды за 10 дней	350,862	376,183	1453,045	10866,159	5,278	57,007	48,199	299,513	4260,661	7003,275	1433,080	71,715	
	Всего 10-ти дневное меню	602,019	606,647	2224,158	17028,484	8,161	58,982	64,886	352,071	9020,991	12450,285	2413,980	97,899	

Использованы документы:

1 Сборник технологических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления, часть 2 2015г. Дополнениями, 2013 год, 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" Армия) 2013г.

В двухдневном меню в питании детей используем обогащенные пищевые продукты- соль йодированная, хлеб «Сельский» из пшеничной муки с витаминно-минеральным комплексом «Колос-8», хлеб «Столичный» из смеси ржаной и пшеничной муки1 сорт с витаминно-минеральным комплексом «Колос-8».

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

Для приготовления блюд из свежих овощей используется урожай 2024 года. Овощи урожай прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки).