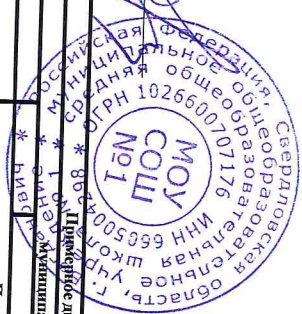


УТВЕРЖДАЮ
 Директор МОУ СОШ № 1
 Дегилева М.В.
 "01" июня 2020г.



№ сбр/год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергичн ккал/л	Витаминь, мг.							Минеральные вещества					
		Выход, г	Векст., г	Жиры, г	Углевода, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe	
1 ПОНЕДЕЛЬНИК																			
384/13	Каша молочная рисовая с маслом	250/5	9,1	13,7	31,6	255	0,15	0,125	1,313	0,65	65	126	39,5	0,29					
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					
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					
1/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61					
	Итого	18,1	18,1	25,13	86,19	612,726	0,304	0,165	2,413	1,95	251,34	409,5	118,21	3,2					
170/13	Борщ с капусты 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					
591/13	Гуляш из говядины	100	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	10,476	12,42	76,68	320,4	0,108	0,036	0,156	4,308	31,97	70,44	22,26	0,804					
1/13	Помидор свежий	100	0,9	0,1	2,9	16,51	0,024	0	0,42	7	18,8	50,82	12	0,27					
1/13	Напиток с витаминами "Витетек"	200	0	0	18,4	74	0,06	0,5	0	30	0	0	0	0					
	Итого	80/40	8,72	1,12	55,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88					
	Всего	40,868	40,868	30,266	170,47	971,87	0,438	0,636	4,054	52,688	141,4	467,17	120,65	5,231					
	Всего	58,988	58,988	55,396	256,66	1584,596	0,742	0,801	6,467	54,638	392,74	876,67	238,86	8,431					
2 ВТОРНИК																			
	Всего	40,30	40,30	1,6	27,52	134	0,04	0,02	0	1,49	126	90	14	0,1					
	Итого	45,22	45,22	25,88	96,68	802,074	0,334	0,42	2,66	2,115	794,835	860,835	45,087	2,491					
ОБЕД																			
240/13	Сул-поре карповый с гренками	250/10	5,2	6,3	29,1	199,22	0,114	0,042	0,2	7,7	94,2	115,8	30,4	0,88					
608/13	Котлета из говядины	100	17,8	17,5	14,3	286	0,09	0,04	0,5	0,18	6,84	42,84	9,72	0,936					
688/13	Макарони отварные	180	6,78	0,81	34,84	173,88	0,06	0	0,954	0	18,8	50,82	12	0,27					
1/13	Огурец свежий	100	0,9	0,1	2,9	16,51	0,024	0	0,42	7	18,8	50,82	12	0,27					
868/13	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,01	0	0,8	0	34,5	117,9	38,74	2,88					
1/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	80/40	8,72	1,12	55,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88					
	Итого	80/40	8,72	1,12	55,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88					
	Всего	40	40	25,83	167,74	1065,37	0,436	0,082	3,964	15,68	473,34	531,36	123,86	6,746					
	Всего	85,22	85,22	51,71	264,42	1867,444	0,77	0,502	6,624	17,795	1268,175	1392,195	168,957	9,237					
3 СРЕДА																			
Пищевые вещества																			
Минеральные																			

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества					Витамины, мг.										Минеральные вещества				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe			
ЗАВТРАК																					
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							
38/13	Каша пшеница молочная	250	7,25	11,5	39,75	300	0,233	0,105	0,3	0,53	172,75	262,3	69,3	1,825							
95/13	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	138	0,04	0,02	0	1,3	124	110	27	0,8							
1/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61							
	ОБЕД	Итого	16,25	22,93	94,34	657,726	0,387	0,145	1,4	1,83	359,09	545,8	148,01	4,735							
206/13	Суп картофельный с боровыми, куршечей	250	11,062	9,786	22,3	224,2	0,195	0,0375	0,225	5,67	19	65,75	25,5	0,925							
618/13	Тфртели 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							
7/16/13	Рагу из овощей	180	2,76	4,44	16,2	116,4	0,162	0,048	0,2576	12,732	46,8	102,6	35,1	0,1032							
1/13	Сок фруктовый	200	1	0,2	0,2	92	0,02	0	0	4	140	0	0	0,28							
1/13	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	80/40	8,72	1,12	53,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88							
	Итого	37,342	27,946	50,876	110,27	937,36	0,575	0,1055	2,8526	23,002	259,3	439,25	120,34	4,4082							
	Итого	53,592	27,946	50,876	204,61	1595,086	0,962	0,2505	4,2526	24,832	618,39	985,05	268,35	9,1432							

4 ЧЕТВЕРЬ

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества					Витамины, мг.										Минеральные вещества				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe			
ЗАВТРАК																					
608/13	Виточки из говядины	100	17,8	17,5	14,3	286	0,09	0,04	0,5	0	39	185	26	2,8							
688/13	Макарона отварные	180	6,78	0,81	34,84	173,88	0,06	0	0,954	0,18	6,84	42,84	9,72	0,936							
942/13	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	75	0	0	0,27	11	3	1	0,3								
1/13	Огурец свежий	100	0,9	0,1	2,9	16,51	0,024	0	0,42	7	18,8	50,82	12	0,27							
	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61							
	Итого	30,8	19,09	19,09	98,8	702,83	0,248	0,04	2,734	0,45	94,14	351,16	78,43	5,916							
129/13	Расоление Ленинградской с курой, 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							
516/13	Тфртели из рыб. в соусе	100	8,525	4,662	8,225	108	0,0875	0,121	3,25	0,437	36,25	156,25	31,25	0,875							
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							
1/13	Кисель с витаминами "Валгекс"	200	0	0	18,4	74	0,01	0	0	20	110	0	0	1,2							
	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	80/40	8,72	1,12	53,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88							
	Итого	28,887	22,388	22,388	121,545	805,56	0,4875	0,175	7,67	33,277	243,05	439,75	130,44	7,14							
	Итого	59,687	41,478	41,478	220,345	1508,39	0,7355	0,215	10,404	33,727	337,19	790,91	208,87	13,056							

5 ПЯТНИЦА

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества					Витамины, мг.										Минеральные вещества				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe			
ЗАВТРАК																					
1/13	Помидор свежий	100	0,9	0,1	2,9	16,51	0,024	0	0,42	7	18,8	50,82	12	0,27							
438/13	Омлет натуральный с маслом	200/10	21,27	28,73	3,73	388,13	0,04	0,12	0,04	0,533	303,47	284	47,2	1,453							
956/13	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	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61							
	Итого	29,55	31,11	31,11	65,71	660,08	0,208	0,14	1,34	9,023	466,77	494,32	102,91	3,433							
187/13	Щи из свежей капусты с куршечей, 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							
636/13	Голубцы с мясом говядины и рисом	130	8,14	8,4	7,1	137	0,092	0,026	0,39	2,17	44,2	133,9	27,3	0,195							
378/13	Каша ячневая рассыпчатая	180	3,72	7,32	24,72	184,8	0,0324	0,048	0,324	0	5,76	82,26	26,04	2,1							
1014/13	Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,1	18,3	75	0,01	0	0	97,5	120	3	3	1,5							

1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	80/40	8,72	1,12	55,2	285,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88
	Итого	27,642	25,426	115,32	807,76	0,2674	0,074	4,979	118,79	244,71	373,31	112,58	7,3	
	всего обеда за 5 дней 1 недели	57,192	56,536	181,03	1467,84	0,4754	0,214	6,319	127,813	711,48	867,63	215,49	10,733	
	всего завтраки 5 дней 1 недели	174,739	131,856	688,345	4587,92	2,2039	1,0725	23,5196	243,437	1361,8	2250,84	607,87	30,8282	
	Итого за 1 неделю	139,92	124,14	441,72	3435,436	1,481	0,91	10,547	15,368	1966,175	2661,615	492,657	19,775	
	Итого за 1 неделю	314,659	255,996	1127,065	8023,356	3,6649	1,9825	34,0666	258,805	3327,975	4912,455	1100,527	50,6002	

Примерное двухнедельного меню - Дневник. Сезон: осенне-зимний. Возраст 5-11 классов (11-18 лет)
 муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №1

№ с/б/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества										Энергичн н.ккал	Витаминь,мг.							
		2-ая неделя					6 ПОНЕДЕЛЬНИК						В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Итого	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Итого									
384/13	ЗАВТРАК Каша молочная рисовая с маслом	250/5	9,1	13,7	31,6	255	0,15	0,125	1,313	0,65	65	126	39,5	0,29						
3/13	Сыр порц	10	2,6	2,7	0	35	0,04	0	0,4	0,165	18,335	8,335	0,585	0,04						
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	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61						
	Итого	17,02	17,08	78,36	501,44	0,264	0,125	2,573	1,615	116,035	207,835	71,795	2,34							
204/13	ОБЕД 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						
532/13	Мясо говядина отварное	100	27,2	19,4	19,4	283	0,05	0	0,7	0	13	21,4	27	0,35						
679/13	Каша гречневая	180	10,476	12,42	76,88	320,4	0,108	0,036	0,156	4,308	31,97	70,44	22,26	0,804						
1/3	Напиток с витаминами "Валестек"	200	0	0	18,4	74	0,06	0,5	0,156	30	0	0	0	0						
	Итого	80/40	8,72	11,2	55,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88						
	Всего	51,756	40,3	166,48	1096,76	0,4585	0,566	3,496	40,808	143,22	568,09	136,25	5,284							
	Итого	68,776	57,38	244,84	1598,2	0,7225	0,691	6,069	42,423	259,255	775,925	208,045	7,624							

7 ВТОРНИК

№ с/б/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества										Энергичн н.ккал	Витаминь,мг.							
		ЗАВТРАК					ОБЕД						В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Итого	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Итого									
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 с яблоком сухими	200/20	35,24	20,9	37,6	481,634	0,18	0,4	1,4	0,46	632	693	0,802	0,741						
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	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61						
	Итого	42,7	30,43	96,81	835,36	0,364	0,44	2,52	1,95	820,34	956,5	66,512	2,951							
208/13	ОБЕД 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	Виточки из повидлы	100	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	Комлот из кураты	200	1,2	0	31,6	126	0	0	0,8	152	6	3	0,6							
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	80/40	8,72	1,12	55,2	285,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88						
	Итого	38,762	36,026	136,42	1021,56	0,495	0,094	3,945	13,42	287,55	475	125,94	8,49							
	Всего	81,462	66,456	233,23	1856,92	0,859	0,534	6,465	15,37	1107,89	1431,5	192,452	11,441							

8 СРЕДА

№ с/б/р / год	Пищевые вещества				Энергичн	Витаминь,мг.							Минеральные вещества				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мг	Fe				

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергич. ккал	Витаминный, мг.							Минеральные вещества				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe				
год	Наименование блюда	г	г	г	г	ккал	В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe				
1/3	ЗАВТРАК 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	0,9	0,1	2,9	16,51	0,024	0	0,42	7	18,8	50,82	12	0,27				
25/8/13	Запеканка картофельная с мясом	150/50	27,75	29,5	21	395,2	0,158	0,0525	0,6	10,8	18,75	54,5	42	0,262				
95/9/13	Кефир 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	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61				
	Итого		37,97	30,18	88,16	746,69	0,304	0,0725	1,88	22,8	197,73	788,63	116,56	3,06				
170/13	ОБЕД Борщ с капустой и картоф., курица, 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	150	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				
1/3	Сок фруктовый	200	1	0,2	0,2	92	0,02	0	0	4	140	0	0	0,28				
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	80/40	8,72	1,12	55,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88				
	Итого		34,702	36,546	114,1	908,74	0,328	0,158	7,944	17,65	257,19	451,97	126,49	5,582				
	Итого		72,672	66,726	202,26	1655,43	0,632	0,2305	9,824	40,45	454,92	1240,6	243,05	8,642				

9 ЧЕТВЕРГ

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергич. ккал	Витаминный, мг.							Минеральные вещества				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe				
год	Наименование блюда	г	г	г	г	ккал	В-1	А <td>Е</td> <td>С</td> <td>Са</td> <td>Р</td> <td>Мg</td> <td>Fe</td>	Е	С	Са	Р	Мg	Fe				
1/3	ЗАВТРАК Помидор свежий	100	0,9	0,1	2,9	16,51	0,024	0	0,42	7	18,8	50,82	12	0,27				
438/13	Омлет надрыванный с маслом	200/10	21,27	28,73	3,73	368,13	0,04	0,12	0,04	0,533	303,47	294	47,2	1,453				
942/13	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	75	0	0	0,27	86	22	11,73	0,02					
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61				
	Итого		27,49	29,51	53,39	601,08	0,138	0,12	1,32	7,803	426,77	426,32	100,64	3,353				
201/13	ОБЕД Суп крестьянский с крутой, курица, сметаной	250/5	7,212	10,136	12,75	171,2	0,055	0	2,425	8,02	26,25	67	19,5	0,725				
607/13	Пшеница надрыванный	100	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	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	Апельсин свежий	200	1,8	0,4	16,8	79,98	0,064	0,09	0,3	15,5	36,85	27,5	20	0,38				
1/3	Кисель с витаминами "Валетек"	200	0	0	18,4	74	0,01	0	0	20	110	0	0	1,2				
	Итого		8,72	1,12	55,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88				
	Итого		54,252	65,336	153,55	1317,94	0,779	0,213	4,92	44,195	357,65	500	147,44	8,2075				
	Итого		81,742	94,846	206,94	1919,02	0,917	0,333	6,24	51,998	784,42	926,32	248,08	11,5605				

10 ПЯТНИЦА

№ сб/р / год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергич. ккал	Витаминный, мг.							Минеральные вещества				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В-1	А	Е	С	Са	Р	Мg	Fe				
год	Наименование блюда	г	г	г	г	ккал	В-1	А <td>Е <td>С <td>Са <td>Р <td>Мg <td>Fe</td> </td></td></td></td></td>	Е <td>С <td>Са <td>Р <td>Мg <td>Fe</td> </td></td></td></td>	С <td>Са <td>Р <td>Мg <td>Fe</td> </td></td></td>	Са <td>Р <td>Мg <td>Fe</td> </td></td>	Р <td>Мg <td>Fe</td> </td>	Мg <td>Fe</td>	Fe				
3/13	ЗАВТРАК Сыр полд.	10	2,6	2,7	0	35	0,04	0	0,4	0,165	18,335	8,335	0,585	0,04				
469/13	Запеканка из творога с молоком сухим	200/20	36,24	20,9	37,6	481,634	0,18	0,4	1,4	0,46	632	693	0,802	0,741				
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	40/30	5,02	0,68	31,56	151,44	0,074	0	0,86	0	18,5	69,5	29,71	1,61				
	Итого		45,22	25,88	96,68	802,074	0,364	0,42	2,68	2,115	794,835	860,835	45,097	2,491				
187/13	ОБЕД 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				
592/13	Печень тушеная в соусе	100	12,9	17,3	2,3	127	0,19	0,58	0,8	10	250	227	13	0,48				
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				
1/3	Йогурт	100	5	3,2	8,5	87	0,03	0,02	0	0,6	119	91	14	0,1				

867/13	Компот из черносипиа	200	1,29	0,08	32,7	98	0	0	0	0,48	152	6	3	0,6
1/3	Хлеб пшеничный витаминный, ржаной	80/40	8,72	1,12	55,2	265,76	0,138	0	1,89	0	34,5	117,9	38,74	2,88
	Итого	38,552	38,106	128,32	888,56	0,555	0,654	5,245	7,925	36,32	642,55	580,75	120,44	5,945
	всего за 5 дней 2недели завтраки	83,772	63,986	225	1690,634	0,919	1,074	7,925	38,435	1437,385	1441,585	165,537	8,436	
	всего за 5 дней 2недели обеды	170,4	133,08	413,4	3486,644	1,434	1,775	10,973	36,283	2355,71	3240,12	400,604	14,195	
	Итого за 2 недели	388,424	349,394	1112,27	8720,204	4,0495	2,8625	36,523	188,676	4043,87	5815,93	1057,164	47,7035	
	ИТОГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ	314,659	256,996	1127,065	8023,356	3,6849	1,9825	34,0666	258,805	3327,975	4912,455	1100,527	50,6002	
	завтраки за 10 дней	310,32	257,22	855,12	6922,08	2,915	2,0875	21,52	51,651	4321,885	5901,735	893,261	33,97	
	обеды за 10 дней	392,763	348,17	1384,215	9821,48	4,8194	2,7575	49,0696	395,83	3049,96	4826,65	1264,43	64,3337	
	Всего 10-ти дневное меню	703,083	605,39	2239,335	16743,56	7,7344	4,845	70,59	447,481	7371,8	10728	2157,7	98,3037	

Используваны документы:

- 1 Сборник технологических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления часть 2 2015г. - дополнениями 2013года, Уральский региональный центр питания.
- 2 СанПиН 2.4.5.2409-08 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" Арми") 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 муки1 сорт с витаминно-минеральным комплексом «Колос-8», сухофруктов, Комплота из изюма, Комплота из чернослива: Сок фруктовый, напиток из шиповника, напиток «Валетек», Витаминный кисель «Валетек».

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