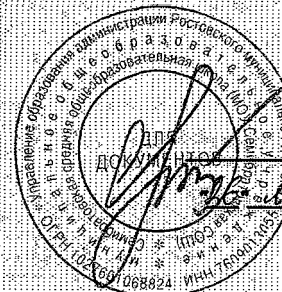


УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

Л.Е.ОСИНЕВСКАЯ

"24" марта 2024 года



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР

С.Д. Лютюк

26 марта 2025 года

ООО "МАКСИМУМ"

Примерное меню завтраков, обедов для учащихся образовательных школ.
Калорийность завтрака и обеда по норме для детей 7-11 лет 1175 - 1410 ккал

Первый день первой недели

Применяется, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	Г, мг				
Завтрак																						
ПУЛЯШ	80	11,08	12,60	2,75	167,85	1,33	0,04	0,08	0,05	0,00	17,56	97,99	13,20	1,05	181,16	4,17	0,01	0,07	260	2017		
СПАГЕТТИ	150	5,46	4,84	34,85	208,82	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	12,52	2,49	1,32	0,87	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,10	2,47	16,15	85,45	0,12	0,01	0,10	0,01	0,02	90,99	59,13	10,98	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	111	2017		
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,58	4,83	29,54	177,15	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,31	38,12	6,35	0,44	56,47	1,26	0,01	0,01	424	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	15,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	512	24,52	25,02	93,57	791,77	1,45	0,12	0,22	0,09	0,17	135,18	210,73	34,45	1,81	347,42	7,53	0,02	0,09				
Обед																						
СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	3,21	5,40	14,99	124,49	7,97	0,11	0,07	0,02	0,00	35,96	70,01	26,25	1,20	550,08	5,72	0,00	0,03	158	2004		
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	80	9,87	24,24	11,44	303,85	0,04	0,22	0,07	0,00	0,00	13,96	102,59	17,93	1,31	199,46	3,89	0,00	0,04	270	2017		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,48	6,42	38,35	244,74	0,00	0,22	0,12	0,02	0,08	22,14	187,32	122,73	4,41	284,08	2,28	0,00	0,01	171	2017		
НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	11,25	44,62	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	383	2017		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	725	23,32	36,28	85,83	759,69	8,01	0,60	0,28	0,04	0,08	76,56	381,67	174,86	7,92	1,047,82	13,29	0,00	0,08				
Всего за день:		47,84	61,30	189,20	1 470,46	9,46	0,72	0,50	0,13	0,25	211,74	592,40	209,11	9,73	1 395,04	20,82	0,02	0,17				

Второй день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИНОЙ КРУПЫ, СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	10,51	9,52	55,68	351,45	0,65	0,23	0,16	0,04	0,09	151,67	222,90	61,88	1,84	315,72	14,06	0,00	0,02	173	2017		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,26	0,01	15,13	62,77	1,18	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	9,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017		
КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕНАЯ В ТЕСТЕ	50/50	11,30	20,51	37,08	378,09	0,20	0,20	0,06	0,01	0,11	21,85	115,27	20,38	1,51	200,26	4,19	0,01	0,03	420	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	597	23,57	30,62	115,17	844,67	0,85	0,45	0,25	0,05	0,19	187,72	356,02	86,44	3,55	536,24	18,25	0,01	0,05				
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПУШЕНЫМ	250	5,80	5,39	19,22	149,85	4,80	0,18	0,06	0,20	0,00	41,23	80,08	33,52	1,97	484,55	4,46	0,00	0,03	102	2017		
ЩИЩЕЛЬ	90	11,57	27,20	13,45	344,97	10,89	0,17	0,07	0,01	0,06	34,94	88,83	20,48	1,31	255,10	5,47	0,00	0,04	289	2008		
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,43	6,01	14,53	128,09	11,36	0,13	0,11	0,03	0,07	46,19	82,27	32,86	1,33	835,59	9,18	0,00	0,04	321	2017		
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	ГТК-27	2017		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	715	22,46	38,82	77,16	789,41	27,05	0,53	0,28	0,24	0,13	135,31	282,99	63,41	5,81	1808,44	20,51	0,00	0,11				
Всего за день:		46,03	69,44	195,33	1595,08	27,90	0,96	0,51	0,29	0,32	323,03	639,01	179,85	9,16	2144,68	38,76	0,01	0,16				

Третий день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Ng, мг	Fe, мг	K, мг	Ca, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	12,68	15,32	13,00	240,42	0,42	0,06	0,09	0,04	0,00	18,86	128,01	19,96	1,66	158,38	3,54	0,01	0,07	294	2017		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,63	4,89	35,94	214,29	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	20,38	2,32	3,20	0,07	1,91	0,00	0,00	0,00	202	2017		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	378	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫМ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
СЛОЙКА "БАНТИК"	20	2,18	6,44	12,00	85,19	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	ГТК-86	2017		
Итого за прием пищи:	500	22,56	27,35	65,72	675,86	0,46	0,09	0,11	0,06	0,08	56,17	152,00	32,05	2,72	209,09	3,54	0,01	0,07				
Обед																						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,77	8,85	97,97	12,19	0,05	0,05	0,21	0,00	48,43	44,11	21,02	0,98	515,50	4,34	0,00	0,02	88	2017		
ПЛОВ	200	14,15	31,67	38,70	497,00	1,25	0,29	0,16	0,24	0,00	27,66	180,33	44,44	1,81	332,80	6,74	0,01	0,07	265	2017		
КОМПОТ ИЗ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ СМ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ГТК-12	2017		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ			
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫМ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	706	18,20	38,24	67,79	775,77	13,44	0,41	0,18	0,45	0,00	92,64	255,19	74,34	3,99	701,81	12,48	0,01	0,09				
Всего за день:		41,76	65,59	176,51	1451,63	13,90	0,50	0,29	0,51	0,08	148,81	411,19	106,39	6,71	910,80	16,02	0,02	0,16				

Четвертый день первая неделя

Четвертый день: первая неделя																							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	Se, мкг	F, мг					
Завтрак																							
ЗАПЕКАНКА КАЛОРИЙНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	9,69	24,38	81,55	584,28	0,19	0,09	0,17	0,04	0,28	113,24	135,32	21,55	0,91	223,16	7,78	0,01	0,03	ТТК 95		2017		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,82	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376		2017		
БЛЮДО	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,85	361,40	2,60	0,00	0,01	338		2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,90	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		2017		
Итого за прием пищи:	635	11,99	25,48	118,50	758,24	0,23	0,11	0,19	0,04	0,28	129,22	155,74	29,77	1,85	287,36	7,78	0,01	0,03					
Обед																							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИ	250/5	3,45	2,89	15,25	119,74	0,71	0,03	0,02	0,20	0,00	26,32	27,47	10,31	0,60	68,22	1,15	0,00	0,01	111		2017		
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	250	11,01	12,92	38,16	480,61	18,93	0,21	0,14	0,20	0,00	41,97	132,92	58,54	2,33	1332,96	12,27	0,00	0,07	259		2017		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,82	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376		2017		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,69	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ		2017		
Итого за прием пищи:	745	16,31	16,03	78,53	711,80	19,68	0,29	0,16	0,40	0,00	84,97	189,56	74,22	4,67	1450,98	14,82	0,00	0,08					
Всего за день:		28,31	41,51	198,03	1470,04	19,91	0,40	0,35	0,44	0,28	214,19	345,30	103,99	6,52	1728,34	22,60	0,01	0,11					

Пятый день первая неделя

Пятый день первая неделя																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫМ	150	15,30	17,00	2,74	225,41	0,22	0,06	0,40	0,23	2,52	101,98	207,68	16,08	2,36	223,07	26,76	0,03	0,05	210		2017	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,82	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376		2017	
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫМ	100	3,38	8,77	55,08	332,36	0,00	0,10	0,06	0,01	0,13	19,32	72,44	12,12	0,84	107,60	2,34	0,02	0,02	415		2017	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫМ	35	2,63	1,02	17,99	81,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,85	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		2017	
Итого за прием пищи:	500	21,50	26,79	90,74	709,93	0,26	0,20	0,49	0,24	2,65	140,13	310,29	38,37	4,29	388,67	29,09	0,06	0,07				
Обед																						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,74	11,97	109,66	7,78	0,04	0,05	0,21	0,00	49,19	48,45	22,88	1,13	325,95	5,70	0,00	0,02	82		2017	
КУРА ЗАПЕЧЕННАЯ В ЯИЦЕ	90	15,55	28,29	5,59	329,86	0,49	0,06	0,16	0,09	0,53	25,14	142,66	14,42	1,54	172,66	8,94	0,02	0,09	ТТК 48		2017	
СЛАДКИЙ	150	5,46	4,84	34,85	209,92	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	12,52	2,49	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202		2017	
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200/15	0,29	0,04	10,33	68,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,61	7,88	6,26	0,82	27,38	0,00	0,00	0,00	ТТК 11		2017	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00	ГОСТ		2017	
Итого за прием пищи:	740	25,12	37,17	81,46	769,36	21,50	0,15	0,25	0,34	0,61	106,85	225,78	50,58	4,76	588,06	16,32	0,02	0,11				
Всего за день:		51,62	63,96	172,20	1479,28	21,76	0,35	0,73	0,58	3,26	246,98	536,07	88,95	9,05	956,73	45,41	0,07	0,18				

Первый день, вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	F, мг					
Завтрак																						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	7,28	8,41	52,48	315,71	0,65	0,07	0,15	0,04	0,08	143,88	166,70	58,98	0,67	238,94	12,02	0,01	0,02	174	2017		
КАКАО - НАПИТОК "БИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,96	1,55	12,58	72,50	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	ТТК14	2018		
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,19	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,86	361,40	2,60	0,00	0,01	338	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,30	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	615	12,00	11,35	93,22	527,91	13,65	0,14	0,19	0,05	0,08	170,18	200,50	54,28	3,83	627,94	14,62	0,01	0,03				
Обед																						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,77	8,85	97,97	12,19	0,05	0,05	0,21	0,00	49,43	44,11	21,02	0,98	315,60	4,34	0,00	0,02	88	2017		
ГУЛЯШ	90	11,08	12,80	2,75	289,91	1,33	0,04	0,08	0,05	0,00	17,66	97,99	13,20	1,05	161,18	4,17	0,01	0,07	260	2017		
СЛАДКИЕ	150	5,46	4,84	34,85	209,92	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	12,52	2,48	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017		
КОМПОТ ИЗ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ С/М	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ТТК12	2017		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	715	19,75	23,23	74,29	714,06	13,52	0,35	0,27	0,28	0,08	101,19	346,82	105,55	7,24	769,14	11,91	0,01	0,10				
Всего за день:		31,75	34,64	167,51	1241,97	27,17	0,49	0,46	0,33	0,16	271,37	547,32	219,83	11,07	1397,08	26,53	0,02	0,13				

Второй день, вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Li, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	10,53	9,92	41,41	302,88	0,05	0,00	0,04	0,08	0,08	159,82	74,79	8,91	0,23	17,95	0,00	0,00	0,01	204	2017		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,26	0,01	15,13	62,72	1,18	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017		
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	60	6,02	3,03	21,07	135,80	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,17	27,95	5,59	0,43	39,56	0,00	0,00	0,00	5	2008		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,59	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	522	19,81	14,12	98,17	606,25	1,21	0,09	0,07	0,08	0,08	190,29	137,54	26,07	1,86	131,52	0,00	0,00	0,01				
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	250	5,80	5,39	19,22	148,95	4,80	0,18	0,06	0,20	0,00	41,23	80,08	33,52	1,97	484,55	4,46	0,00	0,03	102	2017		
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	90	9,97	24,24	11,44	303,85	0,04	0,22	0,07	0,00	0,00	13,96	102,59	17,93	1,51	199,46	3,69	0,00	0,04	270	2017		
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,78	7,25	16,10	145,14	11,90	0,08	0,08	0,47	0,00	45,36	87,14	29,23	1,30	514,45	6,50	0,00	0,03	143	2017		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,33	0,00	1,55	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	342	2017		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	718	19,85	37,07	74,60	716,14	16,74	0,52	0,23	0,67	0,00	111,46	267,21	86,03	6,38	1226,78	15,97	0,00	0,10				
Всего за день:		39,66	51,19	172,77	1322,39	17,96	0,61	0,30	0,73	0,08	301,77	404,75	112,10	7,24	1358,30	15,97	0,00	0,11				

Третий день вторая неделя

третий день вторая неделя																				
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ЕЖИДИ МЯСНЫЕ	80/30	10,32	22,66	15,91	309,45	1,17	0,21	0,09	0,01	0,10	28,39	115,38	22,95	1,28	232,64	5,58	0,00	0,05	64	2010
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	150	3,42	4,89	23,33	151,48	11,36	0,13	0,11	0,03	0,07	46,18	92,27	32,68	1,33	833,59	9,18	0,00	0,04	128	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	50,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	76,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	5,80	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	2017
Итого за прием пищи:	515	16,18	28,42	69,59	638,99	12,66	0,37	0,21	0,10	0,18	96,49	238,30	67,31	3,72	1138,08	15,03	0,00	0,09		
Обед																				
РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,36	8,95	16,61	132,30	6,73	0,09	0,06	0,21	0,00	34,81	68,39	25,75	1,04	492,15	4,85	0,00	0,03	96	2017
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	90	9,80	10,47	3,19	236,71	1,28	0,02	0,02	0,31	0,00	16,39	17,84	8,75	0,34	76,38	1,41	0,00	0,01	289	2017
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,48	6,42	36,35	244,74	0,00	0,22	0,12	0,02	0,08	22,14	187,42	125,73	4,41	264,08	2,26	0,00	0,01	171	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	50,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	5,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	ГОСТ	2017
Итого за прием пищи:	735	22,14	25,02	81,56	715,00	8,05	0,35	0,23	0,34	0,08	89,12	298,37	169,65	7,33	885,59	9,66	0,00	0,05		
Всего за день:		38,32	53,44	151,15	1314,99	20,91	0,73	0,44	0,64	0,26	185,61	536,67	236,96	11,05	2023,67	24,69	0,00	0,14		

Четвертый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	L, мг	Se, мкг	F, мг		
Четвертый день вторая неделя																					
Завтрак																					
ГУЛЯШ	90	8,75	21,25	2,83	237,97	1,06	0,21	0,07	0,01	0,00	12,85	87,61	15,25	1,02	221,56	4,58	0,00	0,04	268	2017	
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,89	38,81	223,04	0,00	0,03	0,02	0,03	0,10	12,19	74,73	25,35	0,53	55,38	0,76	0,01	0,02	304	2017	
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	13,24	0,09	0,02	0,02	0,00	14,61	7,86	8,26	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	171	2017	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,38	4,63	29,54	177,15	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,31	38,12	6,35	0,44	56,47	1,28	0,01	0,01	424	2017	
Итого за прием пищи:	507	17,12	31,81	87,51	706,88	14,30	0,39	0,14	0,07	0,17	49,76	208,34	63,21	2,81	560,77	6,60	0,02	0,07			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	4,19	6,39	19,25	151,72	9,67	0,11	0,09	0,20	0,00	27,51	70,12	29,25	1,89	679,97	6,43	0,00	0,04	18	2017	
БИТОМЕК ИЗ ПТИЦЫ	90	13,23	11,43	13,45	219,59	0,00	0,26	0,08	0,00	0,00	16,80	126,89	23,40	1,73	234,80	4,40	0,00	0,04	268	2017	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,63	4,86	35,94	214,25	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	12,52	2,49	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	50,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00	8,30	30,45	6,65	1,40	47,90	1,96	0,00	0,00	ГОСТ	2017	
Итого за прием пищи:	740	25,56	22,99	99,41	717,45	9,67	0,43	0,20	0,22	0,08	70,59	229,65	62,42	4,89	961,66	12,79	0,00	0,08			
Всего за день:		42,68	54,80	186,92	1424,33	23,97	0,72	0,34	0,29	0,25	120,35	437,99	115,63	7,70	1322,43	19,39	0,02	0,15			

Пятый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп- тура	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
СУПЛЕ ТВОРОЖНОЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/20	19,89	14,31	30,51	339,58	0,37	0,06	0,29	0,08	0,17	216,93	236,20	27,81	0,59	235,33	5,45	0,03	0,04	67	2016		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/16	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017		
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С СЫРОМ	100/2	9,21	9,83	55,20	345,88	0,01	0,11	0,06	0,02	0,16	35,51	84,23	13,26	0,30	114,57	2,51	0,02	0,02	424	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	55	4,13	1,60	28,27	144,10	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,45	35,75	7,15	0,55	60,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	512	33,42	25,74	128,91	890,00	0,42	0,22	0,38	0,10	0,32	275,07	363,80	53,84	2,78	426,30	7,96	0,05	0,06				
Обед																						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОМ	250/5	1,83	5,74	11,97	118,00	7,78	0,04	0,05	0,21	0,00	49,19	46,45	22,88	1,13	325,55	5,70	0,00	0,02	82	2017		
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	15,32	5,89	14,94	307,00	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	11,76	43,25	11,72	0,91	49,73	0,00	0,00	0,00	234	2017		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,42	4,89	23,33	151,49	11,36	0,13	0,11	0,03	0,07	46,16	92,27	32,86	4,33	833,69	9,18	0,00	0,04	128	2017		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,26	0,01	15,13	62,77	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,80	5,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	757	23,48	16,98	82,33	712,83	20,30	0,26	0,22	0,24	0,07	128,02	225,57	81,43	6,77	1300,88	17,12	0,00	0,06				
Всего за день:		56,90	42,72	211,24	1602,83	20,72	0,50	0,60	0,34	0,39	404,09	589,17	135,27	8,55	1727,18	25,08	0,05	0,12				

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг		
Итого за весь период	424,77	536,59	1811,26	14372,94	257,48	7,19	5,28	15,73	6,56	2746,63	5884,17	1742,02	103,76	18244,67	268,01	0,28	1,77		
Среднее значение за период	42,48	53,66	181,13	1437,29	25,75	0,72	0,53	0,57	0,56	274,66	588,42	174,20	10,38	1824,47	26,80	0,03	0,18		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	12,0	36,0	52,0																

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	531	728

13

Нормативная документация:

- СанПин 2.3.72.4.3590-20
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакции М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Лапшиной
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Викен-Софт" : Питание детей в школе 2024г. версия 1.2.10 г. Санкт-Петербург
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакции М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Приказ №315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
- МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".
- МР 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничением в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)".

Директор ООО "Максимум"

Осипова

П.Е. Осипова

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

П.Е. ОСИНЕВСКАЯ

"24" марта 2025 года

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР

С.Д. Илюкин
24 марта 2025 года

ООО "МАКСИМУМ"

Примерное меню завтраков, обедов для учащихся образовательных школ.
Калорийность завтрака и обеда по норме для детей 12-18 лет 1375 - 1628 ккал.

Первый день - первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ГУЛЯШ	100	12,47	14,38	2,93	190,89	1,47	0,05	0,09	0,06	0,00	19,30	110,62	14,73	1,18	180,07	4,70	0,01	0,08	260	2017
СПАГЕТТИ	160	8,55	5,81	41,83	250,77	0,00	0,00	0,00	0,03	0,09	15,02	7,98	1,58	0,09	1,54	0,00	0,00	0,00	202	2017
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,10	2,47	16,15	95,45	0,12	0,01	0,10	0,01	0,02	80,89	59,13	10,88	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	ТКС 99	2017
БУЛОНКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,38	4,63	29,54	177,15	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,31	38,12	6,35	0,44	95,47	1,28	0,01	0,01	424	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	13,00	2,60	0,20	15,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	552	27,80	27,45	100,73	766,06	1,59	0,13	0,23	0,11	0,16	138,42	223,85	38,24	1,96	388,58	8,06	0,02	0,10		
Обед																				
СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/95	3,21	5,40	14,99	124,49	7,97	0,11	0,07	0,02	0,00	35,96	70,01	26,25	1,20	550,06	5,72	0,00	0,03	158	2004
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	100	11,07	26,97	12,69	337,90	0,05	0,25	0,07	0,00	0,00	15,35	113,96	19,82	1,46	221,57	4,33	0,00	0,04	270	2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	10,17	7,70	46,02	293,68	0,00	0,27	0,15	0,03	0,09	26,57	224,78	150,87	5,29	315,88	2,74	0,00	0,02	171	2017
НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	11,25	44,62	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	389	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,03	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,65	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	808	28,74	41,31	113,54	943,38	8,02	0,72	0,32	0,06	0,09	83,03	453,25	206,34	9,30	1154,73	14,19	0,00	0,09		
Всего за день:		55,74	69,16	214,27	1710,04	9,61	0,85	0,55	0,18	0,27	221,45	677,10	242,58	11,26	1521,31	22,25	0,02	0,19		

Второй день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	10,51	9,52	55,08	351,45	0,85	0,23	0,16	0,04	0,08	151,67	222,90	61,58	1,84	315,72	14,06	0,00	0,02	173	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,26	0,01	15,13	62,77	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017
КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕНАЯ В ТЕСТЕ	100	11,30	20,51	37,06	378,05	0,20	0,20	0,08	0,01	0,11	21,85	115,27	20,38	1,51	200,26	4,19	0,01	0,03	420	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ МОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	597	23,57	30,62	118,17	844,67	2,01	0,45	0,26	0,05	0,19	192,02	359,97	91,03	4,35	571,59	18,25	0,01	0,05		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	250	5,80	5,39	19,22	148,95	4,80	0,18	0,06	0,20	0,00	41,23	60,06	33,52	1,97	484,55	4,46	0,00	0,03	302	2017
ШНИЦЕЛЬ	100	11,57	21,20	18,45	344,97	10,89	0,17	0,07	0,01	0,06	34,94	68,88	20,48	1,31	255,10	5,47	0,00	0,04	268	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,43	6,01	14,53	128,09	11,36	0,13	0,11	0,03	0,07	46,18	92,27	32,86	1,33	833,59	9,18	0,00	0,04	321	2017
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,48	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	ПТК 27	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	0,63	0,11	5,30	25,50	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	2,25	10,88	2,38	0,50	17,00	0,70	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	81,70	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,68	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	800	24,26	38,73	89,88	816,62	29,26	0,37	0,29	0,25	0,16	151,21	315,54	101,40	5,74	1735,58	21,49	0,00	0,11		
Всего за день:		47,83	79,35	208,02	1661,29	31,37	1,02	0,55	0,30	0,35	343,23	675,51	192,43	10,09	2307,18	39,74	0,01	0,16		

Третий день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ЛТИЦЫ	100	14,08	17,01	14,44	257,00	0,47	0,07	0,10	0,05	0,00	20,94	139,93	22,19	1,84	175,87	3,93	0,01	0,08	294	2017
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,54	5,81	41,76	250,44	0,00	0,00	0,00	0,03	0,09	22,97	2,49	3,75	0,07	2,25	0,00	0,00	0,00	202	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,55	29,25	5,85	0,45	41,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
СЛОЙКА "БАНТИК"	20	2,18	8,44	12,00	95,19	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	ПТК 86	2017
Итого за прием пищи:	560	26,37	30,57	108,26	790,99	0,51	0,12	0,12	0,08	0,09	64,64	179,08	37,41	3,10	245,32	3,93	0,01	0,08		
Обед																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,77	6,85	97,97	12,19	0,05	0,05	0,21	0,00	49,43	44,11	21,02	0,98	315,50	4,34	0,00	0,02	88	2017
ПЛОВ	300	21,22	47,53	56,05	745,85	1,87	0,44	0,18	0,35	0,00	41,85	270,49	66,67	2,71	499,12	10,11	0,01	0,11	265	2017
КОМПЛОТ ИЗ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ С/М	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ПТК 12	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,90	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	800	25,27	54,12	107,14	1024,52	14,06	0,56	0,24	0,56	0,00	106,63	349,35	96,57	4,99	868,13	15,85	0,01	0,13		
Всего за день:		52,84	84,69	215,40	1815,61	14,57	0,68	0,36	0,64	0,09	171,27	528,43	133,98	7,99	1113,45	19,78	0,02	0,21		

Четвертый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
ЗАПЕКАНКА КАЛОРИЙНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170	9,09	24,38	81,55	584,28	0,19	0,09	0,17	0,04	0,28	113,24	135,32	21,55	0,81	223,16	7,78	0,01	0,03	ТТК 95	2017		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	378	2017		
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,86	361,40	2,30	0,00	0,01	338	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,55	29,25	5,85	0,45	41,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	550	13,78	26,21	132,35	823,74	13,23	0,16	0,22	0,05	0,28	154,77	166,29	43,42	4,96	651,78	10,36	0,01	0,04				
Обед																						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250/5	3,08	5,80	15,30	129,74	0,71	0,03	0,02	0,20	0,00	26,32	27,47	10,31	0,50	68,22	1,15	0,00	0,01	111	2017		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	300	13,21	15,47	45,78	557,41	22,72	0,26	0,17	0,23	0,00	50,28	159,48	64,24	2,80	1 598,58	14,72	0,00	0,02	258	2017		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	375	2017		
ХЛЕБ РЖАНОМ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00	6,30	30,45	6,65	1,40	47,60	1,96	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	805	18,80	21,68	80,85	819,00	23,47	0,35	0,23	0,43	0,00	95,08	224,62	86,82	5,54	1 741,21	17,83	0,00	0,03				
Всего за день:		32,66	47,89	223,20	1 639,74	36,70	0,53	0,45	0,48	0,28	249,85	413,11	130,24	10,50	2 392,97	28,21	0,01	0,13				

Пятый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	L, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫМ		185	18,87	20,97	3,37	277,99	0,28	0,08	0,49	0,28	3,10	125,85	256,10	19,82	2,81	275,07	32,99	0,03	0,06	210	2017	
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	378	2017	
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		100	8,38	8,77	55,08	332,36	0,00	0,10	0,06	0,01	0,13	19,32	72,44	12,12	0,84	107,60	2,34	0,02	0,02	415	2017	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ		50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	8,50	0,50	46,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:		550	31,19	31,19	99,68	801,81	0,32	0,24	0,58	0,29	3,23	156,65	368,46	44,06	4,99	454,47	35,33	0,05	0,08			
Обед																						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		250/5	1,83	5,74	11,97	109,66	7,79	0,04	0,05	0,21	0,00	49,18	48,45	22,86	1,13	325,95	5,70	0,00	0,02	82	2017	
КУРА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЯЙЦЕ		100	17,28	29,18	6,22	366,23	0,53	0,06	0,18	0,10	0,59	27,92	158,71	16,02	1,71	191,83	9,93	0,02	0,10	ТТК48	2017	
СПАГЕТТИ		180	9,55	5,81	41,83	250,77	0,00	0,00	0,00	0,03	0,09	15,02	2,80	1,58	0,09	1,54	0,00	0,00	0,00	202	2017	
ЧАЙ С ШИШОВНИКОМ		200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,81	7,88	6,26	0,82	27,38	0,00	0,00	0,00	ТТК11	2017	
ХЛЕБ РЖАНОМ		50	3,31	0,44	21,20	101,88	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:		800	29,26	41,21	97,55	867,36	21,55	0,19	0,29	0,36	0,68	113,73	259,52	56,24	5,75	614,68	18,43	0,02	0,12			
Всего за день:			60,45	72,40	196,63	1 689,17	21,87	0,43	0,87	0,85	1,91	282,38	627,98	100,30	10,74	1 069,15	53,76	0,07	0,20			

Первый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Na, мг	Cl, мг	Se, мг			F, мг
Завтрак																					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	7,29	8,41	52,48	315,71	0,85	0,07	0,15	0,04	0,08	143,88	188,70	39,88	0,57	238,84	12,02	0,01	0,02	174	2017	
КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,95	1,55	12,58	72,50	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	ТТК 14	2018	
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	81,10	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,86	361,40	2,60	0,00	0,00	338	2017	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	625	12,75	11,64	86,36	554,11	13,65	0,15	0,19	0,05	0,08	172,08	207,00	55,58	3,83	637,14	14,62	0,01	0,03			
Обед																					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,77	8,85	97,87	12,19	0,05	0,05	0,21	0,00	49,43	44,11	21,02	0,98	319,50	4,34	0,00	0,02	88	2017	
ГУЛЯШ	100	12,47	14,36	2,83	277,32	1,47	0,05	0,09	0,06	0,00	19,30	110,82	14,73	1,16	180,07	4,70	0,01	0,08	260	2017	
ОПАЛЕТКИ	180	5,46	4,84	34,35	208,82	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	12,52	2,49	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017	
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ СМ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ТТК 12	2017	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,88	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	ГОСТ		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	16,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	805	24,63	25,89	87,47	816,00	13,66	0,48	0,34	0,30	0,09	116,56	436,01	200,52	9,65	900,05	14,58	0,01	0,12			
Всего за день:		37,38	37,63	165,83	1370,11	27,31	0,63	0,53	0,35	0,17	288,64	643,01	256,10	13,58	1537,19	29,20	0,02	0,15			

Второй день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	Se, мг			F, мг
Второй день, вторая неделя																					
Завтрак																					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	14,63	16,43	47,45	403,62	0,09	0,01	0,07	0,10	0,12	268,86	131,59	13,40	0,36	30,93	0,00	0,01	0,01	204	2017	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,26	0,01	15,13	62,77	1,16	0,00	0,01	0,09	0,00	14,70	8,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017	
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	60	5,86	2,90	22,10	138,06	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,17	27,95	5,59	0,43	39,56	0,00	0,00	0,00	5	2008	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	542	23,75	20,50	105,24	709,24	1,25	0,10	0,10	0,10	0,12	298,13	194,34	30,56	1,89	144,50	0,00	0,01	0,01			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	250	5,80	5,39	19,22	148,95	4,80	0,18	0,08	0,20	0,00	41,23	80,08	33,52	1,97	484,55	4,45	0,00	0,03	102	2017	
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	100	11,07	28,97	12,89	337,90	0,05	0,25	0,07	0,00	0,00	15,35	113,96	19,82	1,46	221,57	4,33	0,00	0,04	270	2017	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,30	8,71	19,36	174,28	14,28	0,10	0,10	0,58	0,00	64,31	80,57	25,07	1,55	617,45	7,80	0,00	0,04	143	2017	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	342	2017	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,88	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	ГОСТ		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	16,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	890	24,98	42,99	102,11	892,83	18,13	0,64	0,28	0,76	0,00	131,02	331,11	102,16	7,18	1411,08	19,39	0,00	0,11			
Всего за день:		48,73	62,99	207,35	1602,17	20,38	0,74	0,38	0,86	0,12	430,15	525,45	132,72	9,17	1555,68	19,39	0,01	0,12			

Третий день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Ca, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
БЖИЖИ МЯСНЫЕ	130	10,81	20,80	13,94	286,45	1,30	0,23	0,09	0,01	0,11	31,82	126,22	25,51	1,42	258,83	6,20	0,00	0,05	84	2010
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГЮРЕ	180	3,62	6,52	25,68	177,19	12,46	0,15	0,13	0,04	0,09	53,79	102,95	36,37	1,46	917,05	10,25	0,00	0,04	128	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,90	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	555	17,87	28,19	89,97	602,70	14,09	0,41	0,24	0,11	0,21	107,33	261,85	73,38	3,89	1247,63	16,72	0,00	0,09		
Обед																				
РАССОЛЫНИК ЛЕНИН-РАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,35	5,85	16,81	132,30	6,73	0,08	0,06	0,21	0,00	34,81	68,39	25,75	1,04	492,15	4,85	0,00	0,03	96	2017
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	100	10,89	11,64	3,53	215,97	1,41	0,02	0,02	0,35	0,00	18,20	19,79	9,70	0,38	84,46	1,56	0,00	0,01	289	2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,17	7,70	46,02	293,68	0,09	0,27	0,15	0,03	0,09	26,57	224,78	150,87	5,29	316,88	2,74	0,00	0,02	171	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,89	0,28	12,72	81,19	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,88	0,00	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,56	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	16,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	890	27,09	26,13	104,09	816,00	9,18	0,44	0,27	0,58	0,09	100,96	358,48	200,24	8,85	976,49	10,83	0,00	0,06		
Всего за день:		44,16	54,32	174,06	1418,70	22,27	0,85	0,51	0,70	0,30	208,29	621,33	273,62	12,84	2226,02	27,55	0,00	0,15		

Четвертый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Ca, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
ГУЛЯШ	100	10,83	28,59	2,83	294,31	1,06	0,26	0,08	0,01	0,00	13,54	107,32	19,13	1,22	284,33	5,57	0,00	0,05	280	2017		
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,44	7,03	46,58	287,36	0,00	0,04	0,03	0,04	0,12	14,49	89,04	30,41	0,63	86,45	0,91	0,01	0,03	304	2017		
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,61	7,88	6,26	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	ТПК 11	2017		
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,39	4,63	29,54	177,15	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,31	38,12	6,35	0,44	56,47	1,26	0,01	0,01	424	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,90	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	577	22,19	39,16	110,70	885,14	14,30	0,38	0,17	0,08	0,19	58,65	262,46	85,05	3,41	442,21	7,74	0,02	0,09				
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	4,19	6,39	18,25	151,72	9,67	0,11	0,09	0,20	0,00	27,51	70,12	29,25	1,69	678,97	6,43	0,00	0,04	18	2017		
БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	11,57	27,20	13,45	344,97	0,00	0,26	0,06	0,09	0,00	19,80	126,69	23,40	1,73	234,60	4,40	0,00	0,04	268	2017		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,46	4,84	34,85	208,92	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	12,52	2,49	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,88	0,40	19,08	91,78	0,00	0,06	0,04	0,00	0,00	8,10	39,15	8,55	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00	ГОСТ			
Итого за прием пищи:	815	28,27	39,56	114,41	923,35	9,67	0,51	0,23	0,23	0,08	76,61	266,18	70,14	5,72	1024,44	13,83	0,00	0,09				
Всего за день:		44,46	78,72	225,11	1609,49	23,97	0,89	0,40	0,91	0,28	135,25	630,64	135,19	9,13	1488,85	21,67	0,02	0,18				

Пятый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	Cl, мг		
Завтрак																				
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/30	25,71	18,51	39,45	439,12	0,48	0,07	0,37	0,11	0,22	280,47	305,42	35,95	0,77	304,40	7,05	0,03	0,05	87	2018
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,82	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	378	2017
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С СЫРОМ	100/2	9,21	9,83	55,20	345,88	0,01	0,11	0,06	0,02	0,15	35,51	84,23	13,26	0,80	114,67	2,51	0,02	0,02	424	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	50	3,79	1,45	25,70	131,00	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	5,50	0,50	48,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	557	38,88	29,79	135,28	976,46	0,53	0,24	0,46	0,13	0,37	337,66	429,57	61,33	2,91	490,77	9,56	0,05	0,07		
Обед																				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,74	11,97	109,88	7,78	0,04	0,05	0,21	0,00	49,18	46,45	22,88	1,13	325,85	5,70	0,00	0,02	82	2017
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	15,32	5,99	14,94	294,40	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	11,76	43,25	11,72	0,91	49,73	0,00	0,00	0,00	234	2017
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,82	6,52	25,88	177,19	12,46	0,15	0,33	0,04	0,09	63,79	102,96	36,37	1,46	917,05	10,25	0,00	0,04	128	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,26	0,01	15,13	62,77	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	277	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	58,00	2,80	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	807	24,54	18,70	85,92	816,00	21,40	0,32	0,25	0,25	0,09	138,43	244,96	96,54	6,30	1.397,94	19,75	0,00	0,06		
Всего за день:		63,40	48,49	221,20	1.792,46	21,93	0,56	0,71	0,38	0,46	476,09	674,53	148,17	9,21	1.888,71	29,31	0,05	0,13		

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	Cl, мг
Итого за весь период	491,37	626,24	2.062,07	16.508,78	297,59	8,49	8,42	6,47	0,88	4.320,41	7.031,12	2.040,80	123,99	21.511,57	348,55	0,27	2,06
Среднее значение за период	49,14	62,62	206,21	1.650,88	29,76	0,85	0,84	0,65	0,09	332,04	703,11	204,08	12,40	2.151,16	34,86	0,03	0,21
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	12,0	35,0	52,4														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
12-18 лет	570	802

Нормативная документация:

- СанПиН 2.3.72.4.3590-20
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Ляпиной.
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижн-Софт" : Питание детей в школе 2024г. версия 1.2.10 г.Санкт-Петербург
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Приказ № 315 от 26.12.85 Министерства торговли СССР.
- МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".
- МР 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничением в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)".

Директор ООО "Максимум"

Овсес

П.Е. Осиневская