

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

Вели

Е.Н. ОСИНЕВСКАЯ

"30" октября 2024 года



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР

И.В. Новак

2024 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

| Премьер блюда, наименование блюда | Масса порция | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|----------------------|--------|----------|--------|--------|-------|---------|------------|------------------|
| | | Белок, 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 | I, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Завтрак | | |
| ГУЛЯШ | 90 | 11,08 | 12,50 | 2,75 | 167,80 | 1,33 | 0,04 | 0,06 | 0,05 | 0,00 | 17,50 | 97,09 | 13,20 | 1,05 | 161,16 | 4,17 | 0,01 | 0,07 | 200 | 2017 | |
| СЛАДКИ | 150 | 5,46 | 4,84 | 34,85 | 206,82 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,08 | 12,53 | 2,49 | 1,37 | 0,07 | 1,29 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СТРЕШНЫМ | 200 | 2,10 | 2,47 | 16,15 | 95,45 | 0,12 | 0,01 | 0,10 | 0,01 | 0,02 | 80,99 | 50,13 | 10,98 | 0,05 | 110,10 | 2,10 | 0,00 | 0,01 | ТК 9 | 2017 | |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ | 500 | 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 | 1,26 | 0,01 | 0,01 | 424 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 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 первый завтрак: | 512 | 24,52 | 25,02 | 93,67 | 701,77 | 1,45 | 0,17 | 0,24 | 0,10 | 0,19 | 138,65 | 295,97 | 61,08 | 2,47 | 419,81 | 8,26 | 0,03 | 0,11 | | | |
| СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250/55 | 3,21 | 5,40 | 14,09 | 124,49 | 7,97 | 0,11 | 0,07 | 0,02 | 0,00 | 35,86 | 70,01 | 26,25 | 1,20 | 560,08 | 5,72 | 0,00 | 0,03 | 158 | 2004 | |
| КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ | 90 | 9,97 | 24,24 | 11,44 | 303,95 | 0,05 | 0,25 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 15,35 | 113,96 | 19,92 | 1,46 | 221,97 | 4,35 | 0,00 | 0,04 | 270 | 2017 | |
| КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,48 | 6,42 | 38,35 | 244,74 | 0,00 | 0,22 | 0,12 | 0,02 | 0,06 | 22,14 | 187,32 | 125,73 | 4,41 | 264,08 | 2,26 | 0,00 | 0,01 | 171 | 2017 | |
| ЧЕБТАР ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,00 | 0,00 | 11,25 | 44,82 | 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 | 369 | 2017 | |
| ХЛЕБ РЖАНОУ | 25 | 1,80 | 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 | 35,28 | 86,83 | 788,88 | 1,56 | 0,37 | 0,25 | 0,22 | 0,06 | 78,25 | 371,06 | 165,83 | 7,85 | 634,47 | 9,76 | 0,00 | 0,06 | | | |
| Всего за день: | | 47,84 | 61,30 | 188,20 | 1 479,48 | 3,01 | 0,74 | 0,49 | 0,32 | 0,27 | 214,90 | 897,03 | 226,91 | 10,32 | 1 054,39 | 18,02 | 0,03 | 0,17 | | | |

Второй день первая неделя

| Премы пищи, наименования блюд | Масса порция | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------------------------|-------------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|----------------------|--------|--------|----------|-------|--------|-------|------------|------------------|
| | | Белка, г | Жиры, г | | Углевода, г | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, мг | Se, мг | F, мг | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом | 250/5 | 19,51 | 9,52 | 55,66 | 351,45 | 0,65 | 0,23 | 0,16 | 0,04 | 0,08 | 151,67 | 222,90 | 61,69 | 1,84 | 315,72 | 14,06 | 0,02 | 0,02 | 173 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 0,26 | 0,01 | 15,13 | 52,77 | 1,16 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 6,90 | 6,37 | 0,80 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 377 | 2017 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЯДЫРОВАНЫЙ | 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 | 18,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| МАЦАРИН | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 897 | 13,07 | 10,31 | 85,99 | 604,62 | 0,80 | 0,26 | 0,23 | 0,09 | 0,08 | 209,65 | 316,32 | 75,15 | 2,93 | 373,12 | 14,06 | 0,00 | 0,03 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПУЩЕНЫМ | 250 | 5,00 | 5,38 | 19,22 | 148,95 | 4,80 | 0,18 | 0,06 | 0,20 | 0,00 | 41,23 | 80,08 | 33,52 | 1,87 | 494,55 | 4,46 | 0,00 | 0,03 | 102 | 2017 |
| КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ С БЕЛКОМАННОЙ КАЛУСТОЙ | 90 | 11,31 | 27,87 | 11,80 | 343,84 | 5,63 | 0,25 | 0,10 | 0,01 | 0,04 | 41,11 | 132,39 | 26,59 | 1,82 | 290,40 | 6,30 | 0,00 | 0,04 | 455 | 2006 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,42 | 4,89 | 23,33 | 151,48 | 11,36 | 0,13 | 0,11 | 0,03 | 0,07 | 49,18 | 92,27 | 32,86 | 1,33 | 833,59 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 126 | 2017 |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 27 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,80 | 0,22 | 10,80 | 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 | 22,19 | 38,37 | 84,31 | 772,87 | 21,79 | 0,63 | 0,30 | 0,24 | 0,11 | 145,28 | 339,49 | 102,03 | 6,32 | 1 663,14 | 21,34 | 0,00 | 0,11 | | |
| Всего за день: | | 35,26 | 48,68 | 172,90 | 1 277,29 | 22,59 | 0,89 | 0,53 | 0,33 | 0,19 | 444,93 | 657,81 | 177,16 | 9,29 | 2 036,26 | 35,40 | 0,00 | 0,14 | | |

2

Третий день первая неделя

| Премы пищи, наименования блюд | Масса порция | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------------------------|-------------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|----------------------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|------------|------------------|
| | | Белка, г | Жиры, г | | Углевода, г | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, мг | Se, мг | F, мг | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 12,69 | 15,32 | 13,00 | 246,42 | 0,47 | 0,07 | 0,10 | 0,05 | 0,00 | 20,94 | 139,93 | 22,19 | 1,84 | 175,87 | 3,03 | 0,01 | 0,06 | 294 | 2017 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,63 | 4,88 | 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 | 375 | 2017 |
| СЛОЖКА "БАНТИК" | 20 | 2,18 | 6,44 | 15,52 | 66,19 | 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 | ТТК 86 | 2017 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЯДЫРОВАНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 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: | 890 | 22,56 | 27,35 | 92,24 | 675,86 | 14,51 | 0,09 | 0,14 | 0,09 | 0,08 | 63,87 | 170,69 | 36,77 | 3,11 | 261,74 | 4,53 | 0,01 | 0,08 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ 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 | 315,50 | 4,34 | 0,00 | 0,02 | 88 | 2017 |
| ПЮРЕ | 200 | 14,15 | 31,87 | 38,70 | 497,00 | 1,25 | 0,26 | 0,10 | 0,24 | 0,00 | 27,86 | 190,33 | 44,44 | 1,81 | 332,80 | 6,74 | 0,01 | 0,07 | 265 | 2017 |
| КОМПЛОТ ИЗ КОМПЛОННОЙ СМЕСИ СИМ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,30 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,25 | 0,00 | 1,83 | 0,00 | 1,11 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 12 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,68 | 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 ЯДЫРОВАНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 77,51 | 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: | 790 | 19,20 | 38,24 | 154,02 | 776,77 | 13,44 | 0,41 | 0,18 | 0,45 | 0,00 | 92,64 | 259,19 | 74,34 | 3,90 | 701,81 | 12,48 | 0,01 | 0,09 | | |
| Всего за день: | | 41,76 | 65,59 | 247,26 | 1 451,63 | 27,96 | 0,50 | 0,32 | 0,54 | 0,08 | 156,51 | 429,88 | 111,11 | 7,10 | 953,55 | 17,01 | 0,02 | 0,17 | | |

Четвертый день первая неделя

| Применение пищи, наименование блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | № рецептур |
|--|------------------|----------|---------|-------------------------------|-------------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|-------|--------|-------|------|------------|
| | 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 | I, мг | Se, мг | F, мг | | |
| | Масса порция | Белок, г | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ВАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 2505 | 7,38 | 8,68 | 41,78 | 205,67 | 0,65 | 0,12 | 0,15 | 0,06 | 0,15 | 143,06 | 165,62 | 40,71 | 0,94 | 252,23 | 12,56 | 0,06 | 0,01 | 2008 | |
| КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | 200 | 1,95 | 1,55 | 12,56 | 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 | 2018 | |
| БУТЕРБРЕД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ | 50 | 5,11 | 2,51 | 15,56 | 115,85 | 0,00 | 0,05 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 6,17 | 27,95 | 5,59 | 0,43 | 36,96 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 2017 | |
| Итого за прием пищи: | 505 | 14,44 | 12,84 | 71,32 | 474,02 | 1,74 | 0,40 | 0,23 | 0,10 | 0,15 | 56,09 | 333,99 | 150,65 | 6,21 | 539,93 | 7,76 | 0,02 | 0,07 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ | 2505 | 3,08 | 5,90 | 15,30 | 126,74 | 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 | 2017 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 250 | 11,01 | 12,92 | 36,15 | 476,81 | 16,90 | 0,21 | 0,14 | 0,20 | 0,00 | 41,87 | 132,92 | 53,54 | 2,33 | 1 332,96 | 12,27 | 0,00 | 0,07 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 20015 | 0,19 | 0,00 | 14,83 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 29,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 2017 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,86 | 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: | 745 | 15,94 | 19,04 | 78,88 | 718,00 | 26,94 | 0,39 | 0,25 | 0,22 | 0,00 | 96,41 | 245,10 | 92,76 | 5,47 | 1 961,24 | 19,39 | 0,00 | 0,10 | | |
| Всего за день: | | 30,38 | 31,88 | 180,36 | 1 189,02 | 26,68 | 0,79 | 0,48 | 0,32 | 0,15 | 150,47 | 578,09 | 243,41 | 11,68 | 2 501,17 | 27,15 | 0,02 | 0,17 | | |

4

Пятый день первая неделя

| Применение пищи, наименование блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | № рецептур |
|--|------------------|----------|---------|-------------------------------|-------------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|-------|--------|-------|--------|------------|
| | 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 | I, мг | Se, мг | F, мг | | |
| | Масса порция | Белок, г | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 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 | 26,75 | 0,03 | 0,05 | 210 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 20015 | 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 | 2017 | |
| КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 100 | 6,38 | 6,71 | 55,08 | 332,30 | 0,00 | 0,10 | 0,06 | 0,01 | 0,13 | 19,32 | 72,44 | 12,12 | 0,64 | 107,60 | 2,34 | 0,02 | 0,02 | 415 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ МОДИФИЦИРОВАННЫЙ | 35 | 2,63 | 1,02 | 17,86 | 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: | 690 | 24,60 | 26,79 | 90,74 | 709,93 | 0,40 | 0,21 | 0,54 | 0,30 | 2,85 | 316,13 | 410,26 | 45,37 | 4,49 | 406,27 | 29,09 | 0,05 | 0,08 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И МАРТОВЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 2505 | 1,83 | 5,74 | 11,97 | 109,09 | 7,76 | 0,04 | 0,05 | 0,21 | 0,00 | 49,16 | 49,45 | 22,88 | 1,13 | 325,85 | 5,70 | 0,00 | 0,02 | 82 | |
| ПИЦЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В ЯИЦЕ | 80 | 15,55 | 26,29 | 5,59 | 320,96 | 1,05 | 0,26 | 0,08 | 0,01 | 0,00 | 13,52 | 106,82 | 18,06 | 1,22 | 263,28 | 5,55 | 0,00 | 0,05 | ТТК 48 | |
| СЫР ГЕТТИ | 150 | 5,45 | 4,84 | 34,85 | 208,92 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,08 | 12,53 | 2,49 | 1,30 | 0,07 | 1,29 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | |
| ЧАЙ С ШИТОБИЖОМ | 20015 | 0,29 | 0,04 | 15,33 | 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 | ТТК 11 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 | 0,07 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 34,80 | 7,60 | 1,50 | 54,40 | 2,24 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 740 | 24,12 | 37,17 | 81,46 | 769,38 | 29,59 | 0,41 | 0,20 | 0,31 | 0,08 | 105,03 | 210,24 | 64,72 | 5,34 | 777,69 | 14,09 | 0,00 | 0,07 | | |
| Всего за день: | | 61,82 | 63,96 | 172,50 | 1 479,28 | 29,98 | 0,62 | 0,74 | 0,61 | 2,73 | 421,16 | 629,53 | 110,09 | 9,83 | 1 183,95 | 43,19 | 0,05 | 0,15 | | |

Первый день вторая неделя

| Применение пищи, наименование блюда | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур | | | |
|--|------------------|----------|-------------------------------|------------|----------|--------|--------|-------|----------------------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|------------|------------------|--------|--------|------------|
| | Масса порция | Жир, г | | Углевод, г | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | I, мг | | | Са, мг | F, мг | |
| | | Белок, г | Жир, г | | | | | | | | | | | | | | | | | Углевод, г |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША ВЯЖАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 2505 | 7,26 | 8,41 | 52,48 | 315,71 | 0,06 | 0,01 | 0,05 | 0,06 | 0,08 | 174,78 | 82,79 | 9,47 | 0,25 | 19,71 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 174 | 2017 |
| БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ | 60 | 5,86 | 2,90 | 22,10 | 138,05 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 8,17 | 27,95 | 5,59 | 0,43 | 39,56 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 20015 | 0,19 | 0,00 | 14,03 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,90 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,15 | 20,56 | 104,80 | 0,00 | 0,04 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 7,60 | 26,00 | 5,20 | 0,40 | 36,90 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 570 | 15,33 | 12,47 | 119,07 | 619,02 | 0,06 | 0,10 | 0,07 | 0,06 | 0,08 | 190,55 | 130,74 | 20,26 | 1,08 | 95,07 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 25055 | 1,86 | 5,77 | 8,65 | 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 |
| ГУПЦА | 90 | 11,08 | 12,50 | 2,75 | 251,09 | 1,33 | 0,04 | 0,06 | 0,05 | 0,00 | 17,58 | 97,99 | 13,20 | 1,05 | 161,16 | 4,17 | 0,01 | 0,07 | 260 | 2017 |
| КАША ПРЕЧЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ | 150 | 8,48 | 6,42 | 38,35 | 244,74 | 0,00 | 0,22 | 0,12 | 0,02 | 0,08 | 22,14 | 187,32 | 125,73 | 4,41 | 294,08 | 2,26 | 0,00 | 0,01 | 171 | 2017 |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,46 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК-27 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 6,48 | 40,70 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,60 | 17,40 | 3,80 | 0,60 | 27,20 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 716 | 22,77 | 24,87 | 77,79 | 712,96 | 13,45 | 0,18 | 0,14 | 0,25 | 0,26 | 99,45 | 211,60 | 98,79 | 3,69 | 521,76 | 8,56 | 0,01 | 0,05 | | |
| Всего за день: | | 38,10 | 37,34 | 187,86 | 1 331,92 | 13,51 | 0,28 | 0,21 | 0,51 | 0,54 | 290,01 | 348,34 | 89,05 | 4,77 | 817,82 | 8,59 | 0,01 | 0,06 | | |

Второй день вторая неделя

| Применение пищи, наименование блюда | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур | | | |
|---|------------------|----------|-------------------------------|------------|----------|--------|--------|-------|----------------------|--------|--------|--------|--------|-------|----------|------------|------------------|--------|--------|------------|
| | Масса порция | Жир, г | | Углевод, г | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | I, мг | | | Са, мг | F, мг | |
| | | Белок, г | Жир, г | | | | | | | | | | | | | | | | | Углевод, г |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 200 | 10,53 | 9,62 | 41,41 | 302,89 | 0,00 | 0,01 | 0,05 | 0,06 | 0,08 | 174,78 | 82,79 | 9,47 | 0,25 | 19,71 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 204 | 2017 |
| КАКАО - НАПИТОК "БИТОША" НА СТУДЕНЧЬЕМ 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 |
| БЛИНЧИКИ С ЯБЛОКОМ | 70 | 2,45 | 7,25 | 15,90 | 139,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,15 | 20,56 | 104,80 | 0,00 | 0,04 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 7,60 | 26,00 | 5,20 | 0,40 | 36,90 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 610 | 17,93 | 19,88 | 90,48 | 619,18 | 0,00 | 0,16 | 0,17 | 0,06 | 0,15 | 102,83 | 199,04 | 51,53 | 2,08 | 314,83 | 12,56 | 0,00 | 0,01 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПУШЕНЫМ | 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 |
| КОФЕЛА МОСКОВСКАЯ | 90 | 9,97 | 24,24 | 11,44 | 303,85 | 0,05 | 0,25 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 15,35 | 113,96 | 19,92 | 1,46 | 221,57 | 4,33 | 0,00 | 0,04 | 270 | 2017 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,42 | 4,89 | 23,33 | 151,48 | 11,36 | 0,13 | 0,11 | 0,03 | 0,07 | 48,18 | 92,27 | 32,86 | 1,33 | 833,69 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 128 | 2017 |
| КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,30 | 1,59 | 0,00 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 342 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 6,48 | 40,79 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,60 | 17,40 | 3,80 | 0,60 | 27,20 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 710 | 20,51 | 34,70 | 81,83 | 722,48 | 21,21 | 0,63 | 0,28 | 0,26 | 0,07 | 120,39 | 321,91 | 98,25 | 5,96 | 1 644,43 | 18,49 | 0,00 | 0,11 | | |
| Всего за день: | | 38,44 | 54,58 | 172,28 | 1 341,66 | 21,90 | 0,79 | 0,45 | 0,52 | 0,22 | 283,12 | 520,95 | 149,78 | 8,04 | 1 969,26 | 32,05 | 0,00 | 0,12 | | |

Третий день вторая неделя

| Применение пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № 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 | K, мг | I, мкг | Se, мг | F, мг | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные вещества |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ШИШЦЕЛЬ | 90 | 11,87 | 27,20 | 13,45 | 344,97 | 0,00 | 0,26 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 11,50 | 125,71 | 23,14 | 1,70 | 234,48 | 4,40 | 0,00 | 0,04 | 268 | 2017 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 3,70 | 5,89 | 223,04 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,10 | 12,19 | 74,73 | 25,35 | 0,53 | 65,38 | 0,78 | 0,01 | 0,02 | 304 | 2017 | |
| ЧАЙ С ШИШЦЫКОМ | 200/15 | 0,29 | 0,04 | 16,33 | 68,72 | 13,24 | 0,00 | 0,02 | 0,00 | 14,61 | 7,88 | 6,20 | 0,82 | 27,36 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11K 21 | 2017 | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЯДИРОВАННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 68,69 | 52,40 | 0,00 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 3,80 | 13,00 | 2,60 | 0,20 | 18,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | 2017 | |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ | 50/2 | 4,30 | 4,63 | 29,54 | 177,15 | 0,00 | 0,05 | 0,03 | 0,01 | 10,31 | 36,12 | 6,35 | 0,44 | 96,47 | 1,26 | 0,01 | 0,01 | 424 | 2017 | |
| Итого за прием пищи: | 527 | 19,84 | 37,78 | 98,12 | 913,88 | 20,24 | 0,33 | 0,34 | 0,22 | 0,09 | 156,74 | 321,57 | 85,28 | 4,13 | 1 722,64 | 16,37 | 0,01 | 0,09 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 4,19 | 6,39 | 19,25 | 181,72 | 9,67 | 0,11 | 0,09 | 0,20 | 0,00 | 27,51 | 70,12 | 29,26 | 1,89 | 678,97 | 6,43 | 0,00 | 0,04 | 18 | 2017 |
| ТЕПЕЛЬЯЙ НЕЖЕНКА В СОУСЕ | 110 | 8,70 | 9,21 | 12,76 | 231,06 | 0,75 | 0,03 | 0,01 | 0,06 | 0,00 | 13,49 | 20,67 | 6,28 | 0,35 | 98,87 | 0,73 | 0,00 | 0,01 | 11K 36 | 2017 |
| СПАГЕТТИ | 160 | 5,46 | 4,84 | 34,85 | 268,62 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 20,38 | 2,32 | 3,20 | 0,07 | 1,91 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 15 | 0,12 | 0,02 | 0,38 | 2,10 | 1,50 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 3,40 | 6,30 | 2,10 | 0,15 | 21,16 | 0,45 | 0,00 | 0,00 | 71 | 2017 |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,46 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11K 27 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОУ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,49 | 40,79 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,80 | 17,40 | 3,80 | 0,80 | 27,20 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 745 | 19,78 | 20,64 | 95,06 | 712,00 | 11,92 | 0,20 | 0,14 | 0,31 | 0,08 | 60,69 | 126,81 | 49,03 | 3,26 | 805,70 | 8,73 | 0,00 | 0,05 | | |
| Всего за день: | | 39,72 | 58,40 | 193,21 | 1 825,88 | 32,16 | 0,53 | 0,48 | 0,53 | 0,17 | 237,43 | 451,38 | 134,32 | 7,39 | 2 528,34 | 25,10 | 0,01 | 0,14 | | |

Четвертый день вторая неделя

| Применение пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № Сборник рецептур | |
|--|--------------|------------------|---------|-------------------------------|-------------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|----------------------|--------|--------|----------|--------|--------|-------|--------------------|----------------------|
| | | 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 | I, мкг | Se, мг | F, мг | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Минеральные вещества |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША ЯЧМЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОБЯЗНЫХ ХЛОПЬЕВ ТЕРМОЛЕС С СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 250/6 | 11,91 | 10,80 | 42,97 | 308,76 | 0,00 | 0,26 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 11,50 | 125,71 | 23,14 | 1,70 | 234,48 | 4,40 | 0,00 | 0,04 | 182 | 2017 |
| ЙОГУРТ СЛИВОЧ | 100 | 2,40 | 1,20 | 14,40 | 80,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,03 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,19 | 7,42 | 6,82 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 375 | 2017 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ | 50/2 | 4,30 | 4,63 | 29,54 | 177,15 | 0,00 | 0,05 | 0,03 | 0,01 | 0,07 | 10,31 | 36,12 | 6,35 | 0,44 | 96,47 | 1,26 | 0,01 | 0,01 | 424 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 622 | 18,48 | 16,72 | 101,84 | 626,38 | 18,24 | 0,33 | 0,14 | 0,08 | 0,10 | 46,80 | 233,02 | 62,65 | 3,55 | 402,82 | 5,56 | 0,01 | 0,06 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| РАССОЛЫНИК ЛЕИНИГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 200/6/6 | 3,33 | 8,23 | 16,61 | 150,75 | 6,73 | 0,11 | 0,07 | 0,21 | 0,00 | 35,23 | 77,96 | 27,11 | 1,14 | 512,27 | 5,32 | 0,00 | 0,03 | 96 | 2017 |
| РАДУ ИЗ ПИЩИ | 90 | 11,80 | 10,47 | 3,19 | 181,06 | 1,28 | 0,02 | 0,02 | 0,31 | 0,00 | 16,39 | 17,84 | 8,75 | 0,34 | 78,36 | 1,41 | 0,00 | 0,01 | 289 | 2017 |
| КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССОЛЫНИК | 150 | 8,49 | 6,42 | 36,35 | 244,74 | 0,00 | 0,22 | 0,12 | 0,02 | 0,06 | 22,14 | 187,32 | 125,73 | 4,41 | 264,06 | 2,29 | 0,00 | 0,01 | 171 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,03 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,19 | 7,42 | 6,82 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 375 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОУ | 35 | 2,32 | 0,31 | 14,84 | 71,39 | 0,00 | 0,06 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 6,30 | 30,46 | 6,85 | 1,40 | 47,60 | 1,96 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 758 | 26,12 | 25,43 | 87,82 | 716,90 | 8,06 | 0,43 | 0,26 | 0,54 | 0,08 | 96,04 | 333,69 | 178,46 | 8,33 | 944,61 | 10,97 | 0,00 | 0,05 | | |
| Всего за день: | | 44,60 | 42,15 | 189,76 | 1 543,38 | 26,29 | 0,76 | 0,40 | 0,62 | 0,18 | 142,84 | 566,71 | 299,11 | 11,78 | 1 347,33 | 16,53 | 0,01 | 0,11 | | |

Пятый день вторая неделя

| Приемы пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | |
|--|--------------|------------------|--------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|----------------------|--------|--------|----------|--------|-------|-------------|------------|---------|
| | | Белок, г | Жир, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | Se, мг | F, мг | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | Углеводы, г | | В12, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ТРОСЕННИК С МОЛОКОМ СФЕРИЧНЫМ | 11020 | 24,43 | 11,26 | 29,96 | 0,27 | 0,05 | 0,23 | 0,05 | 0,14 | 165,75 | 189,04 | 24,32 | 0,68 | 195,33 | 3,86 | 0,02 | 0,02 | ТК 18 | 2017 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200715 | 0,19 | 0,00 | 14,93 | 60,48 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | |
| РЫБНОЕ | 130 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,12 | 13,00 | 0,04 | 0,03 | 0,01 | 0,00 | 20,80 | 14,30 | 2,86 | 361,40 | 2,60 | 0,00 | 0,01 | 336 | 2017 | |
| СЛАДКОЕ ПИЩЕВОЕ | 30 | 2,25 | 0,81 | 15,42 | 78,60 | 0,60 | 0,09 | 0,02 | 0,00 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,90 | 46,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 508 | 27,39 | 12,87 | 73,08 | 485,93 | 13,31 | 0,15 | 0,29 | 0,06 | 0,14 | 208,23 | 243,26 | 48,84 | 4,78 | 628,53 | 6,46 | 0,02 | 0,04 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОМ | 2505 | 1,83 | 5,74 | 11,97 | 109,69 | 7,78 | 0,04 | 0,05 | 0,21 | 0,00 | 49,18 | 46,45 | 22,88 | 1,13 | 325,95 | 5,70 | 0,00 | 0,02 | 92 | 2017 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 100 | 11,50 | 5,99 | 14,84 | 307,71 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 11,78 | 43,25 | 11,72 | 0,91 | 49,73 | 0,00 | 0,00 | 234 | 2017 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,47 | 4,89 | 23,33 | 151,48 | 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 | 128 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 2007157 | 0,29 | 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 | 377 | 2017 | |
| КЛЕБ РИЖИЧНЫЙ | 40 | 2,85 | 0,35 | 18,95 | 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: | 767 | 19,66 | 16,88 | 82,33 | 713,26 | 20,30 | 0,31 | 0,23 | 0,24 | 0,07 | 134,72 | 245,07 | 85,33 | 6,07 | 1 328,48 | 17,12 | 0,00 | 0,06 | | |
| Всего за день: | | 47,04 | 29,65 | 155,39 | 1 195,13 | 33,61 | 0,46 | 0,52 | 0,30 | 0,21 | 342,95 | 488,33 | 132,17 | 10,85 | 1 957,01 | 23,58 | 0,02 | 0,10 | | |

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | |
|--|------------------|--------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|----------|----------|----------------------|--------|-----------|--------|--------|-------|-------------|
| | Белок, г | Жир, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | Se, мг | F, мг | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | Углеводы, г |
| Итого за весь период | 332,67 | 493,63 | 1 621,35 | 283,12 | 7,50 | 5,49 | 5,84 | 4,92 | 3 086,52 | 6 313,79 | 1 944,22 | 110,03 | 18 943,71 | 287,86 | 0,20 | 1,61 | |
| Среднее значение за период | 33,27 | 49,36 | 162,14 | 28,31 | 0,75 | 0,55 | 0,58 | 0,49 | 308,65 | 631,38 | 194,42 | 11,00 | 1894,37 | 28,79 | 0,20 | | |
| Среднее значение за период в % от возрастной нормы | 11,9 | 34,7 | 63,4 | 23,6 | 0,63 | 0,46 | 0,47 | 0,41 | 257,38 | 526,14 | 162,02 | 9,17 | 1 578,64 | 23,99 | 0,02 | 0,13 | |

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Завтрак | Обед |
|---------------|---------|------|
| 7-11 лет | 630 | 728 |

Нормативная документация:

1. СанПин 2.3./2.4.3590-20
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Лапино
4. Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижен-Софт" : Питание детей в школе 2023г. версия 1.2.9 г. Санкт- Петербург
5. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
6. Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
7. МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".

Директор ООО "Максимум"



Е.Н.Осиневская