

Согласовано:

директор ООО «БВ» № 5

*Иванов И. В.*  
13.08.2017 г.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание  
для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 лет),  
для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г. - 275с

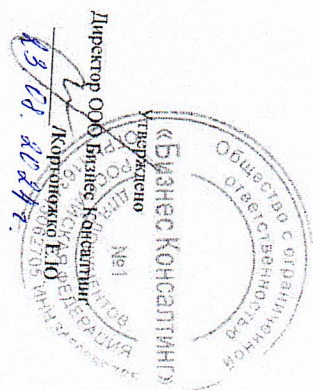
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебродинформ, 2004. - 640с.

САНПИН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

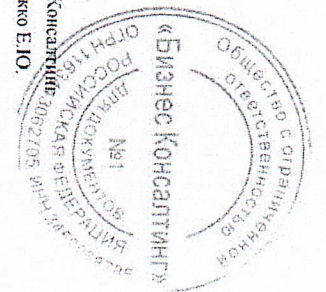
Среднесуточные нормы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПин 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПин 2.3.1/2.4.3590-20 Приложение №9  
В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием минералов и макроэлементов.  
В рационе - йодированная соль, морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:  
 директор Иванов И. В.  
 23.08.2024

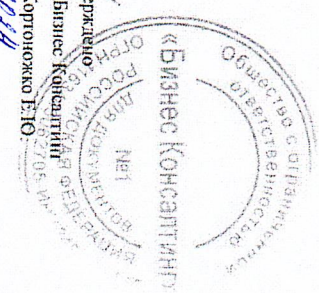
Утверждено  
 директор ООО Бизнес Консалтинг Коргоножко Е.Ю.  
 23.08.2024



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	дл. вып.	Цена руб
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	250	6,34	7,66	47,5	284,31	182/2017м	35
Бутерброд с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	27
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,5	54-23тн/2022тн	15
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	3,83
<b>Итого за _Завтрак_</b>	<b>710</b>	<b>21,38</b>	<b>20,04</b>	<b>116,98</b>	<b>738,48</b>		<b>104,83</b>
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2017м	20
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	95,33	54-286/2022тн	15
Быточки мясные	100	11,92	16,83	10,84	242,56	268/2017м	35
Каша рассыпчатая, гречневая	180	9,96	7,56	43,20	280,44	171/2017м	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>900</b>	<b>29,48</b>	<b>30,31</b>	<b>128,70</b>	<b>905,42</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1610,00</b>	<b>50,86</b>	<b>50,35</b>	<b>245,68</b>	<b>1643,90</b>		<b>104,83</b>

Согласовано:  
 директор *И.В. Иванова*  
 23.08.2024 г.

Утверждено:  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
*И.В. Иванова*  
 23.08.2024 г.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	Цена руб/кг
		Б	Ж	У			
Дата/Месяц/Год: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Опции по сезону в нарезке (помидор)	Вес	Завтрак			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	Цена руб/кг
		Б	Ж	У			
Котлеты рыбные любительские с соусом 100/30	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70/2017м	20
Картофель отварной с маслом	130	14,08	4,98	6,72	125,05	54-14р/54-3ср/2022н	40
Печенье топлёное молоко	180	3,64	7,13	25,17	189,00	139/2017м	20
Чай с лимоном	30	1,98	5,20	20,50	136,70	п.т	9
Хлеб пшеничный йодированный	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3лп/2022н	12
Итого за завтрак	30	2,1	0,3	14,49	70,14	70/2010м	3,83
	670	23,22	17,71	80,96	584,41		104,83

Квашеная капуста с маслом растительным	Вес	Обед			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	Цена руб/кг
		Б	Ж	У			
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	100	1,70	5,00	8,46	85,70	47/2017м	20
Печень тушеная в соусе	250	6,45	7,22	23,12	183,02	54-7с/2022н	15
Макаронные изделия отварные с маслом	100	13,25	11,22	3,52	168,11	229/2017м	32
Напиток из лимонника	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	200	0,60	0,20	15,20	65,30	13-хлп/2022н	15
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	70/2010м	4,83
Итого за Обед	30	1,68	0,33	14,82	68,97	70/2010м	3
Всего за Вторник	900	33,32	30,25	123,79	900,78		104,83
	1570	56,54	47,96	204,75	1485,19		

Согласовано:  
 директор *Л.В. Ковалева*  
 23.08.2024

Удобрение  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кортоножко Е.Ю.  
 23.08.2024



Наименование блока	Вес блока	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рас.	цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День/Месяц: 1: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак							
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	209/2017м	20
Запеканка рисовая с творога и молоком сухими 170/30	200	11,53	11,94	44,31	330,86	54-2н/2022н	45
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45нн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>630</b>	<b>20,53</b>	<b>17,62</b>	<b>85,79</b>	<b>587,96</b>		<b>104,83</b>

Обед							
Закуска из овощей (пкра кабачковая)	100	2,73	4,70	14,54	111,00	101/2004л	20
Суп гороховый	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25с/2022н	15
Жаркое по домашнему	250	20,91	14,13	31,75	337,77	288/2017м	47
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1нн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>870</b>	<b>33,21</b>	<b>24,06</b>	<b>113,78</b>	<b>803,91</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Среда</b>	<b>1500,00</b>	<b>53,74</b>	<b>41,68</b>	<b>199,57</b>	<b>1391,87</b>		<b>104,83</b>

Согласовано: *А.С.С. Ш. № 5*  
 директор *А.С.С. Ш. № 5*  
*23.08.2024*

Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
*23.08.2024*  
 Коргоножко Е.Ю.  
 «Бизнес Консалтинг»  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 №1  
 ООО «БИЗНЕС КОНСАЛТИНГ»  
 ОГРН 5007000000000000000

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День /неделя I: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

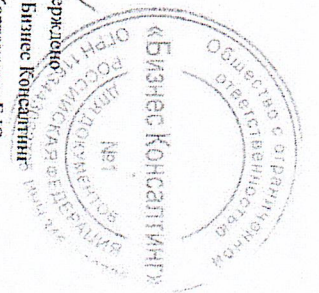
Сюжета отварная с маслом растительным	100	1,48	3,01	4,96	92,80	54/2017M	20
Коллеты мясокварфельные по -	130	14,88	10,73	19,26	228,77	454/2004M	32
Хлиновски с соусом 100/30	180	9,96	7,56	43,20	280,44	54-3cc/2022M	15
Каша расщипчатая, гречневая	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017M	24
Фрукты по сезону	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022M	10
Чай с сахаром	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010M	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>790</b>	<b>29,22</b>	<b>22,20</b>	<b>106,99</b>	<b>784,97</b>		<b>104,83</b>

**Обед**

Сюжета отварная с маслом растительным	100	1,48	3,01	4,96	92,80	54/2017M	20
Шн из свежей капусты с картофелем	250	3,27	4,95	8,65	93,00	54-1c/2022M	15
Птица отварная	100	21,32	15,70	1,12	231,07	288/2017M	32
Горохница	180	10,64	4,47	40,55	244,80	54-21г/2022M	15
Компот из яблок	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4кн/2022M	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010M	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010M	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>900</b>	<b>41,95</b>	<b>28,96</b>	<b>106,02</b>	<b>892,36</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>1690,00</b>	<b>71,17</b>	<b>51,16</b>	<b>213,01</b>	<b>1677,33</b>		

Согласовано:  
 директор *В.В. АИИ* «ИП № 5»  
*23.08.2024* *В.В. АИИ*

Утверждено:  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
*23.08.2024* Кортоножко Е.Ю.



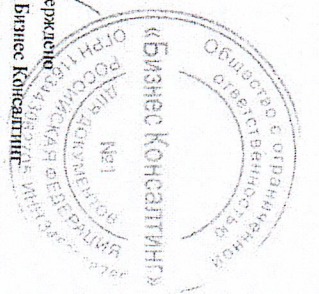
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День недели 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2017м	20
Туша из отварного мяса	100	13,35	13,10	3,63	185,85	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Заправка	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-Зем/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>650</b>	<b>25,29</b>	<b>23,18</b>	<b>92,28</b>	<b>687,31</b>		<b>101,83</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>690</b>	<b>23,93</b>	<b>20,15</b>	<b>96,60</b>	<b>676,63</b>		

Обед							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70/2017м	20
Рассольник ленинградский	250	2,40	6,24	16,52	133,30	54-Зем/2022н	15
Запеканка картофельная с мясом	200	21,13	17,26	25,54	342,02	54-1Зем/2022н	47
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	34/2017	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>820</b>	<b>29,65</b>	<b>24,49</b>	<b>107,58</b>	<b>772,41</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>1470</b>	<b>54,94</b>	<b>47,67</b>	<b>199,86</b>	<b>1459,72</b>		
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>878,00</b>	<b>33,52</b>	<b>27,61</b>	<b>115,97</b>	<b>854,98</b>		

Согласовано:  
 директор "АВРС" СМ № 5  
 23.08.2024 г. В. В. Вавилова

Утверждено  
 23.08.2024 г.  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Коргоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	Цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День /последв 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

	Завтрак						
	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)			
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	7,13	7,30	54,32	311,50	54-16к/2022г	35
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	209/2017г	20
Блинчики со молоком ступенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017г	30
Чай с молоком	200	1,60	1,10	12,58	66,62	54-4гн/2022г	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010г	4,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>20,88</b>	<b>18,28</b>	<b>104,35</b>	<b>665,60</b>		<b>104,83</b>

	Обед						
	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)			
Консервы закуочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,83	36,83	131/2017г	20
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	95,33	54-28с/2022г	15
Кисели куриные, с соусом сметанным с томатом	110	13,68	15,89	5,16	228,28	301/331/2017г	32
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017г	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1-хн/2022г	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010г	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010г	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>910</b>	<b>30,13</b>	<b>27,59</b>	<b>115,22</b>	<b>840,09</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1510</b>	<b>51,01</b>	<b>45,87</b>	<b>219,57</b>	<b>1505,69</b>		<b>104,83</b>

Сортировано: 11000 - 011 x 54  
 директор: И.В. Кувшинов  
13.08.2024

Утверждено: 13.08.2024  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Корпоративно Е.Ю.

«Бизнес Консалтинг»  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 ИНН 5007083888  
 ОГРН 5007083888  
 Юридический адрес: 400000, Волгоградская область, Волгоградский район, с/пос. Ленинский, д. 10  
 №1  
 ООО «БИЗНЕС КОНСАЛТИНГ»

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	Цена руб/кг
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак							
Консервы закусовые (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,83	36,83	131/2017м	25
Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017м	40
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022м	12
<b>Итого за завтрак</b>	<b>680</b>	<b>20,37</b>	<b>16,52</b>	<b>79,80</b>	<b>555,40</b>		<b>104,83</b>

Обед							
Салата отварная с маслом растительным	100	1,48	3,01	4,96	92,80	54/2017м	20
Суп картофельный с крутой (пшено)	250	1,98	2,72	12,11	85,75	101/2017м	15
Жаркое по ломашнему	250	20,91	14,13	31,75	337,77	288/2017м	47
Компот из яблок	200	0,40	0,10	16,60	68,20	54-4тн/2022м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>870</b>	<b>29,61</b>	<b>20,69</b>	<b>99,56</b>	<b>747,01</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Вторник</b>	<b>1550</b>	<b>49,98</b>	<b>37,21</b>	<b>179,36</b>	<b>1302,41</b>		



Согласовано: \_\_\_\_\_  
 директор: И.И.О.У. СВ и Б  
1.8.2024

28.08.2024

Утверждено: \_\_\_\_\_  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
28.08.2024  
 Коргоножко Е.Ю.



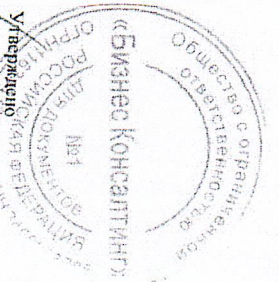
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	Цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День 3 недели 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70/2017м	20
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,88	7,5	175,36	229/2017м	40
Картофель запеченный из отварного	180	3,98	10,10	27,65	226,53	146/2017м	18
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2м/2022м	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>640</b>	<b>22,71</b>	<b>24,08</b>	<b>81,22</b>	<b>652,61</b>		<b>104,83</b>

Обед							
Консервы закубочные (кукуруза)	100	2,00	0,37	10,16	52,16	133/2017м	20
Суп крестьянский с крупой	250	6,40	7,23	13,57	144,47	54-10с/2022м	15
Мясо тушеное	100	13,97	17,08	6,17	234,42	256/2017м	32
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Паниток из пшеника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	53-13св/2022м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>900</b>	<b>34,29</b>	<b>31,49</b>	<b>118,59</b>	<b>895,00</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Среда</b>	<b>1540</b>	<b>57,00</b>	<b>55,57</b>	<b>199,81</b>	<b>1547,61</b>		<b>104,83</b>

Согласовано:  
 директор А.Р. Демидов  
 23.08.2024 г.

Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Корголюкко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День недели 2: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак							
Закуска из овощей (икра кабачковая)	100	2,73	4,70	14,54	111,00	101/2004л	20
Котлеты рубленные из кур	100	8,94	11,28	9,21	174,07	294/2017м	30
Каша рисовая, гречневая	180	9,96	7,56	43,20	280,44	171/2017м	15
Фрукты по сезону	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338/2017м	24
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-5гн/2022г	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>760</b>	<b>24,49</b>	<b>24,52</b>	<b>103,32</b>	<b>736,23</b>		<b>104,83</b>
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70/2017м	20
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	250	6,45	7,22	23,12	183,02	54-7с/2022г	15
Гуляш из отварного мяса	100	13,35	13,10	3,63	185,85	246/2017м	32
Горошина	180	10,64	4,47	40,55	244,80	54-21л/2022г	15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1км/2022г	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>900</b>	<b>36,90</b>	<b>25,62</b>	<b>124,74</b>	<b>877,16</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>1660</b>	<b>61,39</b>	<b>50,14</b>	<b>228,06</b>	<b>1613,39</b>		<b>104,83</b>

Согласовано:  
 директор А.В. Воронцов  
13.08.2024 г.

«Бизнес Консалтинг»  
 Общество с ограниченной  
 ответственностью  
 Удобритель №1  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
А.В. Воронцов  
13.08.2024 г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 2: Питание	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Совоши по сезону в нарезке (отуред)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2017M	20
Тертленг с рисом (мясное) с соусом сметанным с томатом	110	14,03	10,20	11,61	194,36	54-15M/2022H 331/2017M	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017M	15
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3M/2022H	12
Печенье топлёное молоко	30	1,98	5,20	20,50	136,70	шт	11
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010M	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>650</b>	<b>25,69</b>	<b>21,68</b>	<b>98,23</b>	<b>690,88</b>		<b>101,83</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>666,00</b>	<b>22,83</b>	<b>21,02</b>	<b>93,38</b>	<b>660,14</b>		

**Обед**

Закуска из овощей (якра кабачковая)	100	2,73	4,70	14,54	111,00	101/2004H	20
Суп гороховый	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25c/2022H	15
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,88	7,5	175,36	229/2017M	30
Пюре картофельное	180	3,84	6,20	23,76	167,30	128/2017M	17
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010M	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010M	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>900</b>	<b>29,91</b>	<b>26,17</b>	<b>121,37</b>	<b>842,40</b>		
<b>Всего за Питание</b>	<b>1550</b>	<b>55,60</b>	<b>47,85</b>	<b>219,60</b>	<b>1533,28</b>		<b>104,83</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>896,00</b>	<b>32,17</b>	<b>26,31</b>	<b>115,90</b>	<b>840,33</b>		

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
<b>Среднее значение за завтрак</b>		<b>23,38</b>	<b>20,58</b>	<b>94,99</b>	<b>668,39</b>
<b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</b>		<b>25,98</b>	<b>22,37</b>	<b>24,80</b>	<b>24,57</b>
Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 5%	800	27-32,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
<b>Среднее значение за обед</b>		<b>32,85</b>	<b>26,96</b>	<b>115,94</b>	<b>847,65</b>
<b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</b>		<b>36,49</b>	<b>29,31</b>	<b>30,27</b>	<b>31,16</b>
<b>Среднее значение за день</b>		<b>56,22</b>	<b>47,55</b>	<b>210,93</b>	<b>1516,04</b>
<b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</b>		<b>62,47</b>	<b>51,68</b>	<b>55,07</b>	<b>55,74</b>
<b>Помрейдность в пищевого веществамх для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
<b>Распределение ЭЦ</b>				<b>Норма</b>	
	<b>Завтрак</b>		<b>24,57</b>	<b>20-25%</b>	
	<b>Обед</b>		<b>31,16</b>	<b>30-35%</b>	

учреждениях под ред. М.П. Морозова изд. Дели плюс, 2017 г

организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетаного учреждения науки "

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэнтриентов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.