

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Барсовская СОШ № 1"

Гурова О.Н.

20__ г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Вкуснодей"

Сотрудник ООО "Вкуснодей"

20__ г.



ОСНОВНОЕ МЕНЮ 2 вариант Завтраков

для организации питания школьников в общеобразовательных учреждениях
с 1-4 классы

на зимне-весенний период 2025г.

п.Барсово МБОУ "Барсовская СОШ №1"

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, 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
Завтрак																				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	7,38	9,17	28,73	238,42	0,04	0,06	0,06	0,05	0,08	125,14	97,34	11,03	0,99	70,05	0,68	0,01	0,01	204	2011
ЙОГУРТ ФРУКТУРТ 115 г.	115	3,91	5,18	15,64	104,65	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	386	2011
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием)	20	0,82	0,34	6,10	26,28	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	28,80	19,60	4,60	0,72	25,20	0,00	0,00	0,00	0,98	ПП
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	9,63	41,11	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	4,64	7,42	3,96	0,74	25,10	0,00	0,00	0,00	376	2011
КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,02	5,24	7,28	124,55	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	6,75	3,24	1,62	0,38	13,80	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,48	37,89	37,89	0,06	0,03	0,01	0,00	34,90	16,95	10,97	0,10	154,55	0,00	0,00	0,00	0,15	341
Итого за прием пищи:	615	14,12	20,13	74,86	572,90	37,97	0,23	0,16	0,06	0,08	200,23	144,55	32,18	2,93	288,70	0,68	0,01	1,14		2011
Всего за день:		14,12	20,13	74,86	572,90	37,97	0,23	0,16	0,06	0,08	200,23	144,55	32,18	2,93	288,70	0,68	0,01	1,14		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ ТЕРКУЛЕСОВАЯ	200	8,09	10,05	33,05	250,50	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	0,00	173	2011
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (БАТОН ОСОБЫЙ)	35	3,97	7,26	6,10	122,20	0,07	0,00	0,04	0,07	0,08	88,60	50,95	3,50	0,11	9,55	0,00	0,00	0,00	0,00	3	2011
ИМУНУЛЕ С ВИТАМИНАМИ Д3. В6 + ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7% м 100г.	100	2,50	2,50	11,50	79,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011
КАКАО НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С.В1. В2. В6. РР. А. Д3. Е. А фолиевая кислота)	200	2,14	1,83	17,57	96,47	6,11	0,18	0,51	417,61	12,66	46,80	59,67	8,01	0,44	155,10	4,05	0,00	0,00	0,00	382	2011
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00	0,04	0,02	0,01	0,00	19,20	13,20	9,60	2,64	333,60	2,40	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	655	17,18	22,12	79,98	604,57	18,18	0,22	0,57	417,69	14,24	154,60	123,82	21,11	3,19	498,25	6,45	0,00	0,00	0,01		
Всего за день:		17,18	22,12	79,98	604,57	18,18	0,22	0,57	417,69	14,24	154,60	123,82	21,11	3,19	498,25	6,45	0,00	0,00	0,01		

3 день

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	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	60	0,47	0,06	1,46	8,15	2,40	0,01	0,02	0,01	0,00	12,42	22,68	7,56	0,54	84,60	1,80	0,00	0,01	71	2011
ПЛОВ КУРИНЫЙ	150	10,99	12,76	25,23	284,73	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	331	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,04	0,29	11,35	68,39	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,21	22,68	8,91	0,54	38,70	0,00	0,00	0,00	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	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	ПП	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	9,63	41,11	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	4,64	7,42	3,96	0,74	25,10	0,00	0,00	0,00	376	2011
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	0,00	0,00	0,15	341
Итого за прием пищи:	570	16,53	13,61	65,67	505,18	40,44	0,11	0,07	0,02	0,00	58,27	89,78	31,43	1,92	303,40	1,80	0,00	0,16		2011
Всего за день:		16,53	13,61	65,67	505,18	40,44	0,11	0,07	0,02	0,00	58,27	89,78	31,43	1,92	303,40	1,80	0,00	0,16		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод Ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	150	6,31	10,05	33,21	216,68	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	0,00	173	2011
БАТОН ОСОБЫЙ	25	2,03	0,23	7,58	60,50	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	0,00	ПП	2016
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	70/25	13,69	11,80	13,04	232,20	0,17	0,04	0,16	0,07	0,09	117,92	146,58	17,02	0,50	122,93	2,85	0,02	0,02	0,02	239	2016
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ЗАПАКОВЫЙ НА МОЛОКЕ (выводит лишний холестерин, нормализует обменные процессы, укрепляет иммунитет)	180	2,95	2,19	18,49	107,82	0,47	0,04	0,10	0,01	0,00	97,99	87,67	19,80	0,53	164,29	8,10	0,00	0,00	0,00	418	2016
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	121	0,49	0,49	11,88	56,99	12,13	0,04	0,02	0,01	0,00	19,40	13,34	9,70	2,67	337,08	2,43	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	571	25,47	24,76	84,20	674,19	12,77	0,12	0,28	0,09	0,09	235,31	247,59	46,52	3,70	624,30	13,38	0,02	0,02	0,03		
Всего за день:		25,47	24,76	84,20	674,19	12,77	0,12	0,28	0,09	0,09	235,31	247,59	46,52	3,70	624,30	13,38	0,02	0,02	0,03		

5 день

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	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	10,82	6,74	53,18	312,43	0,00	0,27	0,14	0,02	0,08	17,11	223,70	149,50	5,25	316,20	2,74	0,00	0,02	171,1	2011	
МЛТБЕЛЫ С СЫРОМ И СОУСОМ	100	9,19	12,71	4,66	220,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19,53	105,35	13,38	1,45	146,45	5,09	0,01	0,07	270	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,04	0,29	11,35	68,39	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,21	22,68	8,91	0,54	38,70	0,00	0,00	0,00	ПП		
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	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	ПП		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	9,83	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	7,16	8,81	4,72	0,80	36,51	0,00	0,00	0,00	377	2011	
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	0,00	0,00	0,15	341	2011
Итого за прием пищи:	640	25,14	20,25	97,02	747,42	39,16	0,37	0,19	0,03	0,08	85,01	377,54	187,51	8,14	692,86	7,83	0,01	0,24			
Всего за день:		25,14	20,25	97,02	747,42	39,16	0,37	0,19	0,03	0,08	85,01	377,54	187,51	8,14	692,86	7,83	0,01	0,24			

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, 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																				
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	7,12	4,73	40,32	238,25	0,00	0,04	0,03	0,02	0,08	16,44	100,44	27,97	0,73	130,23	2,49	32,99	0,00	203	2011
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,60	12,20	0,20	133,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	18,00	81,00	10,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	254	2008
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30г (батон особый)	30	2,06	4,35	7,62	97,90	0,00	0,00	0,01	0,04	0,08	0,60	0,95	0,00	0,01	0,75	0,00	0,00	0,00	1	2011
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	0,82	0,34	6,10	26,28	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	28,80	19,60	4,60	0,72	25,20	0,00	0,00	0,98	ПП	
КАКОО НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С. В1, В2, В6, РР, А, Д3, Е, А фоллиевая кислота)	200	2,14	1,83	17,57	96,47	6,11	0,18	0,51	417,61	12,66	46,80	59,67	8,01	0,44	155,10	4,05	0,00	0,00	382	2011
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,53	38,13	38,13	0,06	0,03	0,01	0,00	35,12	17,06	11,04	0,10	155,54	0,00	0,00	0,15	341	2011
Итого за прием пищи:	550	18,54	23,65	79,34	630,03	44,24	0,49	0,63	417,68	12,82	145,76	278,72	61,62	3,00	466,82	6,54	32,99	1,13		
Всего за день:		18,54	23,65	79,34	630,03	44,24	0,49	0,63	417,68	12,82	145,76	278,72	61,62	3,00	466,82	6,54	32,99	1,13		

7 день

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	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	200	5,83	6,95	40,54	254,00	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	174	2011
ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	50	6,16	2,91	1,31	76,15	0,00	0,03	0,19	0,13	1,10	38,00	89,10	6,19	1,23	70,36	10,00	0,01	0,02	209	2011
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (БАТОН ОСОБЫЙ)	40	4,68	7,87	7,01	136,74	0,08	0,00	0,04	0,08	0,08	106,20	60,95	4,20	0,13	11,31	0,00	0,00	0,00	3	2011
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	0,82	0,34	6,10	26,28	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	28,80	19,60	4,60	0,72	25,20	0,00	0,00	0,98	ПП	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ЭЛАКОВЫЙ НА МОЛОКЕ (выводит лишний холестерин, нормализует обменные процессы, укрепляет иммунитет)	200	3,28	2,43	20,54	119,80	0,52	0,05	0,11	0,02	0,00	108,88	97,42	22,00	0,58	182,54	9,00	0,00	0,00	418	2016
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,81	56,66	12,06	0,04	0,02	0,01	0,00	19,29	13,26	9,64	2,65	335,13	2,41	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	630	21,25	20,88	87,31	669,63	12,66	0,23	0,41	0,24	1,18	301,17	280,33	46,63	5,31	624,54	21,41	0,01	1,01		
Всего за День:		21,25	20,88	87,31	669,63	12,66	0,23	0,41	0,24	1,18	301,17	280,33	46,63	5,31	624,54	21,41	0,01	1,01		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	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	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
БУЛГУР ОТВАРНОЙ	180	8,62	4,91	44,47	275,13	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	54-221-2020	2021
БИТОЧКИ ЧИКЕН ТОП	70	6,15	10,15	2,20	101,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	73,73	9,36	1,01	102,49	3,56	0,01	0,05	271	2011
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ №349	30	0,28	2,50	2,10	35,36	0,50	0,00	0,00	0,15	0,05	6,32	8,49	3,92	0,16	35,26	0,51	0,00	0,00	349	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	58	3,90	0,56	21,73	130,96	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	11,89	43,43	17,06	1,03	74,11	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	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	ПП	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	9,63	41,11	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	4,64	7,42	3,96	0,74	25,10	0,00	0,00	0,00	376	2011
ИМУНЕЛЕ С ВИТАМИНАМИ Д3, В6 + ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7% м 100г.	100	2,50	2,50	11,50	79,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011
Итого за прием пищи:	668	23,68	20,92	102,13	727,56	0,54	0,07	0,03	0,15	1,55	36,52	133,07	34,30	2,94	236,96	4,07	0,01	0,06		
Всего за день:		23,68	20,92	102,13	727,56	0,54	0,07	0,03	0,15	1,55	36,52	133,07	34,30	2,94	236,96	4,07	0,01	0,06		

9 день

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	I, мкг			Se, мг	F, мг
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	6,07	10,02	35,60	197,24	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	173	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	70/25	13,69	11,82	24,44	261,80	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	239	2016
БАТОН ОСОБЫЙ	27	2,19	0,24	8,18	65,34	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	ПП	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,21	11,95	67,30	0,30	0,01	0,06	0,01	0,00	55,64	43,42	9,56	0,78	98,10	4,50	0,00	0,00	378	2011
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	0,03	0,03	0,01	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	0,00	0,15	341	2011
Итого за прием пищи:	572	24,35	23,49	87,67	629,68	38,30	0,07	0,09	0,02	0,00	90,64	60,42	20,56	0,88	253,10	4,50	0,00	0,15		
Всего за День:		24,35	23,49	87,67	629,68	38,30	0,07	0,09	0,02	0,00	90,64	60,42	20,56	0,88	253,10	4,50	0,00	0,15		

10 день

Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. вл, 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		
Завтрак																				
РИС С ГОРОШКОМ, КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ	150	3,67	4,08	29,62	187,39	0,81	0,04	0,03	0,23	0,07	12,21	75,20	26,74	0,61	81,55	1,16	0,01	0,03	356	2016
НАГЕТСЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	8,24	8,02	2,51	208,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,62	84,28	10,70	1,16	117,16	4,07	0,01	0,06	269	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,04	0,29	11,35	68,39	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,21	22,68	8,91	0,54	38,70	0,00	0,00	0,00	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	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	ПП	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	9,83	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	7,16	8,81	4,72	0,80	36,51	0,00	0,00	0,00	377	2011
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,73	56,24	11,97	0,04	0,02	0,01	0,00	19,14	13,16	9,57	2,63	332,63	2,39	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	610	16,72	13,18	75,54	628,78	13,94	0,12	0,07	0,24	0,07	60,34	204,13	60,64	5,74	606,55	7,62	0,02	0,10		
Всего за день:		16,72	13,18	75,54	628,78	13,94	0,12	0,07	0,24	0,07	60,34	204,13	60,64	5,74	606,55	7,62	0,02	0,10		

ООО "ВКУСНОДЕЙ"

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	I, мкг	Se, мг	F, мг	
Итого за весь период	202,98	202,99	833,72	6 389,94	258,20	2,03	2,50	836,22	30,11	1 367,85	1 919,95	542,50	37,75	4 595,48	74,28	33,07	4,03	
Среднее значение за период	20,30	20,30	83,37	638,99	25,82	0,20	0,25	83,62	3,01	136,79	192,00	54,25	3,78	459,55	7,43	3,31	0,40	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период, в % от калорийности	12,7	28,6	58,7															

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак
Затрак с 1-4 класс	608

Основание:

1) СанПин 2.3/2.4.3590-20 постановление от 27.10.2020 №32 срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.

Утверждённые руководителем ФСН в сфере защиты потребителем и благополучия человека Г.Г. Онищенко

2) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: ДеЛиплюс 2017 – 544с

3) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: ДеЛиплюс 2016 – 640с

4) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост. А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко. - М.: "ИКТЦ" ЛАДА", К.: Издат.Арий 2006; 660с

- 5) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для п.о.п. при общеобразовательных школах. "Хлебпродинформ" М 2004
- 6) Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. И.М. Скурихин, В.А. Тутельян, ДеЛипринт М.
- 7) МР 2.4.0179-20
- 8) Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.12.20-001-73392522-2024 Полуфабрикаты из мяса птицы кусковые и мелкокусковые, бескостные, замороженные. Технические условия
- 9) Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 "Полуфабрикаты из мяса замороженные. Технические условия"
- 10) Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-007-73392522-2024 "Полуфабрикаты из мяса птицы замороженные. Технические условия"
- 11) Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях. Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.
- 12) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. Под редакцией члена - корреспондента Российской академии наук В.Р. Кучмы. Москва 2016

Меню составил: Технолог Шиван Т.Н.



Меню согласовано специалистом-диетологом: Тихоновой Ю.А.

