

23 ОКТ 2024

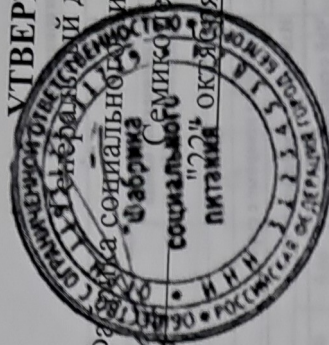
СОГЛАСОВАНО:

Директор

С.В. Булановская
С.В. Киселева

23.10.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "Фабрика Социально-образовательного питания 1"
"Фабрика Социально-образовательного питания" Д.С.
"22" Октября 2024 г.



**Примерное перспективное меню
для муниципальных бюджетных дошкольных учреждений
в период осенних каникул
Шебекинского городского округа
га для возраста с 3 до 7 лет**

Table with columns for months (Январь, Февраль, Март, Апрель, Май, Июнь, Июль, Август, Сентябрь, Октябрь, Ноябрь, Декабрь) and rows for various food items and their quantities. The table is partially obscured by the text and stamps.

2024-2025 г.

День: первый
Неделя: первая
Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
ТТК 1.10.	Макаронны отварные с сыром	150	8,03	7,04	28,65	209,99	34,80	0,06	0,45	0,78	129,08	10,95	102,60	0,77
	Изделия кондитерские****	50	2,79	3,80	5,40	66,96	30,00	0,02	155,00	0,09	22,00	5,60	36,50	0,21
ТТК 8.2	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	15,04	61,24	0,04	0,00	0,04	0,00	4,80	3,82	7,18	0,76
	Итого	400	11,00	10,88	49,09	338,19	64,84	0,08	155,49	0,87	155,88	20,37	146,28	1,74
			Второй завтрак											
	Фрукт***	100	0,40	0,40	8,90	40,80	3,00	0,02	4,00	0,20	14,08	7,83	9,57	1,91
	Итого	100	0,40	0,40	8,90	40,80	3,00	0,02	4,00	0,20	14,08	7,83	9,57	1,91
			Обед											
ТТК 4.7	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	50	0,91	2,26	5,01	43,96	75,71	0,02	8,98	0,31	22,33	8,91	16,29	0,30
ТТК 5.5	Суп картофельный с горохом	180	3,65	3,60	12,83	98,35	89,78	0,13	0,70	0,49	22,39	24,19	66,89	1,24
ТТК 6.20	Плов	150	12,96	20,10	25,55	334,94	97,80	0,36	0,52	1,02	7,11	20,59	182,05	18,00
ТТК 8.10	Компот из фруктов и ягод с/м	200	0,18	0,08	16,30	66,64	2,04	0,00	16,00	0,00	6,78	5,40	5,74	0,28
ТТК 3.1	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,02	0,00	0,24	4,00	2,80	13,00	0,22
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	17,82	80,97	0,00	0,12	0,00	0,27	6,90	7,50	31,80	0,93
	Итого	630	20,90	26,53	87,35	671,74	265,33	0,64	26,20	2,32	69,51	69,39	315,77	20,97
			Уплотненный полдник											
ТТК 4.32	Икра морковная	60	0,72	2,71	4,58	45,57	576,72	0,02	1,40	0,49	14,15	17,28	28,23	0,37
ТТК 6.25	Запеканка с мясом	150	10,81	14,47	22,22	262,35	20,81	0,25	0,93	0,71	22,54	34,19	159,62	2,03
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	23,76	107,96	0,00	0,16	0,00	0,36	9,20	10,00	42,40	1,24
ТТК 8.7	Молоко кипяченое	200	5,40	4,40	8,80	96,40	26,40	0,04	1,04	0,00	211,20	24,36	156,60	0,18
	Итого	450	19,17	22,02	59,36	512,28	623,93	0,47	3,37	1,56	257,09	85,83	386,85	3,82
	Итого за 1 день	1580	51,47	59,82	204,70	1563,00	957,10	1,22	189,07	4,95	496,56	183,42	858,47	28,44

День: второй
Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Завтрак														
ТТК 2.5	Омлет натуральный	150	12,50	17,85	3,15	223,23	180,90	0,06	0,30	0,66	107,40	16,50	200,25	2,06
ТТК 4.4	Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,57	3,39	0,00	0,09	2,10	0,03	5,10	4,20	9,00	0,15
ТТК 3.25	Бутерброд с маслом	45	2,71	7,40	18,11	149,88	27,00	0,01	0,00	0,70	8,76	4,55	25,36	0,44
ТТК 8.3	Чай с сахаром и лимоном	200	0,24	0,06	15,22	62,38	0,12	0,00	1,16	0,02	7,28	4,56	8,52	0,80
	Итого	425	15,66	25,34	37,05	438,88	208,02	0,16	3,56	1,41	128,54	29,81	243,13	3,45
Второй завтрак														
ТТК 8.9	Кефир с сахаром	200	5,80	5,00	17,78	140,12	40,00	0,08	1,40	0,00	240,30	28,00	180,00	0,24
	Итого	200	5,80	5,00	17,78	140,12	40,00	0,08	1,40	0,00	240,30	28,00	180,00	0,24
Обед														
ТТК 4.5	Салат из свежкы	50	0,64	2,69	3,65	41,33	0,55	0,01	1,83	0,32	14,85	8,73	17,11	0,56
ТТК 5.9	Суп лапша по домашнему	180/10	7,39	6,70	18,51	163,90	121,73	0,05	1,44	0,75	16,57	12,74	70,75	0,98
ТТК 6.58	Филе с помидорами, запеченое под сыром	70	19,03	8,18	0,87	153,22	33,75	0,05	2,59	0,88	98,53	60,66	164,00	1,09
ТТК 7.1	Пюре картофельное	130	2,54	3,74	16,26	108,89	16,73	0,09	0,10	0,14	30,68	23,13	68,81	0,83
ТТК 8.11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	25,72	104,40	12,00	0,00	0,02	0,00	40,00	1,68	3,44	0,10
ТТК 3.1	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,02	0,00	0,24	4,00	2,80	13,00	0,22
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	17,82	80,97	0,00	0,12	0,00	0,27	6,90	7,50	31,80	0,93
	Итого	690	33,18	21,80	92,68	699,58	184,76	0,33	5,98	2,61	211,53	117,23	368,91	4,70
Удлиненный полдник														
ТТК 2.8	Запеканка творожная с молочным соусом	120/30	23,90	24,71	27,29	53,39	29,00	23,36	23,45	23,39	39,77	25,37	36,47	23,39
	Фрукт***	100	0,40	0,40	8,90	40,80	3,00	0,02	4,00	0,20	14,08	7,83	9,57	1,91
ТТК 8.16	Кисель ягодный	200	0,14	0,06	22,36	90,54	1,54	0,00	12,00	0,00	8,38	4,04	10,32	0,22
	Итого	450	24,44	25,17	58,55	184,73	33,54	23,38	39,45	23,59	62,23	37,24	56,36	25,52
	Итого за 2 день	1765	79,07	77,31	206,06	1463,32	466,33	23,96	50,39	27,61	642,60	212,29	848,40	33,91

День: третий

Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
ТТК 1.5	Каша Дружба с маслом сливочным	150/5	4,39	5,44	24,21	164,05	0,08	0,41	0,14	87,91	25,35	107,81	0,54	
ТТК 3.24	Бутерброд с сыром	45	4,50	6,03	14,82	131,55	0,04	0,03	0,46	84,50	7,25	64,31	0,43	
ТТК 8.12	Какао с молоком	200	3,94	3,06	16,34	108,66	0,02	0,64	0,00	130,56	24,96	111,70	0,66	
	Итого	400	12,83	14,53	55,37	404,26	0,14	1,08	0,60	302,97	57,56	283,82	1,63	
ТТК 8.5	Сок разливной (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80	
	Итого	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80	
			Обед											
ТТК 4.2	Салат из свежих помидоров с луком	50	0,52	2,74	2,17	35,36	0,02	4,09	0,56	7,74	7,74	14,30	0,37	
ТТК 5.7	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180/5	1,29	3,94	7,51	70,62	0,02	5,25	0,48	25,37	16,63	32,98	0,68	
ТТК 6.22	Паста с мясным соусом	150	11,00	15,11	25,70	282,79	0,27	0,90	1,02	11,87	11,40	125,00	1,61	
ТТК 8.10	Компот из фруктов и ягод с/м	200	0,18	0,08	16,30	66,64	0,00	16,00	0,00	6,78	5,40	5,74	0,28	
ТТК 3.1	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,02	0,24	4,00	2,80	13,00	0,22	
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	17,82	80,97	0,00	0,12	0,00	6,90	7,50	31,80	0,93	
	Итого	635	16,19	22,35	79,34	583,26	0,45	26,24	2,57	62,65	51,47	222,81	4,08	
ТТК 4.4	Огурец свежий	50	0,35	0,05	0,95	5,65	0,15	3,50	0,05	8,50	7,00	15,00	0,25	
ТТК 6.31	Биточки с овощами	70	8,68	8,05	6,75	134,16	0,13	5,01	0,48	23,45	20,60	80,53	1,02	
ТТК 3.2	Картофель, тушеный в сметане	130	2,82	3,99	21,57	133,47	0,12	0,79	0,57	17,24	31,81	78,00	1,20	
ТТК 8.19	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	23,76	107,96	0,00	0,16	0,36	9,20	10,00	42,40	1,24	
	Чай с молоком	200	1,54	1,14	2,26	25,50	0,02	0,30	0,00	57,16	9,92	46,32	0,76	
	Итого	490	15,63	13,67	55,29	406,74	0,58	9,61	1,47	115,55	79,33	262,25	4,46	
	Итого за 3 день	1725	45,65	50,75	210,19	1480,86	1,19	40,92	4,83	495,17	196,36	782,88	12,97	

День: четвертый
Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рсч.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Завтрак														
ТТК 1.3.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	150/5	4,41	5,05	23,36	156,57	23,40	0,05	0,39	0,41	84,61	12,90	78,35	0,30
ТТК 3.25	Бутерброд с маслом	45	2,71	7,40	18,11	149,88	27,00	0,01	0,00	0,70	8,76	4,55	25,36	0,44
ТТК 8.2	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	15,04	61,24	0,04	0,00	0,04	0,00	4,80	3,82	7,18	0,76
	Итого	400	7,30	12,49	56,51	367,69	50,44	0,06	0,43	1,11	98,17	21,27	110,89	1,50
Второй завтрак														
	Фрукт***	100	0,40	0,40	8,90	40,80	3,00	0,02	4,00	0,20	14,08	7,83	9,57	1,91
	Итого	100	0,40	0,40	8,90	40,80	3,00	0,02	4,00	0,20	14,08	7,83	9,57	1,91
Обед														
ТТК 4.37	Салат из красной консервированной фасоли	50	1,58	3,83	8,49	74,69	16,36	0,03	3,06	0,75	14,37	8,16	20,00	0,48
ТТК 5.11	Солянка Школьная	180	6,34	8,08	8,30	131,27	8,42	0,13	1,64	0,68	11,70	23,89	79,29	1,01
ТТК 6.13	Фрикадельки мясные с соусом	80	7,63	10,35	5,64	146,19	25,96	0,08	2,00	0,49	14,97	9,29	80,23	0,91
ТТК 7.2	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	6,47	4,07	28,44	176,29	11,18	0,17	0,00	0,48	10,44	95,00	142,55	3,19
ТТК 8.6	Напиток из цитрусовых	200	0,12	0,02	15,40	62,26	0,20	0,00	2,56	0,04	6,08	1,68	3,06	0,12
ТТК 3.1	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,02	0,00	0,24	4,00	2,80	13,00	0,22
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	17,82	80,97	0,00	0,12	0,00	0,27	6,90	7,50	31,80	0,93
	Итого	690	25,34	26,83	93,93	718,55	62,11	0,54	9,25	2,95	68,45	148,31	369,92	6,84
Уплотненный полдник														
ТТК 7.11	Капуста тушеная	150	3,17	5,00	13,58	111,92	41,42	0,05	29,70	0,74	71,36	25,85	51,36	0,99
ТТК 3.13	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,36	62,40	0,02	0,00	0,24	19,38	4,18	66,82	0,87
	Изделия кондитерские****	25	1,40	1,90	2,70	33,48	15,00	0,01	77,50	0,05	11,00	2,80	18,25	0,11
ТТК 3.1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,00	0,04	0,00	0,48	8,00	5,60	26,00	0,44
ТТК 8.11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	25,72	104,40	12,00	0,00	0,02	0,00	40,00	1,68	3,44	0,10
	Итого	455	12,74	11,26	61,92	399,92	130,82	0,12	107,22	1,50	149,74	40,11	165,87	2,51
	Итого за 4 день	1645	45,77	50,98	221,25	1526,95	246,37	0,73	120,90	5,76	330,43	217,52	656,25	12,75

День: пятый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)				Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)					Минеральные вещества, (мг)				
			Б		У			A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe		
			Ж	У	Б	У											
Завтрак																	
ТТК 2.8	Вареники ленивые со стуженым молоком	150/10	26,17	12,30	26,98	323,28	0,06	0,27	0,49	201,94	29,24	164,04	0,82				
ТТК 3.3	Батон пектиновый	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,01	0,00	0,68	7,60	5,20	26,00	0,48				
ТТК 3.4	Повидло	10	0,04	0,00	6,50	26,16	0,00	0,50	0,00	1,40	0,70	0,90	0,13				
	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,24	0,06	15,22	62,38	0,00	1,16	0,02	7,28	4,56	8,52	0,80				
	Итого	410	29,45	13,52	69,26	516,50	0,07	1,93	1,19	218,22	39,70	199,46	2,23				
Второй завтрак																	
	Сок разливной (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,00	4,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80				
	Итого	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,00	4,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80				
Обед																	
ТТК 4.18	Салат из капусты белокачанной с кукурузой	50	0,80	2,35	3,36	37,77	0,01	4,76	0,29	12,45	8,26	17,24	0,23				
ТТК 5.8	Свекольник со сметаной	180/10	1,79	4,44	9,08	83,44	0,04	3,09	0,50	24,84	16,01	42,57	0,84				
ТТК 6.11	Шницель куриный	70	17,42	5,96	5,99	147,28	0,11	0,50	0,83	21,67	56,64	128,60	2,10				
ТТК 7.10	Картофель отварной с маслом сливочным	130	2,44	3,41	18,81	115,67	0,10	0,00	0,17	12,12	25,36	65,14	1,00				
ТТК 8.11	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	25,72	104,40	0,00	0,02	0,00	40,00	1,68	3,44	0,10				
ТТК 3.1	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,02	0,24	4,00	2,80	13,00	0,22				
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	17,82	80,97	0,00	0,12	0,27	6,90	7,50	31,80	0,93				
	Итого	690	26,03	16,65	90,61	616,41	0,40	8,37	2,30	121,98	118,26	301,79	5,41				
Уплотненный полдник																	
ТТК 4.13	Икра свекольная	50	0,74	2,25	4,51	41,23	0,01	2,17	0,32	15,02	9,52	20,06	0,92				
ТТК 6.21	Лашевник с мясом	150	12,81	17,50	23,40	302,34	0,33	0,63	0,93	22,90	11,71	152,70	1,93				
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	11,88	53,98	0,00	0,08	0,18	4,60	5,00	21,20	0,62				
ТТК 8.12	Чай с молоком	200	1,54	1,14	2,26	25,50	0,02	0,30	0,00	57,16	9,92	46,32	0,76				
	Итого	420	16,21	21,11	42,05	423,05	0,44	3,10	1,43	99,68	36,15	240,28	4,23				
	Итого за 5 день	1720	72,68	51,48	222,12	1642,56	0,94	17,39	5,11	453,87	202,11	755,52	14,66				

День: шестой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
ТТК 1.1.	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	150 /5	5,89	6,66	26,31	184,51	23,40	0,12	0,39	0,58	94,96	4,61	154,16	1,12
ТТК 8.12	Бутерброд с сыром	45	2,25	3,02	7,41	65,78	14,55	0,02	0,02	0,23	42,25	3,63	32,16	0,22
	Какао с молоком	200	3,94	3,06	16,34	108,66	16,28	0,02	0,64	0,00	130,56	24,96	111,70	0,66
	Итого	400	12,08	12,73	50,06	358,95	54,23	0,16	1,05	0,81	267,77	33,19	298,02	2,00
			Второй завтрак											
	Фрукт***	100	0,40	0,40	8,90	40,80	3,00	0,02	4,00	0,20	14,08	7,83	9,57	1,91
	Итого	100	0,40	0,40	8,90	40,80	3,00	0,02	4,00	0,20	14,08	7,83	9,57	1,91
ТТК 4.3	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,44	2,72	1,63	32,69	19,15	0,02	3,87	0,48	7,57	7,36	13,76	0,32
ТТК 5.12	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,96	1,91	13,64	79,60	90,97	0,05	0,81	0,38	11,00	15,53	40,32	0,63
ТТК 6.16	Котлеты Нежные	70	9,70	10,78	9,96	175,64	11,37	0,15	0,19	0,67	7,53	7,22	95,97	1,05
ТТК 7.2	Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	130	3,03	2,90	30,67	160,88	10,53	0,03	0,00	0,22	4,03	19,80	60,32	0,39
ТТК 8.10	Компот из фруктов и ягод с/м	200	0,18	0,08	16,30	66,64	2,04	0,00	16,00	0,00	6,78	5,40	5,74	0,28
ТТК 3.1	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,02	0,00	0,24	4,00	2,80	13,00	0,22
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	17,82	80,97	0,00	0,12	0,00	0,27	6,90	7,50	31,80	0,93
	Итого	680	18,51	18,87	99,86	643,29	134,06	0,40	20,86	2,25	47,80	65,61	260,91	3,82
			Уплотненный полдник											
ТТК 4.22	Салат из свежих огурцов с луком	50	0,39	2,70	1,35	31,25	0,00	0,02	3,10	0,34	8,95	6,50	16,00	0,25
ТТК 6.24	Гуляш	70	5,98	12,63	2,72	148,47	1,80	0,18	0,37	0,50	2,69	2,59	75,91	0,84
ТТК 7.2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	130	5,51	3,97	30,72	180,61	11,44	0,17	0,00	0,20	12,87	37,18	103,74	1,20
ТТК 3.2	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	11,88	53,98	0,00	0,08	0,00	0,18	4,60	5,00	21,20	0,62
ТТК 8.7	Молоко кипяченое	200	5,40	4,40	8,80	96,40	26,40	0,04	1,04	0,00	211,20	24,36	156,60	0,18
	Итого	470	18,40	23,92	55,47	510,71	39,64	0,48	4,51	1,21	240,31	75,63	373,45	3,09
	Итого за 6 день	1650	49,38	55,92	214,29	1553,74	230,93	1,06	30,42	4,46	569,96	182,26	941,94	10,81

Сводная таблица о потреблении пищевых веществ и энергии обучающихся образовательных учреждений за 6 дней

День недели	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность на 6 дней, (ккал)	Витамины, (мг)						Минеральные вещества, (мг)					
	Б	Ж	У		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Ca	P	Mg	Fe
1	51,47	59,82	204,70	1563,00	957,10	1,22	189,07	4,95	496,56	183,42	858,47	28,44				
2	79,07	77,31	206,06	1463,32	466,33	23,96	50,39	27,61	642,60	212,29	848,40	33,91				
3	45,65	50,75	210,19	1480,86	531,61	1,19	40,92	4,83	495,17	196,36	782,88	12,97				
4	45,77	50,98	221,25	1526,95	246,37	0,73	120,90	5,76	330,43	217,52	656,25	12,75				
5	72,68	51,48	222,12	1642,56	398,15	0,94	17,39	5,11	453,87	202,11	755,52	14,66				
6	49,38	55,92	214,29	1553,74	230,93	1,06	30,42	4,46	569,96	182,26	941,94	10,81				
Всего за 6 дней	344,03	346,25	1278,61	9230,43	2830,49	29,09	449,09	52,73	2988,59	1193,94	4843,46	113,54				
Среднее за день:	57,34	57,71	213,10	1538,40	471,75	4,85	74,85	8,79	498,10	198,99	807,24	18,92				

Среднесуточный набор пищевых продуктов за 6 дней

№п/п	Наименование продуктов	Среднесуточные нормы	Среднесуточная норма (нетто, г) 85 % (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин)	Норма за 6 дней	Получено фактически	Недостаток, г	Избыток, г
1	Хлеб ржано-пшеничный	50	42,5	255	240	15	-
2	Хлеб пшеничный	80	68	408	480	-	-
3	Мука пшеничная	29	24,65	147,9	290	-	-
4	Крупы, бобовые	43	36,55	219,3	234	-	14,7
5	Макаронные изделия	12	10,2	61,2	75	-	13,8
6	Картофель	140	119	714	687	27	-
7	Овощи свежие, зелень	220	187	1122	1002	120	-
8	Фрукты (плоды) свежие	100	85	510	500	-	-
9	Фрукты (плоды) сухие, шиповник, кисель	11	9,35	56,1	56,1	-	-
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные	150	127,5	765	600	165	-
11	Мясо жилованное I кат. (нетто)	55	46,75	280,5	300	27	-
12	Цыпленок I кат. (нетто)	24	20,4	122,4	190	-	67,6
15	Молоко, молочная и кисломолочная продукция	450	382,5	2295	2100	195	-
16	Творог 5%-9%	40	34	204	210	-	6
17	Сыр	6	5,1	30,6	45	-	14,4
18	Сметана	11	9,35	56,1	66	-	-
19	Масло сливочное	21	17,85	107,1	100	7,1	-
20	Масло растительное	11	9,35	56,1	66	-	-
21	Яйцо	1	0,85	5,1	6	-	-
22	Сахар	30	25,5	153	153	-	-
23	Кондитерские изделия	20	17	102	120	-	-
24	Крахмал	3	2,55	15,3	18	-	-
25	Какао-порошок	0,6	0,51	3,06	3,6	-	-
26	Чай	0,6	0,51	3,06	3,6	-	-
27	Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,425	2,55	5	-	-
28	Соль	5	4,25	25,5	30	-	-

Библиография

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А. И. Здобнов, В. А. Цыганенко, М. И. Пересичный. – К. : Арий, М.: Лада, 2008. – 688 с.
 2. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 289 с.
 3. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 192 с.
 4. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.
 5. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 640 с.
 6. Справочник «Химический состав российских пищевых продуктов»/ Под ред. И. М. Скурихина, В. А. Тутельяна. – М. : ДеЛи принт, 2002. – 236 с.
 7. МР 2.4.0260-21 от 04.10.2021. " Гигиена детей и подростков Рекомендации по проведению оценки соответствия меню обязательным требованиям" приложение № 1, Таблица 1.1., 1.2.
- Примечание- * замена блюда в осенне-зимний период
использовать только после термической обработки.
- Примечание- ** замена блюда после 1 марта 2025г.
- Примечание- *** могут быть использованы фрукты: яблоки, бананы, апельсины, мандарины, груши.
- Примечание- **** могут быть использованы изделия кондитерские: вафли, пряники, печенье, мармелад, зефир, лепешка диетическая, корж молочный.