СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МБОУ Гимназия № 91

"02" сентября 2025 года

**УТВЕРЖДАЮ** ДИРЕКТОР **ДОО** "АКВАРИУМ" КОВАЛЕВ Ю.В " 02 **"** сентября 2025 года

Основное (организованное) 2-х недельное меню для организации горячего питания обучающихся в общеобразовательных организациях г. Железногорска

	Возрастная категория:		ет		I	
	гозрастиим категория:	/ - 11 ]]	T	L		
№ рец.	Наименование блюда	Bec	Пищев	вые вещ	ества, г	Энергетич Ценность
	панионование отода	блюда	Б	ж	У	ккал
1	2	3	4	5	6	7
1000		ДЕНЬ	\$1500/ES			
		3ABTPA	K			
54-6к	каша вякая молочная пшенная	200/5	8,40	11,50	38,80	292,10
Пром.	хлеб писеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
384	бутерброт пикантный (горячий)	60	4,73	8,28	12,90	145,02
299	чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	60,16
night se	итого	500	14,51	19,96	73,64	532,02
		ОБЕД		17,70	75,04	332,02
Пром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
319	суп картофельный с бобовыми	200	5,85	4,05	14,08	116,13
727	мясо тушенное	90	12,16	10,48	2,00	150,64
561	рожки отварные	150	5,63	4,17	33,08	192,43
280	компот из плодов или ягод сушен.	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
пром.		30/33				
	итого		27,55	19,46	97,22	673,94
,		полдни	ИК			
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
-	итого		9,60	9,50	50,78	327,00
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		51,66	48,92	221,64	1532,96
	2	ДЕНЬ				
		3ABTPA	_			
619	запеканка из творога со сгущ. мол.	210	25,43	9,73	19,75	268,27
379	бутерброд с маслом	60	1,27	11,30	7,70	137,50
Пром.	хлеб пиценичный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
294	чай с лимоном	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62
	итого	510	28,15	21,22	49,66	502,13
-		ОБЕД		0.12	2.0	24.12
Пром.	овощи или закуска овощная	200/10	1,86	0,12	3,9	24,12
274	борщ с капустой и картоф.	200/10	2,88	5,07	9,08	93,41
111/494	фрикасе или птица запеченная	150	20,16	19,89	0,10	260,04
225	рис припущенный	200	3,72	5,44 0,09	37,77	215,06
1234 Пром.	напиток витаминизированный хлеб пшеничный, заварной	50/33	0,24	0,64	23,48	95,71 98,64
HDOM.		30/33	1,72 30,58	31,25	95,83	786,98
11/201111	итого	ПОЛДНІ		31,43	73,03	/00,90
		полдп	71A			
	hunnung unu pand und a gagan		2 80	1 50	10 22	1 210 00
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
	булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого		3,80 5,80 <b>9,60</b>	4,50 5,00 <b>9,50</b>	9,95 50,78	108,00 327,00

1.00

		3ABTPA	K			
54-1г	макароны отварные с сыром	205/30	4,07	6,39	25,49	175,76
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
379	бутерброд с маслом	60	1,27	11,3	7,7	137,5
269	какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
	итого	530	10,49	21,80	66,04	501,92
	3.4	ОБЕД				
Пром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
306	рассольник ленинградский	200/10	3,36	4,58	12,86	106,14
54-8м	тефтели из говядины	90	11,20	8,00	6,27	141,46
241	картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,45
282	компот из свежплодов или ягод	200	0,16	0,00	14,99	60,64
Пром.	хлеб пиеничный, рэсаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
	итого		21,49	19,40	82,81	591,45
1		полдн	ик	-		
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	итого		9,60	9,50	50,78	327,00
16	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		41,58	50,70	199,63	1420,37
		ДЕНЬ	F (84) 150	4	St. St.	
		3ABTPA	· ·			
327	оладьи с маслом, джемом, сахаром	200/25	9,35	8,63	81,39	440,63
376	бутерброд с сыром	25/15	_	_	9,63	
		20/15	1,58 1,38	14,13	6,90	171,86
Пром.	хлеб писеничный, рэканой			0,18		34,74
299	чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	60,16
7	итого	500	12,31	22,94	112,96	707,39
-	411	ОБЕД		0.12	2.0	24.12
Пром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
337	суп с крупой (шахтерский)	200	4,38	8,02	14,24	146,64
209	котлета из курицы	90	14,50	3,60	9,40	128,30
239	картофель отварной	150	3,13	7,03	27,21	182,46
280	компот из плодов или ягод сушеных	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Пром.	хлеб пигеничный, рэканой	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
	итого	BO B BU	25,92	19,41	98,91	672,14
		полдн		1.50	40.02	210.00
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
Пром.	фрукт (яблоко, апельсин, банан)	300	0,75	0,08	8,24	36,67
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	итого		10,35	9,58	59,02	363,67
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		48,58	51,93	270,89	1743,20
10,75	5	ДЕНЬ		4-17-54	STEEL STATE	
	,	3ABTPA	T			
54-9к	каша вязк мол-овсян или манн	210/5	8,30	12,60	36,80	294,20
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
382	бутерброд с джем или повид или сгущ	60	1,27	4,00	20,60	123,60
294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
7	нтого	510	11,02	16,79	79,61	514,16
1,		ОБЕД	'			
Пром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
+3	свекольник	200	1,54	5,07	8,04	83,33
193	плов	180	11,62	9,90	30,00	256,42
ΓΠ	сок фруктовый	200	0,5		10,6	44,4

Пром. А	булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого	<b>ПОЛДН</b> 50 200	3,80	4,50	40,83	219,00
Пром. А	молоко или кислом. пр. или чай итого			4,50	40,83	219 00
IIром. С	итого	200				,00
Пром. С			5,80	5,00	9,95	108,00
Пром. С			9,60	9,50	50,78	327,00
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		37,86	42,02	204,43	1348,07
	6	ДЕНЬ		343		TO STATE
		3ABTPA	I <i>K</i>			
1.3 2020	овощи свежс. или сол. или конс.	60	1,86	0,12	3,9	24,12
4-3p-2020 K	котлета рыбная	90	15,90	3,14	8,29	123,87
241 K	картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,45
Пром. д	хлеб пшеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
286 K	кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
11, P	итого	535	25,12	12,69	62,09	461,87
11;	4.73°	ОБЕД				,
Пром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
72 C	суп₁с рыбными консервами	200	4,96	6,23	15,96	138,36
192 n	печень говяжья по-строгановски	110	23,32	28,95	4,70	370,15
219 K	каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,00	263,81
283 K	компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Пром. 9	фрукт (яблоко,апельсин,банан)	350	0,75	0,08	8,24	36,67
Пром. х	хлеб пшеничный, ржаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
ı	итого		41,90	41,45	127,19	1045,54
		ПОЛДН	ИК			
Пром. в	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
Пром. л	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
ı	итого		9,60	9,50	50,78	327,00
1	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		76,62	63,64	240,06	1834,4
	7	ДЕНЬ				
	_	3ABTPA	ı <i>K</i>			
102 K	каша молочная "дружсба"	200/5	6,55	8,33	35,09	241,11
.139	яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Пром. г	печенье или пряник или вафли	60	2,85	3,38	30,62	164,25
Пром. д	хлеб пшеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
299 4	чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	60,16
1	WTOFO	540	15,86	16,49	87,93	563,06
the s	итого	ОБЕД		10,49	07,73	303,00
-	овойџи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
	суп картоф с мясными фрикад.	200	4,27	3,29	15,07	106,98
	котлета "Домашняя"	90	14,10	11,90	11,40	209,00
	рожки отварные	150	5,63	4,17	33,08	192,43
	компот из плодов или ягод сушеных	200	0,33	0,00	22,66	91,98
	хлеб пшеничный, ржаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
	•	20/33				
1	итого		27,91	20,12	107,61	723,15
	•	полдн	ИК			
Пром. в	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	1 succession				50,78	277 00
	итого ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		9,60	9,50 46,11	246,32	327,00 1613,2

		<b>3ABTP</b> A	K			
54-1e	макароны отварные с сыром	205/30	4,07	6,39	25,49	175,76
382	бутерброт с джем или пов или сгуи	60	1,50	4,50	22,00	132,70
Тром.	хлеб пшеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
294	чай с лимоном	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62
	итого	535	7,02	11,08	69,70	404,82
		ОБЕД				
Тром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
275	борщ	200	2,96	5,12	14,43	103,68
208	кнели, или котлета из птицы	90	13,69	15,54	6,33	219,98
241	картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,45
1232	напиток витаминизированный	200	0,24	0,09	23,48	95,71
Іром.	хлеб пшеничный, ржаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
5	итого		23,66	27,57	92,93	702,58
-		ПОЛДНІ				
Тром.	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
<del>1</del> 7ром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	итого	200	9,60	9,50	50,78	327,00
			7,00	7,50	50,70	527,00
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		40,28	48,15	213,41	1434,4
1000		ДЕНЬ	10,20	10,10	213,71	7131,11
Se. Fa	9	день ЗАВТРА	V	0.000		
114	Walls Bussess versum as			6.62	22.61	210.12
114 384	каша рисовая молочная	210/5	5,12	6,62	32,61	210,13
286	бутерброд пикантный (горячий)	60	4,73	8,28	12,9	145,02
	кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Тром.	хлеб пшеничный, рэканой	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
	итого	510	14,02	18,27	72,12	508,58
7	192	ОБЕД	1.06	0.12	2.0	24.12
Іром.	овощи или закуска овощная	200	1,86	0,12	3,9	24,12
321	суп картф. с макароными издел.	200 90	4,70	5,52	15,18	129,18
768	гуляш из говядины		10,15	12,22	2,68	161,32
219	каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,00	263,81
282	компот из св.плодов или ягод	200	0,16	0,00	14,99	60,64
Іром.	хлеб пшеничный, ржаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
G 1	итого	полян	27,32	23,93	103,25	737,71
ri .	<i></i>	<b>ПОЛДНІ</b>		150	40.92	210.00
Тром. Э	булочка или конд. изд. в ассор.		3,80	4,50	40,83 9,95	219,00
Іром.	молоко или кислом. пр. или чай итого	200	5,80 <b>9,60</b>	5,00 <b>9,50</b>	50,78	108,00 <b>327,00</b>
			_			
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	TITLIT	50,94	51,70	226,15	1573,2
	10	ДЕНЬ				
	-	3ABTPA				
327	оладьи с маслом, джемом, сахаром	200/25	9,35	8,63	81,39	440,63
376	бутерброд с сыром	25/15	1,58	14,13	9,63	171,86
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
299	чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	60,16
	итого	500	12,31	22,94	112,96	707,39
· ·		ОБЕД				
7ром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
158	солянка	200	4,09	5,24	10,66	106,19
23	плов	180	20,16	19,89	0,10	260,04
280	компот из плодов или ягод суш.	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,6

	ИТОГО		28,16	25,89	58,82	580,97
-		MOGRA	CALL.			
Π	6 yrawa yray yaya yaya a sasasa	ПОЛДНІ		4.50	10.02	210.00
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	ИТОГО	+	9,60	9,50	50,78	327,00
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		50,07	58,33	222,56	1615,36
	1	1 ДЕНЬ				
		3ABTPA	K			
123/50	макаронник с мясом или омлет	200/35	13,20	11,70	30,20	278,00
379	бутерброд с маслом	60	1,27	11,30	7,70	137,50
-294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	20/15	1,38	0,18	6,90	34,74
-		530				
. 1	итого		15,92	23,19	60,11	511,86
	- A.	ОБЕД				
Пром.	овощи или закуска овощная	60	1,86	0,12	3,9	24,12
328	суп с клецками	200	2,93	4,46	6,79	79,04
54-9м	жаркое по-домашнему	180	20,40	15,80	20,51	306,11
ΓΠ	сок фруктовый	200	0,5		10,6	44,4
Пром.	хлеб писеничный, ржаной	50/33	1,72	0,64	21,50	98,64
	итого		27,41	21,02	63,30	552,31
		ПОЛДНІ				
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	50	3,80	4,50	40,83	219,00
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
**	итого		9,60	9,50	50,78	327,00
	The state of the s		F2 02	53,71	174,19	1201 1
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		52,93	55,/1	1/4,19	1391,17
		2 ДЕНЬ	SAN HELES	33,/1	1/4,19	1391,1
617		3ABTPA	K	200533		Care Sa
617	1 пудинг творожный со сгущ.мол.	<b>3ABTP</b> A 235	<b>K</b> 20,32	7,61	25,93	253,51
617 Пром.	1 пудинг творожный со сгущ.мол. хлеб пшеничный, ржаной	3ABTPA 235 20/15	<b>K</b> 20,32 1,38	7,61 0,18	25,93 6,90	253,51 34,74
617 Пром. 379	1 пудинг творожный со сгущ.мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом	3ABTPA 235 20/15 20/10	<i>K</i> 20,32 1,38 1,27	7,61 0,18 11,3	25,93 6,90 7,7	253,51 34,74 137,5
617 Пром.	1 пудинг творожный со сгуц.мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком	3ABTPA 235 20/15 20/10 200	<i>K</i> 20,32 1,38 1,27 2,79	7,61 0,18 11,3 3,19	25,93 6,90 7,7 19,71	253,51 34,74 137,5 118,69
617 Пром. 379 286	1 пудинг творожный со сгущ.мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76	7,61 0,18 11,3	25,93 6,90 7,7	253,51 34,74 137,5 118,69
617 Пром. 379 286	1 пудинг творожный со сгущ мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого	3AВТРА 235 20/15 20/10 200 500	<i>K</i> 20,32  1,38  1,27  2,79  25,76	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28	25,93 6,90 7,7 19,71 <b>60,24</b>	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44
617 Пром. 379 286	1 пудинг творожный со сгущ мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого овощи или закуска овощная	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500 ОБЕД	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28	25,93 6,90 7,7 19,71 <b>60,24</b>	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44
617 Пром. 379 286	1 пудинг творожный со сгущ мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого овощи или закуска овощная суп из овощей	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500 0EE/A 60 200	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24	253,51 34,74 137,5 118,69 <b>544,44</b> 24,12 85,56
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172	пудинг творожный со сгуц.мол.  хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого  овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ.	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500 06E/1 60 200 140/70	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24	25,93 6,90 7,7 19,71 <b>60,24</b> 3,9 8,29 10,50	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241	1 пудинг творожный со сгущ мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре	3AВТРА 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29	253,51 34,74 137,5 118,69 <b>544,44</b> 24,12 85,56 224,40 160,45
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283	1 пудинг творожный со сгущ мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре компот из смеси сухофруктов	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500 0BE/I 60 200 140/70 150 200	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00	25,93 6,90 7,7 19,71 <b>60,24</b> 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172	1 пудинг творожный со сгущ мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре	3AВТРА 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29	253,51 34,74 137,5 118,69 <b>544,44</b> 24,12 85,56 224,40 160,45
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283	1 пудинг творожный со сгущ мол. хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре компот из смеси сухофруктов	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500  0BE/J 60 200 140/70 150 200 50/33	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56 1,72	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00	25,93 6,90 7,7 19,71 <b>60,24</b> 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79 98,64
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283 Пром.	пудинг творожный со сгущ мол.  хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого  овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный, ржаной  итого	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150 200 50/33	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56 1,72 30,61	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00 0,64 22,56	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89 21,50	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79 98,64 706,96
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283 Пром.	пудинг творожный со сгущ мол.  хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого  овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ картофельное пюре компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный, ржаной  итого  булочка или конд. изд. в ассор.	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150 200 50/33	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56 1,72 30,61 WK	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00 0,64 22,56	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89 21,50 95,37	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79 98,64 706,96
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283 Пром.	пудинг творожный со сгущ мол.  хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого  овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный, ржаной  итого  булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150 200 50/33	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56 1,72 30,61 WK 3,80 5,80	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00 0,64 22,56 4,50 5,00	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89 21,50 95,37	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79 98,64 706,96
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283 Пром.	пудинг творожный со сгущ мол.  хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого  овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный, ржаной  итого  булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150 200 50/33	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56 1,72 30,61 WK 3,80 5,80 9,60	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00 0,64 22,56 4,50 5,00 9,50	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89 21,50 95,37 40,83 9,95 50,78	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79 98,64 706,96 219,00 108,00 327,00
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283 Пром.	пудинг творожный со сгущ мол.  хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого  овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ картофельное пюре компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный, ржаной  итого  булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого  ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150 200 50/33	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56 1,72 30,61 WK 3,80 5,80 9,60 65,97	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00 0,64 22,56 4,50 5,00 9,50 54,34	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89 21,50 95,37 40,83 9,95 50,78 206,39	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79 98,64 706,96 219,00 108,00 327,00 1578,4
617 Пром. 379 286 Пром. 135 172 241 283 Пром.	пудинг творожный со сгущ мол.  хлеб пшеничный, ржаной бутерброд с маслом кофейный напиток с молоком итого  овощи или закуска овощная суп из овощей рыба тушеная в томате с овощ. картофельное пюре компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный, ржаной  итого  булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого	3ABTPA 235 20/15 20/10 200 500  ОБЕД 60 200 140/70 150 200 50/33  ПОЛДНЫ 50 200	20,32 1,38 1,27 2,79 25,76 1,86 2,96 20,32 3,19 0,56 1,72 30,61 WK 3,80 5,80 9,60	7,61 0,18 11,3 3,19 22,28 0,12 4,50 11,24 6,06 0,00 0,64 22,56 4,50 5,00 9,50	25,93 6,90 7,7 19,71 60,24 3,9 8,29 10,50 23,29 27,89 21,50 95,37 40,83 9,95 50,78	253,51 34,74 137,5 118,69 544,44 24,12 85,56 224,40 160,45 113,79 98,64 706,96

потребности	115,11	111,03	108,70	110,53
 соотношение Б:Ж:У, Са:Р	1,00	1,01	4,11	

## Используемая литература:

1. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. ГОУ ВПО "Пермская государственная медецинская академия" им.ак. Е.А. Вагнера Уральский региональный центр питания. Пермь 2008г.

2. Сборник технологических норативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ под редакцией Ф.Л. Марчука ISBN 5-88676-044-X, 1996г.

- 3. Сборник технологических норативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ под редакцией В.Т. Лапшиной .ISBN 5-93109-070-3, издательство "Хлебпродинформ", 2004
- 4. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию общественного питания / Составитель Могильный М.П. М.: ДеЛи плюс, 2011.-1008 с.ISBN 978-5-905170-02-7
- 5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания./Сост.Ковалев Ю.С. -4-е изд., испр и доп М. Дело и Сервис, 2013. -
- 6. 2.4. Гигиена детей и подростков. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4-х классов общеобразовательных организаций. Школьное питание здоровое питание. Москва 2020
- 5. Химический состав российских пищевых продуктов питания. Под ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна. Изд. "ДеЛи принт" Москва 2002г.
- 6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

	Возрастная категория:	12 лет:	и стари	ие		
№ рец.	Наименование блюда	Вес блюд	Пищ	евые вещ	ества, г	Энергетич Ценность,
		a	Б	Ж	У	ккал
1	2	3	4	5	6	7
		1 ДЕНЬ		No.		PARTIES.
		3AB7				
54-6к	каша вякая молочная пшенная	230/10	10,50	14,38	48,50	365,13
384	бутерброд пикантный (горячий)	60	4,73	8,28	12,90	145,02
Пром.	хлеб пиченичный, рэканой	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
299	чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	60,16
	итого	550	16,82	22,87	84,38	610,26
è.		ОБ				
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
319	суп картофельный с бобовыми	250	7,32	5,06	17,60	145,16
727	мясо тушенное	100	15,20	13,10	2,50	188,30
561	роэкки отварные	200	7,51	5,56	44,11	256,57
280	компот из плодов или ягод сушен.	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Пром.	хлеб пшеничный, рэканой	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
	итого		36,83	24,36	120,28	847,29
		ПОЛД	<i>ДНИК</i>			
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
	итого		11,50	11,75	71,20	436,50
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		65,15	58,98	275,86	1894,05
		2 ДЕНЬ				
		3AB7	ГРАК			
619	запеканка из творога со сгущ. мол.	250	33,91	12,97	26,33	359,69
379	бутерброд с маслом	60	1,27	11,30	7,70	137,50
Пром.	хлеб пшеничный, рэканой	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
ř.	итого	560	36,84	24,49	57,28	598,76
-	1		EA	0.2	(5	10.2
Пром.	овощи или закуска овощная	100 250/10	3,1 3,60	0,2 6,34	6,5 11,35	40,2 116,76
274	борщ с капустой и картофелем фрикасе или птица запеченная	100	21,77	21,05	0,11	280,83
11/494	рис припущенный	200	4,96	7,26	50,36	286,74
1234	напиток яблочный(витам)	200	0,24	0,09	23,48	95,71
Пром.	хлеб пшеничный, заварной	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
пром.	итого	75/52	37,04	35,38	118,71	945,32
		ПОЛД	<i>ТНИК</i>	,.	,	
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	итого		11,50	11,75	71,20	436,50
1	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		85,38	71,62	247,19	1980,58
7						
r i		3 ДЕНІ	)			
			TPAK			

379	бутерброд с маслом	30/15	1,69	15,06	10,26	183,39
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
269	какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
-	итого	550	12,05	26,20	72,15	567,26
ν'	***	ОБ	ЕД			
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
306	рассольник ленинградский	250/10	4,20	5,73	16,08	132,68
54-8м	тефтели из говядины	100	14,00	10,00	7,00	176,83
241	картофельное пюре	200	4,25	8,08	31,05	213,93
282	компот из св. плодов или ягод	200	0,16	0,00	14,99	60,64
Пром.	хлеб пшеничный, рэканой	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
	итого		29,08	24,45	102,53	749,36
		ПОЛД	<i>(НИК</i>			
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	итого		11,50	11,75	71,20	436,50
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		52,63	62,40	245,88	1753,12
	4	ДЕНЬ				
	-	3AB7	<b>PAK</b>			
327	оладьи с маслом. Ожемом, сахаром	235/25	11,69	10,79	101,74	550,78
376	бутерброд с сыром	25/15	1,58	14,13	9,63	171,86
Пром.	хлеб пигеничный, ржаной	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
299	чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	60,16
	итого	555	14,86	25,13	134,35	822,75
-		ОБ	ЕД			
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
337	суп с крупой	250	5,48	10,03	17,80	183,30
209	котлета из курицы	100	18,13	4,50	11,75	160,38
239	картофель отварной	200	4,17	9,37	36,28	243,28
280	компот из плодов или ягод сушеных	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
	итого		34,58	24,54	121,90	844,22
		ПОЛД	<i>ТНИК</i>			
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	фрукт (яблоко,апельсин,банан)	350	0,75	0,08	8,24	36,67
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
Ti.	нтого		12,25	11,83	79,44	473,17
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		61,69	61,50	335,69	2140,14
	Sales 5	ДЕН				
	5		р ГРАК			
54-9к	каша вяз мол овсян или манн		-	15,75	46,00	367,75
54-9к Пром.		3AB7	ГРАК	15,75 0,21	46,00 7,94	367,75 39,95
	каша вяз мол овсян или манн	3AB7 240/10	<i>TPAK</i> 10,38			
Пром.	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной	3AB7 240/10 30/20	10,38 1,59	0,21	7,94	39,95
Пром. 382	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной бутерброт с джемом или пов.	3AB7 240/10 30/20 30/20	10,38 1,59 1,81	0,21 5,71	7,94 29,43	176,57
Пром. 382	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной бутерброт с джемом или пов. чай с лимоном	3AB7 240/10 30/20 30/20 200 550	10,38 1,59 1,81 0,07	0,21 5,71 0,01	7,94 29,43 15,31	39,95 176,57 61,62
Пром. 382	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной бутерброт с джемом или пов. чай с лимоном	3AB7 240/10 30/20 30/20 200 550	10,38 1,59 1,81 0,07 13,85	0,21 5,71 0,01	7,94 29,43 15,31	39,95 176,57 61,62 <b>645,89</b>
Пром. 382 294	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной бутерброт с джемом или пов. чай с лимоном итого	3AB7 240/10 30/20 30/20 200 550	ТРАК 10,38 1,59 1,81 0,07 13,85	0,21 5,71 0,01 21,68	7,94 29,43 15,31 98,68	39,95 176,57 61,62 <b>645,89</b>
Пром. 382 294 Пром.	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной бутерброт с джемом или пов. чай с лимоном итого	3AB7 240/10 30/20 30/20 200 550 OB	ТРАК 10,38 1,59 1,81 0,07 13,85 БЕД 3,1	0,21 5,71 0,01 21,68	7,94 29,43 15,31 98,68	39,95 176,57 61,62 <b>645,89</b>
Пром. 382 294 Пром.	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной бутерброт с джемом или пов. чай с лимоном итого овощи или закуска овощная свекольник	3AB7 240/10 30/20 30/20 200 550 OB 100 250	10,38 1,59 1,81 0,07 13,85 EEA 3,1 1,93	0,21 5,71 0,01 21,68 0,2 6,32	7,94 29,43 15,31 <b>98,68</b> 6,5 10,05	39,95 176,57 61,62 <b>645,89</b> 40,2 104,16
Пром. 382 294 Пром. 43 193	каша вяз мол овсян или манн хлеб пшеничный, ржаной бутерброт с джемом или пов. чай с лимоном итого овощи или закуска овощная свекольник имов из мяса	3AB7 240/10 30/20 30/20 200 550 OB 100 250 200	ТРАК 10,38 1,59 1,81 0,07 13,85 ТЕД 3,1 1,93 15,50	0,21 5,71 0,01 21,68 0,2 6,32	7,94 29,43 15,31 98,68 6,5 10,05 40,30	39,95 176,57 61,62 <b>645,89</b> 40,2 104,16 341,90

Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
7.	нтого		11,50	11,75	71,20	436,50
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		49,75	53,59	264,24	1738,13
ALC: U	6	ДЕНЕ				2100,120
			PAK	K W	DESCRIPTION OF	R. S. S. S.
Пром.	овощи свеж. или сол. или конс.	100	3,1	0,2	6,5	40,2
4-3p-2020	котлета рыбная	100	17,49	3,45	10,00	149,00
241	картофельное пюре	200	4,25	8,08	31,05	213,93
Пром.	хлеб пиеничный, рэканой	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
286	кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
1,	итого	650	29,22	15,13	75,20	561,77
ē		ОБ				
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
72	суп, с рыбными консервами	250	6,62	8,31	21,28	184,48
192	печень говяжсья по-строгановски	140	29,69	36,85	5,98	471,20
219	каша гречневая рассыпчатая	200	11,64	7,24	60,00	351,75
283	компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Пром.	фрукт (яблоко, апельсин, банан)	350	0,75	0,08	8,24	36,67
Пром.	хлеб пиненичный, рэканой	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
	итого		55,73	53,12	156,80	1323,17
		ПОЛД	тик			
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
11	итого		11,50	11,75	71,20	436,50
-	* **		0 ( ) =		202.20	2221 44
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	TITLI	96,45	80,00	303,20	2321,44
		ДЕНЬ		80,00	303,20	2321,44
				80,00	303,20	2321,44
102				10,41	43,86	301,38
	7	3AB7	PAK			
102 Пром.	7 каша молочная "дружба"	3AB7 230/10	<b>PAK</b> 8,19	10,41	43,86	301,38
Пром.	7 каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли	3AB7 230/10 60	8,19 2,85	10,41 3,38	43,86 30,62	301,38 164,25
Пром. . 139	7 каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные	3AB7 230/10 60 40	8,19 2,85 5,08	10,41 3,38 4,60	43,86 30,62 0,28	301,38 164,25 62,80
<i>Пром.</i> . 139 Пром.	7 каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром	3AB7 230/10 60 40 30/20	5	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16
<i>Пром.</i> . 139 Пром.	7 каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590	7PAK 8,19 2,85 5,08 1,59	10,41 3,38 4,60 0,21	43,86 30,62 0,28 7,94	301,38 164,25 62,80 39,95
Пром. 139 Пром. 299	7 каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590	5 FPAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16
Пром. 139 Пром. 299	7 каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590	5 FPAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54
Пром. 139 Пром. 299 Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 OB	7PAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 EA 3,1	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб писеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад.	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250	7PAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 EA 3,1 5,34	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя"	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250 100	7FAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 E/I 3,1 5,34 17,62	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 <b>97,74</b> 6,5 18,83 14,25	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб писеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250 100 200	7PAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 EAL 3,1 5,34 17,62 7,51	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250 100 200 200	7PAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 ELI 3,1 5,34 17,62 7,51 0,33 3,37	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 05 100 250 100 200 200 95/52	7PAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 E/I 3,1 5,34 17,62 7,51 0,33 3,37 37,27	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250 100 200 95/52	5 FPAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 EДI 3,1 5,34 17,62 7,51 0,33 3,37 37,27 ПИИК	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 -40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 05 100 250 100 200 95/52 HOAL	FPAK  8,19  2,85  5,08  1,59  0,00  17,71  EA  3,1  5,34  17,62  7,51  0,33  3,37  37,27  THUK  5,70	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250 100 200 95/52	5 FPAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 EДI 3,1 5,34 17,62 7,51 0,33 3,37 37,27 ПИИК	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 05 100 250 100 200 95/52 HOAL	FPAK  8,19  2,85  5,08  1,59  0,00  17,71  EA  3,1  5,34  17,62  7,51  0,33  3,37  37,27  THUK  5,70	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81 328,50 108,00 436,50
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром. Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 05 100 250 100 200 95/52 HOAL	FPAK  8,19  2,85  5,08  1,59  0,00  17,71  EA  3,1  5,34  17,62  7,51  0,33  3,37  37,27  IHUK  5,70  5,80	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26 61,25 9,95	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81 328,50 108,00 436,50
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром. Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого  овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого  булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого  ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 05 100 250 100 200 95/52 HOAL	TPAK  8,19  2,85  5,08  1,59  0,00  17,71  EAL  3,1  5,34  17,62  7,51  0,33  3,37  37,27  THUK  5,70  5,80  11,50  66,48	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18 6,75 5,00 11,75	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26 61,25 9,95 71,20	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81 328,50 108,00 436,50
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром. Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого  овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого  булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого  ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250 100 200 95/52 ПОЛД	FPAK 8,19 2,85 5,08 1,59 0,00 17,71 EA 3,1 5,34 17,62 7,51 0,33 3,37 37,27 CHMK 5,70 5,80 11,50 66,48	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18 6,75 5,00 11,75	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26 61,25 9,95 71,20	164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81
Пром. 139 Пром. 299 Пром. 322 54-м 561 280 Пром. Пром.	каша молочная "дружба" печенье или пряник или вафли яйца вареные хлеб пшеничный, ржаной чай с сахаром итого  овощи или закуска овощная суп картоф с мясными фрикад. котлета "Домашняя" рожки отварные компот из плодов или ягод сушеных хлеб пшеничный, ржаной итого  булочка или конд. изд. в ассор. молоко или кислом. пр. или чай итого  ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	3AB7 230/10 60 40 30/20 200 590 06 100 250 100 200 95/52 ПОЛД	TPAK  8,19  2,85  5,08  1,59  0,00  17,71  EAL  3,1  5,34  17,62  7,51  0,33  3,37  37,27  THUK  5,70  5,80  11,50  66,48	10,41 3,38 4,60 0,21 0,00 18,60 0,2 4,11 14,87 5,56 0,00 0,44 25,18 6,75 5,00 11,75	43,86 30,62 0,28 7,94 15,04 97,74 6,5 18,83 14,25 44,11 22,66 26,91 133,26 61,25 9,95 71,20	301,38 164,25 62,80 39,95 60,16 628,54 40,2 133,73 261,25 256,57 91,98 125,08 908,81 328,50 108,00 436,50

382	бутерброт с дэкемом или пов.	30/20	1,81	5,71	29,43	176,57
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
ir.	итого	550	8,47	12,93	80,68	468,14
	2. 7.	ОБ	ЕД		,	
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
275	борщ	250/10	3,70	6,40	18,04	129,60
208	кнели, или зразы из кур	100	17,11	19,43	7,91	274,98
241	картофельное торе	200	4,25	8,08	31,05	213,93
1232	напиток витаминизированный	200	0,24	0,09	23,48	95,71
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
	итого		31,77	34,64	113,89	879,50
es i		ПОЛД			, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	итого		11,50	11,75	71,20	436,50
	- T. W.					
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		51,74	59,32	265,77	1784,14
-16/1-	9	ДЕНЬ	Dise a	POT S		
		3 <i>ABT</i>				
114	каша рисовая молочная	240/10	7,00	8,50	43,00	290,00
384	бутерброд пикантный (горячий)	60	4,73	8,28	12,9	145,02
286	кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
7	итого	560	16,11	20,18	83,55	593,66
· ·	12.5	ОБ				,
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
321	суп картф. с макароными издел.	250	5,88	6,90	18,98	161,48
768	гуляш из говядины	100	12,70	15,27	3,35	201,65
219	каша гречневая рассыпчатая	200	11,64	7,24	60,00	351,75
282	компот из св.плодов или ягод	200	0,16	0,00	14,99	60,64
Пром.	хлеб пшеничный, рэканой	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
	итого		36,85	30,05	130,73	940,80
		ПОЛД	<i>ІНИК</i>			
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
1	итого		11,50	11,75	71,20	436,50
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		64,46	61,98	285,48	1970,96
	10	0 ДЕН	Ь			
-		3AB7	<b>PAK</b>			
327	оладьи с маслом, джемом, сахаром	235/25	11,69	10,79	101,74	550,78
376	бутерброд с сыром	25/15	1,58	14,13	9,63	171,86
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
299	чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	60,16
	нтого	550	14,86	25,13	134,35	822,75
7			ЕД			
17	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
Пром.			5,11	6,55	13,33	132,74
1158	солянка из птицы	250				
	солянка из птицы плов из птицы	200	21,77	21,05	0,11	280,83
158	140	200	21,77 0,33	21,05 0,00	0,11 22,66	91,98
158 23	ทั่วเอย นร ทุฑนนุы	200	21,77	21,05	0,11	

		ПОЛД	<i>ТНИК</i>			
ром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
ром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
	йтого		11,50	11,75	71,20	436,50
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		60,04	65,12	275,06	1930,08
			7.14			
HER		11 ДЕН			BEAL IS	
122/50			TPAK			
123/50	макаронник с мясом или омлет	240/35	15,00	14,00	35,00	312,00
379	бутерброд с маслом	60	1,27	11,30	7,70	137,50
294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
fu -	ИТОГО	585	17,93	25,52	65,95	551.07
	3.0	0 <i>E</i>		23,32	03,93	551,07
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
328	суп с клецками	250	3,66	5,58	8,49	98,80
54-9 <sub>M</sub>	жаркое по-домашнему	200	20,40	15,80	20,51	306,11
ГΠ	сок фруктовый	200	0,5	. 5,00	10,6	44,4
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
прол.	итого	75/32	31,03	22,02	73,01	614,59
	n to to	ПОЛ	тик Дник	22,02	73,01	014,57
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
75	итого	200	11,50	11,75	71,20	436,50
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		60,46	59,29	210,16	1602,16
		12 ДЕН		37,27	210,10	1002,10
	T The state of the	3AB7				
617	пудинг творожный со сгущ мол.	225/30	27,09	10,15	34,57	337,99
379	бутерброд с маслом	30/15	1,69	15,06	10,26	183,39
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	30/20	1,59	0,21	7,94	39,95
286	кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
200	итого	550	33,16	28,61	72,48	680,02
	итого	ОБ		20,01	72,70	000,02
Пром.	овощи или закуска овощная	100	3,1	0,2	6,5	40,2
135	суп из овощей	250	3,70	5,63	10,36	106,95
17.2	рыба тушеная в томате с овощ	180/70	26,41	14,60	13,65	291,72
241	картофельное пюре	200	4,25	8,08	31,05	213,93
283	компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Пром.	хлеб пшеничный, ржаной	95/52	3,37	0,44	26,91	125,08
	итого		41,39	28,95	116,36	891,67
		ПОЛД	дник			
Пром.	булочка или конд. изд. в ассор.	75	5,70	6,75	61,25	328,50
Пром.	молоко или кислом. пр. или чай	200	5,80	5,00	9,95	108,00
14 151 -	итого		11,50	11,75	71,20	436,50
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		86,05	69,31	260,04	2008,19
	ИТОГО ЗА 12 ДНЕЙ		800,28	758,64	3270,77	23096,84
	фактическая энергетическая ценн	ость	66,69	63,22	272,56	1924,74
	60% от нормативной энер. ценнос		54,00	55,20	229,80	1627,80
	потребности		123,50	114,53	118,61	118,24

## Используемая литература:

- 1. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, ГОУ ВПО "Пермская государственная медецинская академия" им.ак. Е.А. Вагнера
- 2. Сборник технологических норативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ под редакцией Ф.Л. Марчука ISBN 5-88676-044-X, 1996г.
- 3. Сборник технологических норативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ под редакцией В.Т. Лапшиной .ISBN 5-93109-070-3. издательство "Хлебпродинформ", 2004
- 4. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию общественного питания / Составитель Могильный М.П. М.: ДеЛи плюс, 2011.-1008 с.ISBN 978-5-905170-02-7
- 5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания./Сост.Ковалев Ю.С. -4-е изд., испр и доп М. Дело и Сервис, 2013. 1064с.
- 6. 2.4. Гигиена детей и подростков. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4-х классов общеобразовательных организаций. Школьное питание здоровое питание, Москва 2020
- 5. Химический состав российских пищевых продуктов питания. Под ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна. Изд. "ДеЛи принт" Москва 2002г.

00

6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»