

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: понедельник Неделя: первая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша вязкая молочная пшенная с маслом | 200/10 | 6,84 | 10,07 | 27,04 | 208 | 5,0 | 0,18 | 0,6 | 4,1 | 45,0 | 131,0 | 2,58 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 15 | Сыр порциями | 30 | 6,96 | 8,86 | 0 | 108 | 78 | 0,01 | 0,21 | 264 | 10,50 | 150 | 0,3 |
| 382 | Какао с молоком | 200 | 3,78 | 0,67 | 26,0 | 125 | 0 | 0,02 | 1,33 | 152,2 | 25,56 | 111,11 | 2,0 |
| 338 | Банан | 100 | 1,5 | 0,5 | 16 | 96 | 0 | 0,04 | 10,0 | 8,0 | 42,0 | 28,0 | 0,6 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 23,03 | 20,6 | 93,19 | 654 | 83,0 | 0,3 | 12,14 | 439,8 | 139,56 | 463,61 | 6,03 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, помидоры (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 10,5 | 10 | 15 | 35 | 0,8 |
| 102 | Суп картофельный с рисом | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,1 | 86 | 0 | 0,09 | 8,3 | 26,7 | 22,8 | 56 | 0,9 |
| 252 | Сосиска отварная | 100 | 7,46 | 11,43 | 3,61 | 209 | 0 | 0,09 | 0 | 29,31 | 13,74 | 101,5 | 1,39 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,31 | 7,31 | 46,37 | 293 | 0 | 0,25 | 0 | 17,8 | 163 | 244,8 | 5,47 |
| 366 | Соус томатный | 50 | 0,57 | 2,1 | 4,0 | 37 | 12,02 | 0,01 | 0 | 7,95 | 5,78 | 11,14 | 0,23 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 686 | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0 | 0,3 | 15,2 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 29,74 | 25,71 | 144,57 | 988 | 12,02 | 0,6 | 22,8 | 131,06 | 308,42 | 520,94 | 14,0 |
|  | **Всего за день** |  | **52,77** | **46,31** | **237,76** | **1642** | **95,02** | **0,9** | **34,94** | **570,86** | **447,98** | **984,55** | **20,03** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | 0 | 0 | +7,96 | +14,2 | -354,9 | +0,06 | +27,74 | -29,14 | +267,9 | 0 | +9,83 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: вторник Неделя: первая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 210 | Омлет натуральный | 150 | 11,0 | 24,82 | 2,10 | 289 | 324,56 | 0,08 | 0,2 | 103,09 | 16,14 | 225,78 | 2,63 |
| 252 | Колбаса вареная | 100 | 7,46 | 11,43 | 3,61 | 209 | 0 | 0,09 | 0 | 29,31 | 13,74 | 101,5 | 1,39 |
|  | Икра кабачковая | 100 | 1,2 | 4,73 | 7,7 | 78 | 0 | 0,025 | 7,5 | 40 | 15 | 37,5 | 0,7 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
| 338 | Груша | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47 | 0 | 0,02 | 5,0 | 19,0 | 12,0 | 16,0 | 2,3 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 24,08 | 41,78 | 62,86 | 800 | 324,56 | 0,265 | 12,73 | 214,0 | 74,78 | 427,08 | 7,85 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, огурцы (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 3,5 | 23,0 | 15,0 | 35,0 | 0,8 |
| 96 | Рассольник Ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107 | 0 | 0,09 | 8,4 | 29,15 | 24,2 | 56,7 | 0,93 |
| 437 | Гуляш из филе куриного | 150 | 14,63 | 8,7 | 5,7 | 181 | 8,73 | 0,075 | 5,6 | 58,61 | 72,8 | 243,3 | 1,28 |
| 312 | Пюре картофельное | 180 | 3,67 | 5,76 | 24,53 | 165 | 39,78 | 0,80 | 4,5 | 44,37 | 33,3 | 103,9 | 1,21 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,16 | 0,30 | 32,01 | 133 | 0 | 0,02 | 0,80 | 32,5 | 33,0 | 46,00 | 0,96 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 32,15 | 31,01 | 156,49 | 995 | 48,51 | 1,145 | 26,1 | 221,08 | 234,14 | 535,2 | 7,49 |
|  | **Всего за день** |  | **56,23** | **72,79** | **219,35** | **1795** | **373,07** | **1,41** | **38,83** | **435,08** | **308,92** | **962,28** | **15,34** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | +2,23 | +17,59 | 0 | +167,2 | -76,93 | +0,57 | +31,63 | -164,9 | +128,9 | 0 | +5,14 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: среда Неделя: первая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 223 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/50 | 30,0 | 22,4 | 53,3 | 534 | 132,3 | 0,121 | 0,86 | 380,0 | 52,37 | 429,9 | 1,33 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 14 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 40 | 0 | 0 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
| 338 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0 | 0,03 | 10,0 | 16,0 | 9,0 | 11,0 | 2,2 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 9,79 | 16,15 | 77,81 | 509 | 94,8 | 0,15 | 61,26 | 190,24 | 67,35 | 218,1 | 1,71 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, огурцы (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 3,5 | 23,0 | 15,0 | 35,0 | 0,8 |
| 101 | Суп картофельный с пшеном | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,1 | 86 | 0 | 0,09 | 8,3 | 26,7 | 22,8 | 56 | 0,88 |
| 279 | Тефтели с рисом в томатном соусе | 100/60 | 12,46 | 12,43 | 14,74 | 225 | 45,27 | 0,08 | 0,74 | 36,84 | 27,28 | 137,5 | 1,32 |
| 309 | Макароны отварные с маслом | 180 | 6,62 | 10,42 | 36,73 | 294 | 0 | 0,067 | 0 | 14,52 | 25,4 | 44,6 | 1,33 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
|  | Кондитерское изделие | 50 | 3,55 | 3,2 | 35,0 | 181 | 0 | 0,08 | 0 | 10 | 6,5 | 34,5 | 0,5 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 32,39 | 27,18 | 141,99 | 943 | 20,8 | 0,43 | 25,79 | 149,2 | 182,1 | 343,03 | 7,69 |
|  | **Всего за день** |  | **42,18** | **43,33** | **219,8** | **1452** | **115,6** | **0,58** | **87,05** | **339,44** | **249,45** | **561,13** | **9,4** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | -2,82 | -2,67 | 0 | 0 | -334,4 | -0,12 | +79,85 | -260,5 | +69,45 | -338,8 | 0 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: четверг Неделя: первая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 726 | Блинчики со сгущенным молоком | 100/40 | 6,5 | 8,75 | 39,25 | 267 | 0 | 0,16 | 0,21 | 8,75 | 31,25 | 78,75 | 1,75 |
| 698 | Снежок | 180 | 5,04 | 4,86 | 18,36 | 146 | 1,08 | 0,04 | 1,08 | 216,0 | 25,2 | 171,0 | 0,18 |
| 338 | Мандарины | 100 | 0,89 | 0,2 | 8,13 | 43 | 0 | 0,04 | 60,0 | 34,6 | 13,0 | 11,5 | 0,26 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 46,84 | 36,82 | 103,94 | 948 | 211,38 | 0,261 | 62,15 | 906,1 | 117,57 | 805,9 | 2,62 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, помидоры (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 10,5 | 10 | 15 | 35 | 0,8 |
| 88 | Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, сметаной | 250/20/10 | 1,77 | 4,95 | 7,9 | 90 | 0 | 0,06 | 15,8 | 49,3 | 22,1 | 49 | 0,83 |
| 229 | Рыба, тушенная с овощами | 150 | 14,63 | 14,93 | 5,7 | 158 | 8,73 | 0,075 | 5,6 | 58,61 | 72,8 | 243,3 | 1,28 |
| 312 | Пюре картофельное | 180 | 3,67 | 5,76 | 24,53 | 165 | 39,78 | 0,80 | 4,5 | 44,37 | 33,3 | 103,9 | 1,21 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,16 | 0,30 | 32,01 | 133 | 0 | 0,02 | 0,80 | 32,5 | 33,0 | 46,00 | 0,96 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 29,1 | 30,45 | 147,43 | 984 | 85,05 | 1,09 | 36,49 | 241,0 | 215,83 | 434,49 | 7,78 |
|  | **Всего за день** |  | **75,94** | **67,27** | **251,37** | **1932** | **296,43** | **1,351** | **98,64** | **1147,1** | **333,4** | **1240,3** | **10,4** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | +21,94 | +12,07 | +21,57 | +304,2 | -153,5 | +0,511 | +91,44 | +427,1 | +153,4 | +160,3 | +0,2 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: пятница Неделя: первая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша вязкая гречневая на молоке с маслом | 200/10 | 6,25 | 8,91 | 27,92 | 217 | 40 | 0,151 | 0 | 13,3 | 98,1 | 149,2 | 3,31 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 14 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 40 | 0 | 0 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
| 338 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0 | 0,03 | 10,0 | 16,0 | 9,0 | 11,0 | 2,2 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 10,75 | 17,06 | 77,0 | 507 | 80,0 | 0,231 | 10,03 | 54,3 | 125 | 209,5 | 6,36 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 47 | Салат из свежей капусты с морковью (капуста соленая) | 100 | 1,7 | 5 | 8,46 | 86 | 0 | 0,02 | 19,82 | 52,24 | 16,02 | 33,96 | 0,66 |
| 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,5 | 148 | 0 | 0,23 | 5,83 | 42,7 | 35,6 | 175 | 2,05 |
| 268 | Котлеты домашние из говядины | 100 | 14,5 | 21,66 | 13,09 | 256 | 5,84 | 0,1 | 0 | 10,42 | 30,6 | 166,8 | 2,68 |
| 366 | Соус томатный | 50 | 0,57 | 2,1 | 4,0 | 37 | 12,02 | 0,01 | 0 | 7,95 | 5,78 | 11,14 | 0,23 |
| 304 | Рис отварной | 180 | 4,38 | 6,45 | 44,02 | 252 | 32,4 | 0,031 | 0 | 1,64 | 19,6 | 73,1 | 0,63 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 707 | Сок плодово-ягодный | 200 | 1 | 0 | 21,2 | 88 | 0 | 0,02 | 4,0 | 14,0 | 8,0 | 14,0 | 2,8 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 36,61 | 41,61 | 148,81 | 1098 | 17,86 | 0,567 | 20,33 | 124,89 | 200,48 | 505,04 | 12,3 |
|  | **Всего за день** |  | **47,36** | **58,67** | **225,81** | **1605** | **97,86** | **0,798** | **30,36** | **179,19** | **325,48** | **714,54** | **18,66** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | 0 | +3,47 | 0 | 0 | -352,1 | 0 | +23,16 | -420,8 | +145,4 | -185,4 | +8,46 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: понедельник Неделя: вторая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 175 | Каша молочная Дружба | 200/10 | 6,08 | 11,18 | 33,48 | 260 | 54,8 | 0,1 | 0,96 | 133,4 | 37,2 | 156,7 | 0,81 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 14 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 40 | 0 | 0 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
| 338 | Апельсин | 100 | 0,89 | 0,2 | 8,13 | 43 | 0 | 0,04 | 60,0 | 34,55 | 13,0 | 11,50 | 0,26 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 11,07 | 19,13 | 80,89 | 536 | 94,8 | 0,19 | 60,99 | 192,95 | 68,1 | 217,5 | 1,92 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, помидоры (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 10,5 | 10 | 15 | 35 | 0,8 |
| 111 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2,4 | 5,08 | 13,0 | 117 | 0 | 0,11 | 6,08 | 27,3 | 23,8 | 57,73 | 1 |
| 469 | Фрикадельки в томатном соусе | 60/55 | 10,29 | 9,15 | 10,4 | 145 | 0 | 0,06 | 1,32 | 26,18 | 22,29 | 128,73 | 2,2 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,31 | 7,31 | 46,37 | 293 | 0 | 0,25 | 0 | 17,8 | 163 | 244,8 | 5,47 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 35,2 | 27,89 | 159,72 | 1020 | 0,04 | 0,69 | 78,97 | 176,02 | 321,73 | 637,77 | 13,33 |
|  | **Всего за день** |  | **46,27** | **47,02** | **240,61** | **1556** | **94,84** | **0,88** | **139,96** | **368,97** | **389,83** | **855,27** | **15,25** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | 0 | 0 | +10,81 | 0 | -355,1 | 0 | +132,7 | -231,0 | +209,8 | -44,73 | +5,05 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: вторник Неделя: вторая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша молочная манная с маслом | 200/10 | 4,8 | 8,2 | 30,4 | 223 | 54,8 | 0,06 | 0,96 | 130,69 | 36,45 | 157,3 | 0,6 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 14 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 40 | 0 | 0 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
| 338 | Апельсин | 100 | 0,89 | 0,2 | 8,13 | 43 | 0 | 0,04 | 60,0 | 34,55 | 13,0 | 11,5 | 0,26 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 9,3 | 16,35 | 79,48 | 513 | 94,8 | 0,14 | 10,99 | 171,69 | 63,35 | 217,6 | 3,65 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, огурцы (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 3,5 | 23,0 | 15,0 | 35,0 | 0,8 |
| 82 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/10 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 104 | 0 | 0,05 | 10,7 | 49,7 | 26,1 | 54,6 | 1,23 |
| 291 | Плов из птицы | 250 | 22,52 | 11,2 | 45,57 | 373 | 35,0 | 0,18 | 8,17 | 45,1 | 67,4 | 237 | 2,33 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,16 | 0,30 | 32,01 | 133 | 0 | 0,02 | 0,80 | 32,5 | 33,0 | 46,00 | 0,96 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 33,88 | 18,61 | 142,77 | 871 | 35,0 | 0,4 | 28,27 | 175,2 | 217,6 | 425,5 | 7,33 |
|  | **Всего за день** |  | **43,18** | **34,96** | **222,25** | **1384** | **129,8** | **0,54** | **39,26** | **346,89** | **280,95** | **643,1** | **10,98** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | -1,82 | -11,04 | 0 | 0 | -320,2 | -0,16 | +32,06 | -253,1 | +100,9 | -256,9 | +0,78 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: среда Неделя: вторая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша вязкая молочная пшенная с маслом | 200/10 | 6,84 | 10,07 | 27,04 | 208 | 5,0 | 0,18 | 0,6 | 4,1 | 45,0 | 131,0 | 2,58 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 698 | Ряженка | 180 | 5,04 | 4,86 | 18,36 | 146 | 1,08 | 0,04 | 1,08 | 216,0 | 25,2 | 171,0 | 0,18 |
| 338 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0 | 0,03 | 10,0 | 16,0 | 9,0 | 11,0 | 2,2 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 16,23 | 15,83 | 79,35 | 518 | 6,08 | 0,3 | 11,68 | 247,6 | 95,7 | 356,5 | 5,51 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, помидоры (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 10,5 | 10 | 15 | 35 | 0,8 |
| 148 | Суп-лапша домашняя | 250 | 2,8 | 5,8 | 13,9 | 120 | 0 | 0,05 | 10,63 | 49,75 | 26,13 | 54,63 | 1,22 |
| 279 | Тефтели с рисом в томатном соусе | 100/60 | 12,46 | 12,43 | 14,74 | 225 | 45,27 | 0,08 | 0,74 | 36,84 | 27,28 | 137,5 | 1,32 |
| 312 | Пюре картофельное | 180 | 3,67 | 5,76 | 24,53 | 165 | 39,78 | 0,80 | 4,5 | 44,37 | 33,3 | 103,9 | 1,21 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 348 | Кисель из п/я концентратов | 200 | 0,07 | 0,04 | 23,04 | 112 | 0 | 0 | 1,8 | 10,1 | 0,34 | 5,4 | 0,06 |
|  | Кондитерское изделие | 50 | 3,55 | 3,2 | 35,0 | 181 | 0 | 0,08 | 0 | 10 | 6,5 | 34,5 | 0,5 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 42,82 | 31,41 | 176,24 | 1154 | 81,27 | 0,98 | 19,67 | 235,99 | 228,51 | 580,8 | 11,87 |
|  | **Всего за день** |  | **59,05** | **47,24** | **255,59** | **1672** | **87,35** | **1,28** | **31,35** | **483,59** | **324,21** | **937,3** | **17,38** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | +5,5 | 0 | +25,79 | +44,2 | -362,6 | +0,44 | +24,15 | -116,4 | +144,2 | 0 | +7,18 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: четверг Неделя: вторая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 223 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/50 | 30,0 | 22,4 | 53,3 | 534 | 132,3 | 0,121 | 0,86 | 380,0 | 52,37 | 429,9 | 1,33 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 15 | Сыр порциями | 30 | 6,96 | 8,86 | 0 | 108 | 78 | 0,01 | 0,21 | 264 | 10,50 | 150 | 0,3 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
| 338 | Банан | 100 | 1,5 | 0,5 | 16 | 96 | 0 | 0,04 | 10,0 | 8,0 | 42,0 | 28,0 | 0,6 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 8,07 | 9,25 | 70,25 | 423 | 0 | 0,2 | 10,24 | 27,85 | 74,65 | 109,55 | 2,63 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, огурцы (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 3,5 | 23,0 | 15,0 | 35,0 | 0,8 |
| 82 | Борщ из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 104 | 0 | 0,05 | 10,7 | 49,7 | 26,1 | 54,6 | 1,23 |
| 493 | Птица, тушенная в сметанном соусе | 55/55 | 12,2 | 12,4 | 3,86 | 176 | 32,23 | 0,044 | 0,73 | 32,8 | 17,2 | 82,8 | 1,14 |
| 309 | Макароны отварные с маслом | 180 | 6,62 | 10,42 | 36,73 | 294 | 0 | 0,067 | 0 | 14,52 | 25,4 | 44,6 | 1,33 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 699 | Напиток апельсино-лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 | 0,04 | 0,01 | 52,0 | 11,8 | 4,72 | 11,68 | 0,54 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 27,97 | 26,23 | 148,11 | 940 | 64,63 | 0,285 | 15,73 | 164,94 | 191,0 | 350,0 | 7,17 |
|  | **Всего за день** |  | **36,04** | **35,48** | **218,36** | **1363** | **64,63** | **0,485** | **25,97** | **192,79** | **265,65** | **459,55** | **9,8** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | -8,96 | -10,52 | 0 | 0 | -385,3 | -0,215 | +18,77 | -407,2 | +85,65 | -440,4 | 0 |

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: пятница Неделя: вторая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: дети с 12 лет и старше

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергети-ческая ценность (калл)** | **Витамины (мг)** | | | **Минеральные вещества, (мг)** | | | |
| Белки | Жиры | Угл. | А (мкг) | В1 | С | Ca | Mg | P | Fe |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша молочная манная с маслом | 200/10 | 4,8 | 8,2 | 30,4 | 223 | 54,8 | 0,06 | 0,96 | 130,69 | 36,45 | 157,3 | 0,6 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| 15 | Сыр порциями | 30 | 6,96 | 8,86 | 0 | 108 | 78 | 0,01 | 0,21 | 264 | 10,50 | 150 | 0,3 |
| 382 | Какао с молоком | 200 | 3,78 | 0,67 | 26,0 | 125 | 0 | 0,02 | 1,33 | 152,2 | 25,56 | 111,11 | 2,0 |
| 338 | Банан | 100 | 1,5 | 0,5 | 16 | 96 | 0 | 0,04 | 10,0 | 8,0 | 42,0 | 28,0 | 0,6 |
|  | **Норма от** |  | **18** | **18,4** | **76,6** | **542,6** | **180** | **14** | **2,4** | **240** | **60** | **360** | **3,4** |
|  | **до** |  | **22,5** | **23** | **95,75** | **678,3** | **225** | **17,5** | **3** | **300** | **75** | **450** | **4,25** |
|  | **Итого за завтрак** |  | 46,19 | 32,93 | 119,45 | 980 | 210,3 | 0,241 | 12,4 | 815,7 | 146,93 | 462,51 | 4,78 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие, помидоры (соленые) | 100 | 1,12 | 1,0 | 3,5 | 20 | 0 | 0,02 | 10,5 | 10 | 15 | 35 | 0,8 |
| 101 | Суп картофельный с пшеном | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,1 | 86 | 0 | 0,09 | 8,3 | 26,7 | 22,8 | 56 | 0,88 |
| 252 | Сосиска отварная | 100 | 7,46 | 11,43 | 3,61 | 209 | 0 | 0,09 | 0 | 29,31 | 13,74 | 101,5 | 1,39 |
| 312 | Пюре гороховое | 180 | 16,36 | 8,23 | 42,03 | 306 | 36,0 | 0,59 | 0 | 113,6 | 74,03 | 255,8 | 5,63 |
| сн1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 117 | 0 | 0,05 | 0 | 11,5 | 16,5 | 43,5 | 0,55 |
| сн1 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 138 | 0 | 0,07 | 0 | 13,8 | 63,6 | 15 | 1,86 |
| 686 | Чай с лимоном | 200/15/7 | 0 | 0,3 | 15,2 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
|  | **Норма от** |  | **27** | **27,6** | **114,9** | **813,9** | **270** | **21** | **3,6** | **360** | **90** | **540** | **5,1** |
|  | **до** |  | **31,5** | **32,5** | **134,05** | **949,6** | **315** | **24,5** | **4,2** | **420** | **105** | **630** | **5,95** |
|  | **Итого за обед** |  | 25,4 | 33,83 | 133,49 | 1034 | 12,02 | 0,394 | 14,98 | 150,34 | 169,92 | 315,17 | 7,84 |
|  | **Всего за день** |  | **71,59** | **66,76** | **252,94** | **2014** | **222,32** | **0,635** | **27,38** | **966,04** | **316,85** | **777,68** | **12,62** |
|  | **Норма от** |  | **45** | **46** | **191,5** | **1356,5** | **450** | **0,7** | **6** | **600** | **150** | **900** | **8,5** |
|  | **до** |  | **54** | **55,2** | **229,8** | **1627,8** | **540** | **0,84** | **7,2** | **720** | **180** | **1080** | **10,2** |
|  | **отклонение от нормы** |  | +17,59 | +11,56 | +23,14 | +386,2 | -227,6 | 0 | +20,18 | +246,0 | +136,8 | -122,3 | +2,42 |

Сн. 1 хлеб из пшеничной муки высшего сорта, формовой «Пшеничный» ГОСТ Р 52462-2005

Меню составлено по технологическим картам:

- Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под общей редакцией В.Т. Лапшиной – 2004г.

- Сборника технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Москва Дели плюс, 2015-543с.