

Согласовано
Директор МАОУ "Городищенская СОШ"

"12" января 2026г

Утверждаю
Директор ООО
"Комбинат школьного питания"

Н.А.Вагура
"12" января 2026г

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ
МЕНЮ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ

7-11 лет и с 12 лет и старше

с января 2026 года

Неделя первая

День первый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
1	Бутерброд с сыром	60	1	1	8	45
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	220	10	15	31	299
692	Кофейный напиток	200	4	3	21	127
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	1	0	7	32
Итого:		502	16	19	67	503
Завтрак с 12 лет и старше						
1	Бутерброд с сыром	100	2	2	15	86
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	270	14	16	41	364
692	Кофейный напиток	200	4	3	20	123
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17	1	0	7	32
Итого:		587	21	21	83	605
Обед 7-11 лет						
133	Суп картофельный с кетой	220	6	4	16	124
451	Котлета из говядины	90	9	18	4	214
516	Макаронные изделия отварные	200	7	5	50	273
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27	2	0	11	52
Пром.	Хлеб ржаной	17	1	0	7	32
Итого:		754	25	27	107	771
Обед с 12 лет и старше						
133	Суп картофельный с кетой	280	7	4	18	136
451	Котлета из говядины	110	11	21	6	257
516	Макаронные изделия отварные	200	7	5	50	273
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	23	2	0	14	64
Пром.	Хлеб ржаной	17,00	1	0	8	36
Итого:		830	28	30	115	842
Итого с 7 до 11 лет			41	46	174	1274
Итого с 12 лет			49	51	198	1447

Неделя первая

День второй

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
3	Бутерброд с сыром	60	10	9	3	133
СРБКИ 360	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	220	2	5	40	213
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	36
Итого:		500	15	16	74	500
Завтрак с 12 лет и старше						
3	Бутерброд с сыром	100	13	11	5	171
СРБКИ 361	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	275	3	6	45	246
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	18,0	1	0	7	32
Итого:		593	19	19	80	567
Обед 7-11 лет						
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	90	3	9	4	109
114	Борщ с картофелем и сметаной	205	4	3	5	63
ЕСТН 299	Рыба (кета), тушенная в томате с овощами	90	13	7	9	151
СРБКИ 624	Рис пикантный	150	4	5	36	205
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2	0	13	60
Пром.	Хлеб ржаной	19	0	0	7	28
Итого:		779	27	24	101	728
Обед с 12 лет и старше						
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	100	4	12	6	148
114	Борщ с картофелем и сметаной	265	8	7	10	135
ЕСТН 299	Рыба (кета), тушенная в томате с овощами	120	14	6	14	166
СРБКИ 624	Рис пикантный	180	4	6	44	246
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	2	1	13	69
Итого:		884	33	32	114	876
Итого с 7 до 11 лет			42	40	175	1228

	Итго с 12 лет	52	51	194	1443
--	---------------	----	----	-----	------

Неделя первая

День третий

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченный	370	10	13	34	292
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	43,0	2	1	16	81
	Итого:	613	16	17	76	519
Завтрак с 12 лет и старше						
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченный	430	13	16	43	368
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	147
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32	2	1	13	69
	Итого:	662	19	20	82	584
Обед 7-11 лет						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	210	3	5	12	105
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	100	12	14	30	294
520	Пюре картофельное	150	3	4	21	132
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	100	3	6	10	105
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	29	1	0	7	32
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	5	24
	Итого:	808	23	29	116	816
Обед с 12 лет и старше						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	12	114
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	110	14	18	15	278
520	Пюре картофельное	200	4	6	27	178
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	130	3	6	10	106
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31,0	2	1	17	85
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	32
	Итого:	965	27	37	119	917
	Итого с 7 до 11 лет	39	46	192	1335	
	Итого с 12 лет	46	57	201	1501	

Неделя первая

День третий

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченный	370	10	13	34	292
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	43,0	2	1	16	81
	Итого:	613	16	17	76	519
Завтрак с 12 лет и старше						
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченный	430	13	16	43	368
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	147
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32	2	1	13	69
	Итого:	662	19	20	82	584
Обед 7-11 лет						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	210	3	5	12	105
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	100	12	14	30	294
520	Картофель в молоке	150	3	4	21	132
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	100	3	6	10	105
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	29	1	0	7	32
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	5	24
	Итого:	808	23	29	116	816
Обед с 12 лет и старше						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	12	114
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	110	14	18	15	278
520	Картофель в молоке	200	4	6	27	178
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	130	3	6	10	106
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31,0	2	1	17	85
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	32
	Итого:	965	27	37	119	917
	Итого с 7 до 11 лет		39	46	192	1335
	Итого с 12 лет		46	57	201	1501

Неделя первая

День четвертый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
1	Бутерброд с сыром	60	4	8	24	184
311	Каша жидккая рисовая с маслом сливочным	215	12	10	26	242
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	675	19	20	83	587
Завтрак с 12 лет и старше						
1	Бутерброд с сыром	100	8	16	35	316
311	Каша жидккая рисовая с маслом сливочным	265	15	17	31	337
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	0	13	61
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	790	27	35	112	875
Обед 7-11 лет						
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	100	3	3	6	63
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	210	5	6	22	162
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	100	9	8	13	160
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19,0	1	0	7	32
Пром.	Хлеб ржаной	18	1	0	7	32
	Итого:	847	26	24	117	788
Обед с 12 лет и старше						
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	150	3	4	7	76
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	260	8	7	26	199
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	120	11	9	13	177
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	220	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	36
	Итого:	994	32	28	131	904
	Итого с 7 до 11 лет		45	44	200	1375
	Итого с 12 лет		59	63	243	1779

Неделя первая

День четвертый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
1	Бутерброд с сыром	60	4	8	24	184
311	Каша жидккая рисовая с маслом сливочным	215	12	10	26	242
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	675	19	20	83	587
Завтрак с 12 лет и старше						
1	Бутерброд с сыром	100	8	16	35	316
311	Каша жидккая рисовая с маслом сливочным	265	15	17	31	337
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	0	13	61
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	790	27	35	112	875
Обед 7-11 лет						
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	100	3	3	6	63
171	Суп молочный с овощами и гренками	210	5	6	22	162
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	100	9	8	13	160
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19,0	1	0	7	32
Пром.	Хлеб ржаной	18	1	0	7	32
	Итого:	847	26	24	117	788
Обед с 12 лет и старше						
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	150	3	4	7	76
171	Суп молочный с овощами и гренками	260	8	7	26	199
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	120	11	9	13	177
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	220	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	36
	Итого:	994	32	28	131	904
	Итого с 7 до 11 лет		45	44	200	1375
	Итого с 12 лет		59	63	243	1779

Неделя первая

День пятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
311	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	210	10	9	30	241
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	34,0	2	1	14	73
Пром.	Мандарин	100	1	0	11	48
Пром.	Сок 1 шт	200	1	0	10	44
Итого:		744	18	16	90	576
Завтрак с 12 лет и старше						
311	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	265	12	11	37	295
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	34,0	3	2	22	118
Пром.	Мандарин	100	1	0	11	48
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
Итого:		799	21	19	105	675
Обед 7-11 лет						
СРБКИ 68	Салат "Морковь по-корейски"	100	8	8	20	184
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	3	5	14	113
451	Биточки из говядины	100	5	6	16	138
259	Картофель, запеченный со сметаной и сыром	150	8	6	11	130
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27,0	1	1	11	57
Итого:		787	25	26	94	710
Обед с 12 лет и старше						
СРБКИ 68	Салат "Морковь по-корейски"	150	9	9	26	221
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	4	6	21	154
451	Биточки из говядины	110	10	12	33	280
259	Картофель, запеченный со сметаной и сыром	220	9	11	13	187
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	1	14	73
Пром.	Хлеб ржаной	20,0	2	1	14	73
Итого:		997	36	40	143	1076
Итого с 7 до 11 лет			43	42	184	1286
Итого с 12 лет			57	59	248	1751

Неделя первая

День шестой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	
			Б	Ж	У		
Завтрак с 7 до 11 лет							
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрез" (кета)	120	14	12	27	268	
520	Пюре картофельное	150	1	2	18	94	
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36	
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	38	2	1	14	73	
		Итого:	508	17	15	68	471
Завтрак с 12 лет и старше							
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрез" (минтай)	130	15	14	32	315	
520	Пюре картофельное	250	3	4	21	132	
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36	
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,0	2	1	14	73	
		Итого:	600	20	19	76	556
Обед 7-11 лет							
133	Суп картофельный с кетой	225	5	4	19	132	
СРБКИ 555	Чиполлетти из говядины	100	10	15	24	271	
СТН 27/3	Рагу из овощей	180	6	5	28	181	
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	36	
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19,0	1	0	7	32	
Пром.	Хлеб ржаной	18	1	0	7	32	
		Итого:	742	23	24	93	684
Обед с 12 лет и старше							
133	Суп картофельный с кетой	285	4	4	25	152	
СРБКИ 555	Чиполлетти из говядины	120	14	20	28	348	
СТН 27/3	Рагу из овощей	200	3	5	28	169	
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	32	
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	2	1	15	77	
Пром.	Хлеб ржаной	18,0	2	0	10	48	
		Итого:	842	25	30	114	826
Итого с 7 до 11 лет			40	39	161	1155	
Итого с 12 лет			45	49	190	1382	

Неделя вторая

День седьмой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
302	Кашая вязкая гречневая с маслом сливочным	215	5	9	24	197
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17,0	1	0	6	28
Пром.	Мандарины	100	4	2	14	90
	Итого:	532	16	17	78	529
Завтрак с 12 лет и старше						
302	Кашая вязкая гречневая с маслом сливочным	275	7	12	31	260
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17,0	1	0	7	32
Пром.	Мандарины	100	4	1	11	69
	Итого:	592	18	19	83	575
Обед 7-11 лет						
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	220	3	4	18	120
ЕСТН 341	Котлеты "Пермские"	100	11	18	10	246
516	Макаронные изделия отварные	180	6	4	38	212
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,0	1	0	8	36
Пром.	Хлеб ржаной	19,0	1	0	6	28
	Итого:	739	22	26	99	718
Обед с 12 лет и старше						
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	270	3	4	23	140
ЕСТН 341	Котлеты "Пермские"	120	20	22	17	346
516	Макаронные изделия отварные	230	7	5	43	245
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	0	14	64
	Итого:	857	32	31	116	871
	Итого с 7 до 11 лет		38	43	177	1247
	Итого с 12 лет		50	50	199	1446

Неделя вторая

День восьмой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
ECTH 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	345	19	18	57	466
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	41	2	0	13	60
		Итого:	586	21	18	84
Завтрак с 12 лет и старше						
ECTH 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	410	24	24	65	572
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	1	0	12	52
		Итого:	647	25	24	91
Обед 7-11 лет						
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	70	0	4	8	68
ECTH 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1	4	25	140
ECTH 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	100	13	10	15	202
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	9	9	10	157
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	10	40
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	1	17	85
Пром.	Хлеб ржаной	18,0	2	0	13	60
		Итого:	810	27	28	98
Обед с 12 лет и старше						
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	110	2	6	12	110
ECTH 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	1	5	28	161
ECTH 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	120	16	12	18	244
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	11	9	199
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	10	40
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	24,0	2	0	10	48
		Итого:	894	37	34	87
Итого с 7 до 11 лет						
		Итого с 12 лет		62	58	178
						1483

Неделя вторая

День девятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
1	Бутерброд с маслом	64	5	6	26	176
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	210	8	7	25	195
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27,0	1	0	9	40
		Итого:	501	18	19	85
Завтрак с 12 лет и старше						
1	Бутерброд с маслом	103	5	6	28	186
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	255	9	8	31	232
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	2	1	15	77
		Итого:	580	20	21	99
Обед 7-11 лет						
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	60	1	4	1	44
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	8	6	18	158
505	Кнели из куриного филе	95	5	7	21	167
520	Пюре картофельное	150	15	12	1	172
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	0	15	64
		Итого:	740	31	29	83
Обед с 12 лет и старше						
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	100	2	6	2	70
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	1	8	14	132
505	Кнели из куриного филе	105	4	6	21	154
520	Пюре картофельное	200	5	5	27	173
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	2	1	15	77
		Итого:	887	15	26	106
Итого с 7 до 11 лет						
			49	48	168	1298
		Итого с 12 лет	35	47	205	1383

Неделя вторая

День девятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
1	Бутерброд с маслом	64	5	6	26	176
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	210	8	7	25	195
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27,0	1	0	9	40
		Итого:	501	18	19	85
Завтрак с 12 лет и старше						
1	Бутерброд с маслом	103	5	6	28	186
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	255	9	8	31	232
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	2	1	15	77
		Итого:	580	20	21	99
Обед 7-11 лет						
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	60	1	4	1	44
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	8	6	18	158
505	Кнели из куриного филе	95	5	7	21	167
520	Картофель в молоке	150	15	12	1	172
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	0	15	64
		Итого:	740	31	29	83
Обед с 12 лет и старше						
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	100	2	6	2	70
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	1	8	14	132
505	Кнели из куриного филе	105	4	6	21	154
520	Картофель в молоке	200	5	5	27	173
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	2	1	15	77
		Итого:	887	15	26	106
Итого с 7 до 11 лет						
			49	48	168	1298
		Итого с 12 лет	35	47	205	1383

Неделя вторая

День десятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром и мясом	310	12	15	21	267
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45,0	2	1	20	97
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	755	17	18	74	519
Завтрак с 12 лет и старше						
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром	400	13	16	24	292
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	28,0	2	1	15	77
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	828	18	19	72	531
Обед 7-11 лет						
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	60	0	3	1	31
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	220	5	4	6	80
СРБКИ 588	Курица по-тайски	270	14	17	39	365
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	3	1	19	97
Пром.	Хлеб ржаной	34,0	2	1	15	77
	Итого:	821	24	26	102	738
Обед с 12 лет и старше						
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	120	1	4	2	48
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	265	9	7	17	167
СРБКИ 588	Курица по-тайски	300	15	17	46	397
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19,0	1	0	7	32
Пром.	Хлеб ржаной	16,0	1	0	7	32
	Итого:	920	27	28	101	764
	Итого с 7 до 11 лет		41	44	176	1257
	Итого с 12 лет		45	47	173	1295

Неделя вторая

День одиннадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
302	Каша яичная вязкая с маслом сливочным	215	12	10	32	262
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17,0	1	0	6	28
Пром.	Мандарин	100	1	1	10	53
	Итого:	532	20	17	82	556
Завтрак с 12 лет и старше						
302	Каша яичная вязкая с маслом сливочным	275	13	11	40	311
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17,0	1	0	7	32
Пром.	Мандарин	100,0	2	1	11	61
	Итого:	592	22	18	92	618
Обед 7-11 лет						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	225	5	6	15	134
ВРО 43	Суфле "Рыбка"/смесь мексиканская припущеная	210	22	23	44	471
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	84
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	0	11	52
Пром.	Хлеб ржаной	18	1	0	7	32
	Итого:	690	30	29	98	773
Обед с 12 лет и старше						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	16	130
ВРО 43	Суфле "Рыбка"/смесь мексиканская припущеная	270	22	21	43	449
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	84
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	28	1	0	9	40
	Итого:	810	28	28	104	780
	Итого с 7 до 11 лет		50	46	180	1329
	Итого с 12 лет		50	46	196	1398

Неделя вторая

День двенадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
2	Бутерброд с сыром	66	3	1	5	41
312	Каша жидккая пшеная с маслом сливочным	210	14	16	35	340
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
		Итого:	676	18	17	64
Завтрак с 12 лет и старше						
2	Бутерброд с сыром	100	3	1	5	41
312	Каша жидккая пшеная с маслом сливочным	265	15	18	36	366
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27,0	2	0	11	52
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
		Итого:	792	21	19	76
Обед 7-11 лет						
135	Суп из овощей со сметаной	205	3	3	11	83
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	270	19	24	55	512
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	60	2	2	3	38
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,0	1	0	9	40
		Итого:	765	25	29	103
Обед с 12 лет и старше						
135	Суп из овощей со сметаной	265	4	4	12	100
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	300	31	35	28	551
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	100	3	3	5	58
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	0	12	56
Пром.	Хлеб ржаной	29,0	1	0	8	36
		Итого:	931	41	42	90
Итого с 7 до 11 лет						
			43	46	167	1254
		Итого с 12 лет		62	61	166
						1459

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак + обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнени е, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	41	42	39	45	43	40	38	49	48	41	50	43	519	43,25	43	56
Жиры	г	79	46	40	46	44	42	39	43	48	46	44	46	46	530	44,17	44	56
Углеводы	г	335	174	175	192	200	184	161	177	168	182	176	180	167	2136	178,00	178	53
Энергетическая ценность	Ккал	2350	1274	1228	1335	1375	1286	1155	1247	1298	1334	1257	1329	1254	15372	1281,00	1281	55

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнени е, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	16	15	16	19	18	17	16	18	21	17	20	18	211	17,58	17,58	23
Жиры	г	79	19	16	17	20	16	15	17	19	18	18	17	17	209	17,42	17,42	22
Углеводы	г	335	67	74	76	83	90	68	78	85	84	74	82	64	925	77,08	77,08	23
Энергетическая ценность	Ккал	2350	503	500	519	587	576	471	529	581	582	519	556	481	6404	533,67	533,67	23

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнени е, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	25	27	23	26	25	23	22	31	27	24	30	25	308	25,67	25,67	33
Жиры	г	79	27	24	29	26	24	26	29	28	26	29	29	29	321	26,75	26,75	34
Углеводы	г	335	107	101	116	117	94	93	99	83	98	102	98	103	1211	100,92	100,92	30
Энергетическая ценность	Ккал	2350	771	728	816	788	710	684	718	717	752	738	773	773	8968	747,33	747,33	32

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных			
Белки	77	15,4-19,25	23,1-26,9
			38,5-46,15
Жиры	79	15,8-19,75	23,7-27,65
			39,5-47,4
У	335	67-83,75	100,5-117,25
			167,5-201
Э.Ц.	2350	470-587,5	705-822,5
			1175-1410
завтрак 20-25%		обед 30-35%	всего 50-60%

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак + обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона												Всего	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
№ дня																	
Белки	г	90	49	52	46	59	57	50	35	62,2	45	50	61,8	612	51,0	51	
Жиры	г	92	51	51	57	63	59	49	50	47	58	46	61	639	53,3	53	
Углеводы	г	383	198	194	201	243	248	190	177	205	178	173	196	166	2369	197,4	52
Энергетическая ценность	Ккал	2720	1447	1443	1501	1779	1751	1382	1247	1383	1482,8	1295	1398	1459,2	17568	1464,0	1464

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона												Всего	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
№ дня																	
Белки	г	90	21	19	19	27	21	20	18	20	25,2	18	22	251,2	20,9333333	21	
Жиры	г	92	21	19	20	35	19	19	19	21	24	19	18	19	253	21,0833333	21
Углеводы	г	383	83	80	82	112	105	76	83	99	91	72	92	76	1051	87,5833333	88
Энергетическая ценность	Ккал	2720	605	567	584	875	675	556	575	665	680,8	531	618	558	7489,8	624,15	624

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона												Всего	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
№ дня																	
Белки	г	90	28	33	27	32	36	25	32	15	37	27	28	40,8	360,8	30,0666667	
Жиры	г	92	30	32	37	28	40	30	31	26	34	28	28	42	386	32,1666667	32
Углеводы	г	383	115	114	119	131	143	114	116	106	87	101	104	90	1340	111,666667	112
Энергетическая ценность	Ккал	2720	842	876	917	904	1076	826	871	718	802	764	780	901,2	10277,2	856,433333	856

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в

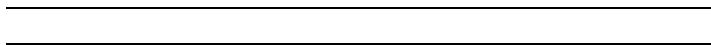
Белки	90	18-22,5	27-31,5	45-54
Жиры	92	18,4-23	27,6-32,7	46-55,2
У	383	76,6-96	114,9-134,05	191,5-230,05
Э.Ц.	2713	542,6-678	813,9-950	1356,5-1628

завтрак 20-25% обед 30-35% всего 50-60%

Ведомость контроля за рационом питания
по расходу продуктов питания

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"
на сентябрь 2022-апрель 2023

Наименование	среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей с 7 до 11 лет (в нетто г, на 1 ребенка в сутки)	Ед. измерения	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ												СРЕДНЯЯ ЗА ДЕНЬ (г)	Отклонение от нормы (+/-) в %	
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день			
1	2																
Выход - вес горячей																15	
			x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	0	
Хлеб ржаной	80	грамм	80,0	20,0	60,0	70,0	80,0	40,0	40,0	40,0	42,0	40,0	40,0	20,0	572,00	47,7	-40
Хлеб пшеничный	150	грамм	140,00	60,90	96,00	90,00	110,00	94,20	64,30	130,00	80,00	41,60	80,00	100,00	1 087,00	90,6	-40
Мука пшеничная	15	грамм	0,00	10,00	4,00	31,00	3,60	18,00	3,60	10,00	2,00	20,00	2,80	3,60	108,60	9,1	-40
Крупа, бобовые	45	грамм	39,00	0,00	15,00	0,00	45,00	0,00	80,00	16,00	0,00	0,00	80,00	40,00	315,00	26,3	-42
Макаронные изделия	15	грамм	38,00	0,00	0,00	0,00	16,00	0,00	0,00	0,00	16,00	38,00	0,00	0,00	108,00	9,0	-40
Картофель	187	грамм	42,88	170,00	76,80	160,00	0,00	340,00	64,00	170,00	180,00	25,60	17,28	96,00	1 342,56	111,9	-40
Овощи свежие, зелень	280	грамм	127,50	148,40	113,20	182,50	316,38	60,40	129,60	138,80	154,80	70,40	172,90	319,08	1 933,96	161,2	-42
Фрукты (плоды) свежие	185	грамм	220,00	140,00	60,00	0,00	60,00	60,00	150,00	60,00	60,00	140,00	350,00	0,00	1 300,00	108,3	-41
Фрукты (плоды) сухие, в т. ч. шиповник	15	грамм	20,00	10,00	0,00	19,00	10,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	10,00	19,00	107,00	8,9	-41
Соки плодовоцисные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	грамм	200,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	200,00	0,00	200,00	0,00	400	1 400,00	116,7	-42	
Мясо живленное	70	грамм	76,5	0,00	0,00	60,00	82,80	73,80	83,00	0,00	40,20	0,0	0,00	76,50	492,80	41,1	-41
Субпродукты	30	грамм	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	0,00	0,0	-100
Птица (цыплята -бройлеры потрошенные - 1 кат)	35	грамм	0,00	79,00	0,00	0,00	31,20	0,00	0,00	79,00	62,40	0,00	0,00	0,00	251,60	21,0	-40
Рыба - филе	58	грамм	0,00	0,00	120,00	50,00	60,00	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	400,00	33,3	-43
Молоко	300	грамм	200,00	250,00	210,0	206,0	190,0	35,00	200,00	110,0	150,0	80,0	210,0	120,0	1 961,00	163,4	-46
Кисломолочные продукты	150	грамм													0,00	0,0	
Творог	50	грамм	0,0	130,00	0,00	0,00	0,00	0,00	130,00	0,00	100,0	0,00	0,00	0,00	360,00	30,0	-40
Сыр	10	грамм	0,0	0,00	10,00	18,00	0,00	0,00	10,00	5,00	10,00	0,0	0,00	18,00	71,00	5,9	-41
Сметана	10	грамм	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	28,00	6,00	0,00	10,00	10,00	0,00	74,00	6,2	-38
Масло сливочное	30	грамм	20,0	15,00	30,00	24,60	36,00	10,30	14,00	5,00	2,90	10,0	15,00	32,00	214,80	17,9	-40
Масло растительное	15	грамм	10,0	4,0	12,0	9,3	7,8	9,0	8,3	12,5	12,8	2,0	9,8	11,0	108,45	9,0	-40
Яйца	40	грамм	0,0	20,00	130,00	2,00	5,64	33,00	0,00	9,64	72,00	16,0	0,00	0,00	288,28	24,0	-40
Сахар	30	грамм	11,5	25,00	24,00	16,50	15,00	24,00	3,00	25,00	20,00	20,0	15,00	17,60	216,60	18,1	-40
Кондитерские изделия	10	грамм													0,00	0,0	
Чай	1	грамм	0,0	1,20	0,00	0,00	1,20	1,20	0,00	1,20	0,00	1,2	0,0	1,20	7,20	0,6	-40
Какао	1	грамм	0,0	0,00	2,40	0,00	0,00	2,40	0,00	0,00	0,0	2,40	0,00	7,20	0,6	-40	
Кофейный напиток	2	грамм	5,0	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	5,00	0,0	0,00	0,00	0,00	15,00	1,3	-38
Дрожжи	0,2	грамм	0,0	0,00	0,00	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	1,45	0,1	-40
Крахмал	3	грамм	0,0	0,00	0,00	10,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	21,60	1,8	-40
Соль	3	грамм	2,0	2,0	2,0	2,00	2,00	2,00	1,50	2,00	1,50	2,0	1,5	1,5	22,00	1,8	-39
Специи	2	грамм	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	14,40	1,20	-40



СОКИ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ: Напиток "Витошка", Кисель "Витошка",
сок 0,2

СУБПРОДУКТЫ: Сердце, печень

КУРА: Филе куриное, кура

РЫБА: Горбуша, филе минтая

МОЛОКО: Молоко, молоко стущенное (1:4)

$$\text{Пр} = (B-A)/A * 100$$

А - исходное значение

В - конечное значение

норма (-40)

Ведомость контроля за рационом питания
по расходу продуктов питания

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"

на сентябрь 2022- апрель 2023

Позиции питания		среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей с 12 лет (в нетто г, на 1 ребенка в сутки)	Ед. измерения	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ												СРЕДНЯЯ ЗА ДЕНЬ(в г)	Отклонение от нормы (+/-) в %
1	2			1/день	2/день	3/день	4/день	5/день	6/день	7/день	8/день	9/день	10/день	11/день	12/день		
Выход - вес порций																	12
Хлеб ржаной	120	грамм	80,0	40,0	60,0	70,0	60,0	80,0	80,0	80,0	80,0	40,0	80,0	80,0	830,00	69,2	-42
Хлеб пшеничный	200	грамм	151,80	80,00	146,00	80,00	139,70	118,00	103,50	169,70	103,50	56,90	80,00	160,90	1 390,00	115,8	-42
Мука пшеничная	20	грамм	0,00	20,00	5,00	50,20	3,60	18,00	4,00	11,00	2,00	24,00	3,00	3,60	144,40	12,0	-40
Крупа, бобовые	50	грамм	70,00	0,00	26,40	38,50	60,00	0,00	35,00	30,00	0,00	0,00	50,00	50,00	359,90	30,0	-40
Макаронные изделия	20	грамм	55,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	55,00	0,00	0,00	150,00	12,5	-38
Картофель	187	грамм	34,00	181,00	77,00	154,00	0,00	352,00	64,00	181,12	164,00	26,00	17,00	96,00	1 346,12	112,2	-40
Овощи свежие, зелень	320	грамм	130,00	180,00	190,00	200,00	330,00	100,00	150,00	150,00	170,00	100,00	200,00	350,00	2 250,00	187,5	-41
Фрукты (плоды) свежие	185	грамм	219,60	150,00	60,00	0,00	80,00	60,00	150,00	60,00	60,00	150,00	272,70	0,00	1 262,30	105,2	-43
Фрукты (плоды) сухие, в т. ч. шиповник	20	грамм	30,00	10,00	0,00	20,00	15,00	0,00	20,00	0,00	0,00	20,00	30,00	145,00	12,1	-40	
Соки плодовоощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	грамм	200	0,00	0,00	200	200	0	200	0	200	200	0	200	1 400,00	116,7	-42
Мясо жаренное	78	грамм	85,1	0,00	0,00	68,00	92,00	82,00	92,00	0,00	40,20	0,0	0,00	85,10	544,40	45,4	-42
Субпродукты	40	грамм	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	-100
Птица (цыплята -бройлеры потрошенные - 1 кат)	53	грамм	0,00	110,00	0,00	0,00	44,00	0,00	0,00	110,00	120,00	0,00	0,00	0,00	384,00	32,0	-40
Рыба - филе	77	грамм	0,00	0,00	180,00	55,00	0,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	55,00	470,00	39,2	-49	
Молоко	350	грамм	250,0	90,0	250,0	232,0	250,0	60,0	225,0	200,0	180,0	80,0	250,0	150,0	2 217,00	184,8	-47
Кисломолочные продукты	180	грамм													0,00	0,0	
Творог	60	грамм	0,0	135,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	150,00	0,00	145,4	0,00	0,00	430,40	35,9	-40
Сыр	15	грамм	0,0	0,00	10,00	15,00	11,00	0,00	10,00	8,00	26,60	0,0	0,00	26,60	107,20	8,9	-40
Сметана	10	грамм	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	25,00	6,60	0,00	10,00	10,00	0,00	71,60	6,0	-40
Масло сливочное	35	грамм	26,0	26,00	39,00	30,00	32,50	10,00	15,00	6,00	2,90	11,0	26,00	27,00	251,40	21,0	-40
Масло растительное	18	грамм	13,5	5,0	15,5	10,3	8,6	10,6	9,5	13,5	13,3	2,5	10,5	12,1	124,92	10,4	-42
Яйцо	40	грамм	0,0	20,00	120,00	2,40	6,28	34,00	0,00	10,64	72,00	19,2	0,00	0,00	284,52	23,7	-41
Сахар	35	грамм	15,0	20,00	15,00	18,00	20,00	30,00	2,00	36,00	30,00	25,0	25,50	15,00	251,50	21,0	-40
Кондитерские изделия	15	грамм													0,00	0,0	-100
Чай	2	грамм	0,0	2,40	0,00	0,00	2,40	2,40	0,00	2,40	0,00	2,4	0,0	2,40	14,40	1,2	-40
Кафе	1,2	грамм	0,0	0,00	6,70	0,00	0,00	0,00	6,70	0,00	0,00	0,0	6,70	0,00	20,10	1,7	-40
Кофеинный напиток	2	грамм	4,8	0,00	0,00	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,0	0,00	0,00	14,40	1,2	-40
Дрожжи	0,3	грамм	0,0	0,00	0,00	2,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	2,15	0,2	-40
Крахмал	4	грамм	0,0	0,00	0,00	14,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	14,40	28,80	2,4	-40
Соль	5	грамм	4,0	3,0	4,0	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,0	3,0	3,0	36,00	3,0	-40
Специи	2	грамм	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	14,40	1,20	-40

При составлении примерного двухнедельного меню завтраков и обедов использовалась следующая литература:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с.
2. Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления./ Автор – составитель: Д.В. Гращенков, О.В. Чугунова – Министерство агропромышленного комплекса и продовольствия Свердловской области УрГЭУ Екатеринбург 2015 г. (СТН)
3. Единый сбоник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений/ Составители профессор Перевалов А.Я., профессор Т апешкина Н.В. - Издание 4-е, дополненное и исправленное г. Пермь 2021г (ЕСТН)
4. Официальное справочно - информационное методическое издание Министерства общего и профессионального образования Свердловской области. Вестник регионального образования / Под редакцией Н.И. Казакова, Е.Л. Перевозкина, Л.И. Ситник, Е.Г. Темко - Министерство общего и профессионального образования Свердловской области, 2006г, ГОУ "Центр " Учебная книга", 2006год (ВРО)
5. СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ / Издание 2-е, исправленное и дополненное / Под редакцией Г.Г. Онищенко, В.А. Тутельяна (СРБКИ-22)/Москва 2022г
6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ"
7. Региональный стандарт оказания услуг по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, расположенных на территории Свердловской области. Методические рекомендации. Екатеренбург 2021.
8. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член.-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. – М.: ДeЛи прнт, 2002 – 236 с.
9. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ . РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20