

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

Васильев

ГЕН. ДИРЕКТОР



"30" октября 2024 года

ООО "МАКСИМУМ"

Примерное меню завтраков, обедов для учащихся образовательных школ.
Калорийность завтрака и обеда по норме для детей 7-11 лет 1175 - 1410 ккал

Первый день первой недели

| Пример меню, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур | | |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|------------|------------------|---------|-------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мкг | | | Se, мкг | Ф, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ПШЕНИЦА | 80 | 11,08 | 12,50 | 2,75 | 167,86 | 1,33 | 0,04 | 0,08 | 0,05 | 0,00 | 17,86 | 97,99 | 13,20 | 1,05 | 161,16 | 4,17 | 0,01 | 0,07 | 260 | 2017 |
| СЛАДОСЫ | 150 | 5,46 | 4,84 | 34,65 | 208,92 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,08 | 12,62 | 2,48 | 1,32 | 0,07 | 1,28 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 |
| КОФЕЛИННЫЙ НАПИТОК С КОЛОКОМ СЛИВЕННЫМ | 200 | 2,10 | 2,47 | 16,16 | 95,45 | 0,12 | 0,01 | 0,10 | 0,01 | 0,02 | 90,99 | 69,13 | 10,98 | 0,05 | 110,10 | 2,10 | 0,00 | 0,01 | ТК 9 | 2017 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 12 | 1,80 | 2,35 | 17,98 | 100,06 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| БАТОН НАРЗЕНОМ КОДИРОВАННЫЙ | 50 | 3,76 | 1,45 | 25,70 | 131,09 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 9,50 | 32,30 | 6,50 | 0,50 | 45,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за первый завтрак: | 602 | 34,19 | 23,81 | 97,21 | 703,39 | 1,45 | 0,17 | 0,24 | 0,10 | 0,19 | 138,65 | 295,97 | 61,08 | 2,47 | 419,31 | 8,29 | 0,03 | 0,11 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СОЛЕНИКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250/6/6 | 3,21 | 5,40 | 14,99 | 124,49 | 7,97 | 0,11 | 0,07 | 0,02 | 0,00 | 38,86 | 70,01 | 28,25 | 1,20 | 550,08 | 5,72 | 0,00 | 0,03 | 158 | 2004 |
| КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ | 80 | 9,97 | 24,24 | 11,44 | 303,85 | 0,05 | 0,25 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 15,35 | 113,99 | 18,82 | 1,46 | 221,57 | 4,33 | 0,00 | 0,04 | 270 | 2017 |
| КАУЛА ПЕЧЕНЬЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,48 | 0,42 | 38,35 | 244,74 | 0,00 | 0,22 | 0,12 | 0,02 | 0,08 | 22,14 | 187,32 | 125,73 | 4,41 | 264,09 | 2,28 | 0,00 | 0,01 | 171 | 2017 |
| ХЕНТАРЬ ШРИМОВЫЙ | 200 | 0,00 | 0,00 | 11,25 | 44,82 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 389 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОМ | 25 | 1,98 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,78 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за первый обед: | 725 | 23,32 | 38,25 | 85,63 | 788,99 | 1,56 | 0,57 | 0,25 | 0,22 | 0,08 | 76,25 | 371,08 | 165,83 | 7,85 | 634,47 | 9,79 | 0,00 | 0,06 | | |
| Всего за день: | | 47,51 | 66,06 | 182,84 | 1471,99 | 3,01 | 0,74 | 0,49 | 0,32 | 0,27 | 214,90 | 667,05 | 226,91 | 10,32 | 1094,38 | 16,05 | 0,03 | 0,17 | | |



2024 года

ДИРЕКТОР

Второй день переза неделю

| Премеш, наименование блока | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|----------|----------------------|--------|-------|-------|------|--|--|--|--|--|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Na, мг | Se, мг | F, мг | | | | | | | | | |
| КАША ВЯЖКА МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИНОЙ КРУПЫ СО ОЛИВЧНЫМ МАСЛОМ | 2505 | 10,51 | 9,52 | 65,69 | 351,45 | 0,65 | 0,23 | 0,16 | 0,04 | 0,08 | 151,67 | 222,90 | 61,68 | 1,84 | 315,22 | 14,06 | 0,00 | 0,02 | 173 | 2017 | | | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНКОМ | 2007/57 | 0,26 | 0,01 | 15,13 | 62,77 | 1,18 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 8,80 | 6,37 | 0,80 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 377 | 2017 | | | | | | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 3,80 | 13,00 | 2,60 | 0,20 | 18,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | 2017 | | | | | | | |
| МАЦАРЫН | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | 2017 | | | | | | | |
| Итого за премеш: | 697 | 13,07 | 10,31 | 88,58 | 504,62 | 0,80 | 0,28 | 0,23 | 0,09 | 0,08 | 298,55 | 318,32 | 75,15 | 2,88 | 373,12 | 14,06 | 0,00 | 0,03 | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПУШЕНЫМ | 250 | 5,80 | 5,39 | 19,22 | 148,95 | 4,80 | 0,18 | 0,06 | 0,20 | 0,00 | 41,23 | 80,08 | 33,52 | 1,97 | 484,65 | 4,46 | 0,00 | 0,03 | 102 | 2017 | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 80 | 11,31 | 27,87 | 11,80 | 343,84 | 5,63 | 0,25 | 0,10 | 0,01 | 0,04 | 41,11 | 192,38 | 28,50 | 1,82 | 290,40 | 6,30 | 0,00 | 0,04 | 455 | 2005 | | | | | | | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,42 | 4,89 | 23,33 | 151,48 | 11,39 | 0,13 | 0,11 | 0,03 | 0,07 | 48,18 | 92,27 | 32,89 | 1,33 | 833,59 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 128 | 2017 | | | | | | | |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,38 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,46 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТР-27 | 2017 | | | | | | | |
| ХЛЕБ РУЖАНОК | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,80 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | | | | | | | |
| Итого за премеш: | 716 | 22,19 | 38,37 | 84,21 | 772,67 | 21,79 | 0,63 | 0,30 | 0,24 | 0,11 | 145,28 | 339,48 | 102,03 | 6,32 | 1 862,14 | 21,34 | 0,00 | 0,11 | | | | | | | | | |
| Всего за день: | | 36,26 | 48,68 | 172,80 | 1 277,29 | 22,59 | 0,91 | 0,53 | 0,33 | 0,19 | 444,93 | 657,81 | 177,18 | 9,26 | 2 035,28 | 35,40 | 0,00 | 0,14 | | | | | | | | | |

Третий день первая неделя

| Премеш, наименование блока | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|-------|-------|------|--|--|--|--|--|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Na, мг | Se, мг | F, мг | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 80 | 12,88 | 15,32 | 13,00 | 240,42 | 0,47 | 0,07 | 0,10 | 0,05 | 0,00 | 20,94 | 139,63 | 22,19 | 1,84 | 175,87 | 3,93 | 0,01 | 0,08 | 294 | 2017 | | | | | | | |
| МАКРОНЖЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,63 | 4,86 | 35,84 | 214,29 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,08 | 20,38 | 2,32 | 3,20 | 0,07 | 1 911 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 | | | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 2007/15 | 0,19 | 0,00 | 14,03 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 26,60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | | | | | | | |
| ОУПЕЛ СВЕЖИИ | 20 | 0,16 | 0,02 | 0,49 | 2,72 | 0,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,14 | 7,56 | 2,52 | 0,16 | 28,20 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | 71 | 2017 | | | | | | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,73 | 12,60 | 65,50 | 0,00 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 3,80 | 13,00 | 2,60 | 0,20 | 18,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | | | | | | | |
| Итого за премеш: | 600 | 20,64 | 20,93 | 77,21 | 653,39 | 14,51 | 0,08 | 0,14 | 0,09 | 0,08 | 63,87 | 170,69 | 38,77 | 3,11 | 251,74 | 4,53 | 0,01 | 0,08 | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОВЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 1,89 | 5,77 | 8,85 | 97,97 | 12,19 | 0,06 | 0,05 | 0,21 | 0,00 | 49,43 | 44,11 | 21,02 | 0,96 | 315,50 | 4,34 | 0,00 | 0,02 | 88 | 2017 | | | | | | | |
| ПУОС | 200 | 14,15 | 31,67 | 38,70 | 497,00 | 1,25 | 0,29 | 0,16 | 0,24 | 0,00 | 27,86 | 180,33 | 44,44 | 1,81 | 332,60 | 6,74 | 0,01 | 0,07 | 266 | 2017 | | | | | | | |
| КОМПЛОТ ИЗ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ СМ | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,38 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,25 | 0,00 | 1,63 | 1,11 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТР-12 | 2017 | | | | | | | |
| ХЛЕБ РУЖАНОК | 25 | 1,59 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | | | | | | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,68 | 77,51 | 82,40 | 0,00 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 3,80 | 13,00 | 2,60 | 0,20 | 18,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | | | | | | | |
| Итого за премеш: | 700 | 19,20 | 38,24 | 186,22 | 775,77 | 13,44 | 0,41 | 0,18 | 0,45 | 0,00 | 82,64 | 259,18 | 74,34 | 3,99 | 701,81 | 12,48 | 0,01 | 0,09 | | | | | | | | | |
| Всего за день: | | 38,74 | 89,17 | 232,23 | 1 389,16 | 27,95 | 0,50 | 0,32 | 0,94 | 0,08 | 156,51 | 429,89 | 111,11 | 7,10 | 933,35 | 17,01 | 0,02 | 0,17 | | | | | | | | | |

Четвертый день первой недели

| Применяемые продукты | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|------------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|----------------------|-------|--------|------|--|--|--|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Вит. Д, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | Se, мг | Ф, мг | | | | | | | |
| КАША "ЗЕРЖКА" С МАЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/5 | 7,38 | 0,69 | 41,78 | 266,67 | 0,65 | 0,12 | 0,15 | 0,06 | 0,15 | 143,05 | 166,62 | 40,71 | 0,94 | 252,23 | 12,56 | 0,00 | 0,01 | 190 | 2008 | | | | | |
| КАККО - НАПИТОК ВЫГОША-ТА С УЛУЩЕННЫМ ВКУСОМ | 200 | 1,95 | 1,55 | 12,59 | 72,50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 14 | 2018 | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАРСИОНАМИ И ПРОДУКТАМИ | 50 | 5,11 | 2,61 | 16,96 | 115,85 | 0,00 | 0,05 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 8,17 | 27,95 | 5,59 | 0,43 | 39,55 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 5 | 2017 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 505 | 14,44 | 12,84 | 71,32 | 474,02 | 1,74 | 0,40 | 0,25 | 0,10 | 0,15 | 66,06 | 333,88 | 150,65 | 6,21 | 539,53 | 7,76 | 0,02 | 0,07 | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУТ С МАЛОЖИРНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ | 250/5 | 3,08 | 5,90 | 15,30 | 126,74 | 0,71 | 0,03 | 0,02 | 0,20 | 0,09 | 28,32 | 27,47 | 10,31 | 0,60 | 68,22 | 1,15 | 0,00 | 0,01 | 111 | 2017 | | | | | |
| ЖАЖКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 250 | 11,01 | 12,92 | 38,15 | 476,81 | 18,93 | 0,21 | 0,14 | 0,20 | 0,00 | 41,97 | 192,82 | 53,94 | 2,33 | 1392,96 | 12,27 | 0,00 | 0,07 | 259 | 2017 | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,63 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОМ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 4,50 | 21,75 | 4,75 | 1,00 | 34,00 | 1,40 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 745 | 15,94 | 19,04 | 79,68 | 715,00 | 26,94 | 0,29 | 0,25 | 0,22 | 0,00 | 98,41 | 245,10 | 92,76 | 5,47 | 1991,24 | 19,38 | 0,00 | 0,10 | | | | | | | |
| Всего за день: | | 30,38 | 31,88 | 150,30 | 1189,02 | 28,68 | 0,79 | 0,48 | 0,32 | 0,15 | 158,47 | 578,99 | 243,41 | 11,68 | 2501,17 | 27,15 | 0,02 | 0,17 | | | | | | | |

Пятый день первой недели

| Применяемые продукты | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|------------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|----------------------|-------|--------|------|--|--|--|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Вит. Д, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | Se, мг | Ф, мг | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫМ | 150 | 15,30 | 17,00 | 2,74 | 261,74 | 0,22 | 0,06 | 0,40 | 0,28 | 2,52 | 101,98 | 207,69 | 16,06 | 2,36 | 223,07 | 26,75 | 0,03 | 0,05 | 210 | 2017 | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,63 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | | | | | |
| РЕЦЕПО | 130 | 0,82 | 0,32 | 12,74 | 61,10 | 13,00 | 0,04 | 0,03 | 0,01 | 0,00 | 20,80 | 14,30 | 10,40 | 2,86 | 361,40 | 2,50 | 0,05 | 0,01 | 338 | 2017 | | | | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДИРОВАНЫМ | 35 | 2,63 | 1,02 | 17,99 | 91,70 | 0,00 | 0,04 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 6,65 | 22,75 | 4,55 | 0,35 | 32,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 838 | 18,94 | 18,34 | 48,40 | 476,00 | 0,40 | 0,21 | 0,54 | 0,30 | 2,55 | 316,13 | 410,29 | 45,37 | 4,49 | 409,27 | 29,09 | 0,06 | 0,08 | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОМ | 250/5 | 1,83 | 5,74 | 11,97 | 109,66 | 7,78 | 0,04 | 0,05 | 0,21 | 0,00 | 48,18 | 48,45 | 22,88 | 1,13 | 325,95 | 5,70 | 0,00 | 0,02 | 82 | 2017 | | | | | |
| ПИЦЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В РАЙЛЕ | 90 | 15,55 | 28,29 | 5,59 | 320,66 | 1,06 | 0,26 | 0,08 | 0,01 | 0,00 | 13,52 | 106,82 | 18,06 | 1,22 | 263,25 | 5,55 | 0,00 | 0,05 | ТТК 48 | 2017 | | | | | |
| СТАЕЛТИ | 150 | 5,46 | 4,84 | 34,85 | 208,62 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,08 | 12,52 | 2,49 | 1,32 | 0,07 | 1,25 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 | | | | | |
| ЧАЙ С ЛИМОННЫМ | 200/15 | 0,28 | 0,04 | 16,33 | 68,72 | 13,24 | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,00 | 14,51 | 7,98 | 6,26 | 0,62 | 27,36 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК 11 | 2017 | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОМ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 | 0,07 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 34,80 | 7,60 | 1,80 | 54,40 | 2,24 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 740 | 25,12 | 37,17 | 81,46 | 769,36 | 29,58 | 0,41 | 0,20 | 0,31 | 0,08 | 105,03 | 218,24 | 64,72 | 5,34 | 777,69 | 14,09 | 0,00 | 0,07 | | | | | | | |
| Всего за день: | | 43,76 | 66,71 | 129,86 | 1244,36 | 29,98 | 0,62 | 0,74 | 0,61 | 0,23 | 421,16 | 629,53 | 110,09 | 9,83 | 1183,95 | 43,18 | 0,05 | 0,15 | | | | | | | |

Первый день второй недели

| Принят пища, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|----------------------|-------|------------|------------------|--|--|--|--|--|--|--|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | Se, мг | F, мг | № рецептур | Сборник рецептур | | | | | | | | | |
| КАША вязкая молочная из риса со сливочным маслом | 250г | 7,28 | 8,41 | 52,48 | 316,71 | 0,06 | 0,01 | 0,03 | 0,06 | 0,08 | 174,79 | 82,79 | 9,47 | 0,25 | 18,71 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 174 | 2017 | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД с мясными гастрономическими продуктами | 60 | 5,86 | 2,60 | 22,10 | 138,05 | 0,00 | 0,05 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 8,17 | 27,95 | 6,59 | 0,43 | 38,96 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 5 | 2017 | | | | | | | | | |
| ЧАЙ с САХАРОМ | 200г | 0,19 | 0,00 | 14,83 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 26,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 376 | 2017 | | | | | | | | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДИРОВАНЧИЙ | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,00 | 0,00 | 0,04 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 7,60 | 26,00 | 5,20 | 0,40 | 36,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 870 | 16,33 | 12,47 | 110,07 | 619,02 | 0,06 | 0,10 | 0,07 | 0,06 | 0,08 | 180,55 | 136,74 | 20,26 | 1,08 | 96,07 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| ЦУЛ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250г | 1,89 | 5,77 | 8,85 | 97,97 | 12,19 | 0,05 | 0,05 | 0,21 | 0,00 | 49,43 | 44,11 | 21,02 | 0,98 | 315,50 | 4,34 | 0,00 | 0,02 | 88 | 2017 | | | | | | | | | |
| КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 80 | 11,08 | 12,50 | 2,75 | 251,09 | 1,33 | 0,04 | 0,08 | 0,05 | 0,00 | 17,56 | 97,89 | 13,20 | 1,05 | 181,46 | 4,17 | 0,01 | 0,07 | 260 | 2017 | | | | | | | | | |
| НАВЯТОК из смеси сухофруктов | 150 | 6,48 | 6,42 | 38,35 | 244,74 | 0,00 | 0,22 | 0,12 | 0,02 | 0,08 | 22,14 | 187,32 | 126,79 | 4,41 | 284,08 | 2,28 | 0,06 | 0,01 | 171 | 2017 | | | | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9,46 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК-27 | 2017 | | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 718 | 11,32 | 0,18 | 8,48 | 401,79 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,90 | 17,40 | 3,80 | 0,80 | 27,20 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| Всего за день: | | 22,77 | 24,87 | 77,79 | 712,00 | 13,45 | 0,18 | 0,14 | 0,25 | 0,26 | 99,46 | 211,80 | 68,79 | 3,69 | 521,75 | 8,59 | 0,01 | 0,05 | | | | | | | | | | | |
| | | 39,10 | 37,34 | 167,86 | 1331,02 | 13,51 | 0,28 | 0,21 | 0,31 | 0,34 | 280,01 | 348,34 | 89,03 | 4,77 | 617,82 | 8,99 | 0,01 | 0,05 | | | | | | | | | | | |

Второй день второй недели

| Принят пища, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|----------------------|-------|------------|------------------|--|--|--|--|--|--|--|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | Se, мг | F, мг | № рецептур | Сборник рецептур | | | | | | | | | |
| МАМАРОНЫ ОТВАРЕННЫЕ С СЫРОМ | 200 | 10,53 | 9,92 | 41,41 | 302,88 | 0,06 | 0,01 | 0,05 | 0,06 | 0,08 | 174,78 | 82,79 | 9,47 | 0,25 | 18,71 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 204 | 2017 | | | | | | | | | |
| КАККО - НАПЛИТОК "ВИТГОЛД" НА СЛИВЯНОМ МОЛОКЕ | 200 | 1,96 | 1,53 | 12,58 | 72,50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 2018 | | | | | | | | | |
| ЕДИНЧИКИ с ВЕЛОКОМ | 70 | 2,46 | 7,25 | 15,90 | 139,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК-14 | 2018 | | | | | | | | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДИРОВАНЧИЙ | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,00 | 0,00 | 0,04 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 7,60 | 26,00 | 5,20 | 0,40 | 36,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 810 | 17,93 | 19,88 | 80,46 | 619,38 | 0,06 | 0,16 | 0,17 | 0,06 | 0,15 | 182,83 | 199,04 | 51,53 | 2,08 | 314,83 | 12,56 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с горохом ПУШЕНЬМ | 250 | 5,00 | 5,39 | 19,22 | 148,86 | 4,80 | 0,16 | 0,08 | 0,20 | 0,00 | 41,23 | 80,09 | 33,52 | 1,97 | 484,55 | 4,48 | 0,00 | 0,03 | 102 | 2017 | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ | 80 | 9,87 | 24,24 | 11,44 | 303,86 | 0,05 | 0,25 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 15,36 | 113,96 | 18,82 | 1,46 | 221,57 | 4,33 | 0,00 | 0,04 | 270 | 2017 | | | | | | | | | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,42 | 4,89 | 23,33 | 151,46 | 11,30 | 0,13 | 0,11 | 0,03 | 0,07 | 46,18 | 82,27 | 32,86 | 1,33 | 833,56 | 9,18 | 0,00 | 0,04 | 128 | 2017 | | | | | | | | | |
| КОМПОТ из свежих плодов | 200 | 0,00 | 0,00 | 77,41 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,33 | 0,00 | 1,55 | 0,00 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 342 | 2017 | | | | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,90 | 17,40 | 3,80 | 0,80 | 27,20 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 710 | 20,51 | 34,70 | 81,83 | 722,48 | 21,21 | 0,63 | 0,28 | 0,26 | 0,07 | 120,29 | 321,81 | 89,25 | 5,06 | 1644,43 | 19,49 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| Всего за день: | | 39,44 | 64,68 | 172,89 | 1341,86 | 21,90 | 0,79 | 0,45 | 0,32 | 0,22 | 283,12 | 520,95 | 149,78 | 8,04 | 1989,28 | 32,05 | 0,00 | 0,12 | | | | | | | | | | | |

Третий день второго периода

| Пример пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур | | |
|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|------------|------------------|--------|-------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | | | Se, мг | С, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ШНИЦЕЛЬ | 80 | 11,57 | 27,20 | 13,45 | 344,97 | 0,00 | 0,26 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 11,50 | 120,71 | 23,14 | 1,70 | 234,48 | 4,40 | 0,00 | 0,04 | 288 | 2017 |
| РИС ОТАРПНОМ | 150 | 3,70 | 5,88 | 38,81 | 223,04 | 0,00 | 0,03 | 0,02 | 0,03 | 0,10 | 12,19 | 74,73 | 25,35 | 0,53 | 55,38 | 0,78 | 0,01 | 0,02 | 304 | 2017 |
| ЧАЙ С ШИПОВИНОМ | 200г/15 | 0,29 | 0,04 | 16,33 | 68,72 | 13,24 | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,00 | 14,81 | 7,88 | 6,26 | 0,82 | 27,36 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | ТТК-21 | 2017 |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0,16 | 0,02 | 0,46 | 2,72 | 0,80 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,14 | 7,56 | 2,52 | 0,18 | 28,20 | 0,80 | 0,00 | 0,00 | 71 | 2017 |
| БАЛОН НАРЕЗНОЙ ПОДПОРОВАННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,50 | 46,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 605 | 17,97 | 34,82 | 64,60 | 718,06 | 20,24 | 0,33 | 0,34 | 0,22 | 0,09 | 156,74 | 321,57 | 65,29 | 4,13 | 1722,64 | 16,37 | 0,01 | 0,06 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУТ КАРТОНЕВЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 4,19 | 6,38 | 15,25 | 151,72 | 9,57 | 0,11 | 0,09 | 0,20 | 0,00 | 27,51 | 70,12 | 29,25 | 1,89 | 678,97 | 6,43 | 0,00 | 0,04 | 18 | 2017 |
| ТЕФЕЛЬНИ НЕЖЕНКА В СОУСЕ | 110 | 6,70 | 9,21 | 12,78 | 241,08 | 0,75 | 0,03 | 0,01 | 0,08 | 0,00 | 13,49 | 20,67 | 6,28 | 0,36 | 98,87 | 0,73 | 0,00 | 0,01 | ТТК-36 | 2017 |
| САЛЕТТИ | 150 | 5,46 | 4,84 | 34,95 | 205,82 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,08 | 20,36 | 2,32 | 3,20 | 0,07 | 1,81 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 202 | 2017 |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,46 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ТТК-27 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 0,19 | 6,48 | 40,79 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,80 | 17,40 | 3,80 | 0,80 | 27,20 | 1,12 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 746 | 19,67 | 20,62 | 64,76 | 719,90 | 11,92 | 0,20 | 0,14 | 0,31 | 0,08 | 90,89 | 129,81 | 49,03 | 3,26 | 805,70 | 8,73 | 0,00 | 0,05 | | |
| Всего за день: | | 37,64 | 54,64 | 179,20 | 1437,96 | 32,16 | 0,53 | 0,48 | 0,53 | 0,17 | 237,43 | 451,38 | 134,32 | 7,39 | 2528,34 | 25,10 | 0,01 | 0,14 | | |

Четвертый день второго периода

| Пример пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | | | | | | № рецептур | Сборник рецептур | | |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|------------|------------------|--------|-------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | | | Se, мг | С, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ТЕРМОЛЕС СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 250г/5 | 11,51 | 10,89 | 42,97 | 308,78 | 0,00 | 0,26 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 11,50 | 126,71 | 23,14 | 1,70 | 234,48 | 4,40 | 0,00 | 0,04 | 182 | 2017 |
| КОТ ЛЕГКИЙ БИМБЖ | 100 | 2,40 | 1,20 | 14,40 | 80,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200г/15 | 0,19 | 0,00 | 14,93 | 60,40 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,92 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 378 | 2017 |
| БАЛОН НАРЕЗНОЙ ПОДПОРОВАННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 | 0,08 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,50 | 46,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 16,35 | 12,96 | 87,72 | 627,84 | 18,24 | 0,33 | 0,14 | 0,08 | 0,10 | 48,90 | 233,02 | 62,65 | 3,55 | 402,82 | 5,56 | 0,01 | 0,06 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| РАСОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250г/5 | 3,33 | 6,33 | 16,61 | 158,79 | 6,73 | 0,11 | 0,07 | 0,21 | 0,00 | 35,23 | 77,89 | 27,11 | 1,14 | 512,27 | 6,32 | 0,00 | 0,03 | 98 | 2017 |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 80 | 11,80 | 10,47 | 3,19 | 181,86 | 1,28 | 0,02 | 0,02 | 0,31 | 0,00 | 16,36 | 17,84 | 8,75 | 0,34 | 75,36 | 1,41 | 0,00 | 0,01 | 289 | 2017 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССОЛЫНИЧЬЯ | 150 | 8,48 | 6,42 | 38,35 | 244,74 | 0,00 | 0,22 | 0,32 | 0,02 | 0,08 | 22,14 | 187,32 | 125,73 | 4,41 | 284,08 | 2,28 | 0,00 | 0,01 | 171 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200г/15 | 0,19 | 0,00 | 14,93 | 60,40 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,92 | 0,74 | 25,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 378 | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,32 | 0,31 | 14,84 | 71,39 | 0,00 | 0,06 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 9,30 | 30,45 | 6,65 | 1,40 | 47,80 | 1,93 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | |
| Итого за прием пищи: | 750 | 26,12 | 26,43 | 87,92 | 716,00 | 8,06 | 0,43 | 0,28 | 0,54 | 0,06 | 90,64 | 333,69 | 178,46 | 6,23 | 944,51 | 10,87 | 0,00 | 0,06 | | |
| Всего за день: | | 42,97 | 39,39 | 175,64 | 1382,84 | 26,26 | 0,76 | 0,40 | 0,62 | 0,18 | 142,94 | 596,71 | 239,11 | 11,78 | 1347,33 | 16,53 | 0,01 | 0,11 | | |

Пятый день второй недели

| Пример меню, наименование блюда | Высота порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | | | № рацион-рецептур | Сборник рецептур | | |
|--|---------------|------------------|---------|-------------|------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|----------------------|--------|-------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|-------------------|------------------|-------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | Na, мг | F, мг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | Cl, мг | S, мг | | | F, мг | |
| Пудинг творожный "Сосновый" с ягодным соусом | 110/20 | 24,42 | 11,20 | 23,95 | 268,37 | 0,27 | 0,05 | 0,23 | 0,05 | 0,14 | 165,75 | 199,04 | 24,32 | 0,68 | 195,33 | 3,96 | 0,12 | 0,03 | 118,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 29,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 378 | 2017 | |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,19 | 0,00 | 14,93 | 60,46 | 0,04 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 12,18 | 7,42 | 5,62 | 0,74 | 29,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 14,33 | 10,40 | 3,80 | 361,40 | 2,60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 328 | 2017 | |
| Яблоко | 130 | 0,82 | 0,52 | 12,74 | 61,10 | 13,00 | 0,04 | 0,03 | 0,01 | 0,00 | 20,60 | 14,33 | 10,40 | 3,80 | 361,40 | 2,60 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 9,80 | 6,37 | 0,60 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 377 | 2017 | |
| Катон итальянский (карповичница) | 30 | 2,25 | 0,67 | 15,42 | 75,80 | 0,00 | 0,06 | 0,22 | 0,00 | 0,00 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,50 | 46,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 34,80 | 7,60 | 1,60 | 54,40 | 2,24 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Итого за прием пищи: | 505 | 27,28 | 12,67 | 73,06 | 489,53 | 13,31 | 0,15 | 0,29 | 0,05 | 0,14 | 208,23 | 243,26 | 46,34 | 4,78 | 628,53 | 0,46 | 0,02 | 0,04 | | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,83 | 5,74 | 11,87 | 100,60 | 7,78 | 0,04 | 0,65 | 0,21 | 0,00 | 49,16 | 49,45 | 22,98 | 1,13 | 305,95 | 5,70 | 0,00 | 0,00 | 82,71 | 43,25 | 11,72 | 0,91 | 49,73 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 234 | 2017 | |
| Котлета рыбная | 100 | 11,50 | 5,98 | 14,94 | 207,71 | 0,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 11,76 | 43,25 | 11,72 | 0,91 | 49,73 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,35 | 62,27 | 32,86 | 1,33 | 633,59 | 9,19 | 0,00 | 0,04 | 129 | 2017 | |
| Картофельное пюре | 150 | 3,42 | 4,89 | 23,33 | 151,48 | 11,35 | 0,13 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 49,16 | 92,27 | 32,86 | 1,33 | 633,59 | 9,19 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 9,80 | 6,37 | 0,60 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 377 | 2017 | |
| Чай с сахаром и лимоник | 200/1/7 | 0,26 | 0,01 | 15,13 | 62,77 | 1,16 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 14,70 | 9,80 | 6,37 | 0,60 | 37,21 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 34,80 | 7,60 | 1,60 | 54,40 | 2,24 | 0,00 | 0,00 | ГОСТ | | |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 | 0,07 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 34,80 | 7,60 | 1,60 | 54,40 | 2,24 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 767 | 19,66 | 16,96 | 82,33 | 713,28 | 20,30 | 0,31 | 0,23 | 0,24 | 0,07 | 134,72 | 245,07 | 85,33 | 8,07 | 1 328,48 | 17,12 | 0,00 | 0,06 | | | | | | | | | | | |
| Всего за день: | | 47,04 | 29,65 | 155,38 | 1 189,15 | 33,61 | 0,46 | 0,52 | 0,50 | 0,21 | 342,95 | 499,33 | 132,17 | 10,85 | 1 957,01 | 23,58 | 0,02 | 0,10 | | | | | | | | | | | |

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность ккал | Витамины | | | | | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------------|---------|-------------|------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|----------|----------|----------|--------|-----------|----------------------|--------|-------|--------|-------|--------|--------|-------|--------|-------|-------|--|--|--|--|
| | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | К, мг | Л, мг | Na, мг | F, мг | Ca, мг | P, мг | Mg, мг | Fe, мг | K, мг | Cl, мг | S, мг | F, мг | | | | |
| Итого за весь период | 318,57 | 492,93 | 1 739,59 | 13 094,41 | 203,12 | 7,60 | 5,49 | 5,64 | 4,32 | 3 088,82 | 6 313,70 | 1 944,22 | 110,03 | 18 943,71 | 297,86 | 0,20 | 1,61 | | | | | | | | | | | | |
| Среднее значение за период | 31,86 | 49,29 | 173,96 | 1 309,44 | 20,31 | 0,76 | 0,55 | 0,56 | 0,43 | 308,88 | 631,37 | 194,42 | 11,00 | 1894,37 | 29,79 | 0,02 | 0,16 | | | | | | | | | | | | |
| Содержание белка, жиров, углеводов в меню за период, в % от калорийности | 11,0 | 34,7 | 53,4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Завтрак | Обед |
|---------------|---------|------|
| 7-11 лет | 530 | 720 |

Нормативная документация:

13

- СанПиН 2.3.2.4.3590-20
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2017г. Москва по редакции М.П.Мотыльнова и В.А.Угелкина.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродлинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Давыдовой
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижн-Софт". Питание детей в школе 2023г. версия 1.2.9 г.Санкт-Петербург
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2011г. Москва по редакции М.П.Мотыльнова и В.А.Угелкина.
- Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
- МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений"

Директор ООО "Максимум"  Е.Н.Осиенская