

"Согласовано"

Директор
МБОУ СОШ №196 (блок А)

И.А. Талышинская

2025 г.

"Согласовано"

Родитель (законный представитель)
обучающегося 1г класса

МБОУ СОШ №196 М.И. Шматкова
Е.А. Шматкова

2025 г.

"Утверждаю"

Управляющий

ООО "КП "Левобережный"

Ю.Б. Перетяткевич

2025 г.

Примерное двухнедельное меню (комплекс) для питания детей-инвалидов с заболеванием фенилкетонурия в столовых
школьных учреждений, обслуживаемых ООО "КП "Левобережный"

Возраст: 7 -11 лет

Сезон: осенне-зимний

Смена: 1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры и сборника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя I							
День 1							
Завтрак	Каша рисовая безмолочная вязкая с маслом сливочным	150	0,23	5,87	26,40	159,36	ТТК
	Крупа рисовая ФКУ	33,3					
	Соль йодированная	0,6					
	Вода	123,0					
	Масло сливочное	7,5					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром, лимоном	200/10/5	0,21	0,05	10,16	41,88	377, 2015
	Чай весовой	0,8					
	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Лимон	5,0					
	Мандарин	80	0,64	0,24	6,48	30,64	112, 2013
	Итого за завтрак:		475	1,22	7,66	56,55	299,98
Обед	Салат "Витаминка"	60	0,86	3,08	6,02	55,21	1, 2000
	Капуста белокочанная	45,6					
	Яблоки свежие	9,0					
	Лимонная кислота	0,1					
	Сахар	3,0					
	Масло растительное	3,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Свекольник	210	2,09	4,61	14,25	106,78	131, 2013
	Свекла	51,2					
	Картофель	34,4					
	Морковь	9,0					
	Лук репчатый	8,0					
	Томатная паста	1,0					
	Масло сливочное	4,0					
	Соль йодированная	0,3					
	Сахар	2,0					
	Лимонная кислота	0,04					
	Вода	170					
	Зелень сушеная	0,12					
	Лавровый лист	0,0					
	Сметана	10,0					
	Котлета из крупки гречневой	70	0,70	6,12	16,09	122,22	ТТК
	Крупка гречневая "Увелка"	10,0					
	Вода	50,0					
	Масло сливочное	1,3					

Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	1,3					
Томатная паста	5,0					
Крупка кукурузная ФКУ	7,5					
Соль йодированная	1,0					
Масло растительное	5,0					
Макароны с овощами ФКУ	120	1,03	4,59	32,09	173,74	ТТК
Макаронные изделия ФКУ	33,6					
Соль йодированная	1,0					
Морковь	21,2					
Лук репчатый	28,8					
Томатная паста	3,8					
Масло растительное	4,2					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,83	0,00	20,78	86,43	348, 2015
Курага	16,0					
Сахар	12,0					
Кислота лимонная	0,02					
Вода	204,0					

Итого за обед:

День 2

Завтрак	Каша из крупки кукурузной вязкая	150	0,18	3,06	29,34	145,58	ТТК
	Крупка кукурузная	30,0					
	Соль йодированная	0,6					
	Сахар	3,8					
	Вода	126,0					
	Масло сливочное	3,8					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,03	10,00	40,77	346, 2015
	Чай весовой	0,6					
	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40	112, 2013

Итого за завтрак:

Салат из свеклы с яблоками	60	0,69	3,10	7,12	59,13	60, 2013
Свекла	42,3					
Яблоки свежие	15,0					
Масло растительное	3,0					
Сахар	1,8					
Рассольник Ленинградский	210	2,15	5,81	13,94	116,62	96, 2015
Картофель	50,0					
Крупа перловая	4,0					
Морковь	8,0					

Обед	Лук репчатый	4,0					
	Огурцы соленные	12,0					
	Масло растительное	4,0					
	Соль йодированная	0,3					
	Вода	160,0					
	Зелень сушеная	0,12					
	Лавровый лист	0,01					
	Сметана	10,0					
	Каша гречневая рассыпчатая ФКУ	100	1,60	3,70	30,80	162,87	297, 2004
	Крупа гречневая (Увелка)	40,0					
	Вода	60,0					
	Соль йодированная	1,0					
	Масло растительное	3,3					
	Соус белый основной	50	0,29	1,84	1,85	25,11	582, 2004
	Вода	55,0					
	Масло сливочное	2,5					
	Мука пшеничная в/с	2,5					
	Лук репчатый	1,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Лавровый лист	0,01					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	14,50	59,20	349, 2015
	Компотная смесь	16,0					
	Сахар	15,0					
	Кислота лимонная	0,02					
	Вода	205,0					
Итого за обед:		650	5,19	15,95	81,70	491,03	
День 3							
Завтрак	Омлет ФКУ	120	0,88	3,99	26,60	145,78	ТТК
	Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	19,0					
	Вода	63,0					
	Безбелковая смесь для выпечки	12,7					
	Соль йодированная	0,1					
	Сметана	25,3					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,03	10,00	40,77	376, 2015
	Чай весовой	0,6					
	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013
Итого за завтрак:		560	2,95	5,92	66,30	330,25	
Икра овощная		60	0,77	6,03	5,59	79,71	ТТК

Обед

Морковь	36,0					
Лук репчатый	9,0					
Томатная паста	3,6					
Масло растительное	6,0					
Лимонная кислота	0,5					
Сахар	1,5					
Вода	7,2					
Соль йодированная	0,2					
Лавровый лист	0,01					
Щи из капусты свежей с картофелем	210	1,82	5,65	7,82	89,42	124, 2004
Капуста белокочанная	40,0					
Картофель	24,0					
Морковь очищенная, п/ф	10,4					
Лук репчатый	8,0					
Соль йодированная	0,3					
Масло растительное	4,0					
Вода	160,0					
Зелень сушеная	0,12					
Лавровый лист	0,01					
Томатная паста	1,0					
Сметана	10,0					
Рис припущенный ФКУ с маслом растительным	120	0,21	5,93	32,71	185,02	415, 2013
Крупа рисовая ФКУ	41,4					
Вода	87,0					
Масло растительное	5,4					
Соль йодированная	0,2					
Соус красный основной	50	0,43	0,76	3,29	21,69	528, 1996
Вода	50,0					
Масло сливочное	1,0					
Мука пшеничная в/с	2,5					
Томатная паста	2,0					
Лук репчатый	1,0					
Морковь	4,0					
Сахар	0,8					
Соль йодированная	0,2					
Лавровый лист	0,01					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Компот из свежих яблок и свежемороженой клубники	200	0,12	0,08	16,91	68,82	ТТК
Яблоки свежие	12,0					
Клубника с/м	10,0					
Сахар	15,0					
Кислота лимонная	0,02					

Итого за обед:			670	3,49	19,95	79,82	512,76	
День 4								
Завтрак	Каша из крупки кукурузной вязкая		150	0,18	3,06	29,34	145,58	ТТК
		Крупка кукурузная	30,0					
		Соль йодированная	0,6					
		Сахар	3,8					
		Вода	126,0					
		Масло сливочное	3,8					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ		30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром, лимоном		200/10/5	0,21	0,05	10,16	41,88	377, 2015
		Чай весовой	0,8					
		Вода	200,0					
		Сахар	10,0					
		Лимон	5,0					
	Сок 0,2 л в индивидуальной упаковке (яблочный)		200	0,00	0,00	20,00	80,00	518, 2013
Итого за завтрак:			595	0,54	4,60	73,00	335,56	
Обед	Салат из белокочанной капусты		60	1,02	3,06	5,99	55,54	43, 2004
		Капуста белокочанная	50,0					
		Морковь	9,0					
		Лимонная кислота	0,2					
		Сахар	3,0					
		Масло растительное	3,0					
		Соль йодированная	0,2					
	Суп картофельный		200	1,25	2,21	9,52	62,99	131, 1996
		Картофель	50,0					
		Морковь	8,0					
		Лук репчатый	8,0					
		Масло растительное	2,0					
		Вода	140,0					
		Соль йодированная	0,3					
		Лавровый лист	0,01					
		Зелень сушеная	0,12					
	Котлета из крупки гречневой		70	0,70	6,12	16,09	122,22	ТТК
		Крупка гречневая "Увелка"	10,0					
		Вода	50,0					
		Масло сливочное	1,3					
		Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	1,3					
		Томатная паста	5,0					
		Крупка кукурузная ФКУ	7,5					
		Соль йодированная	1,0					
		Масло растительное	5,0					
	Пюре картофельное (без молока) с маслом растительным		100	1,78	3,35	14,51	95,33	ТТК

Картофель очищенный, п/ф	89,0					
Соль йодированная	0,2					
Вода	14,0					
Масло растительное	3,0					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Компот из свежих яблок и мандаринов	200	0,16	0,09	17,28	70,57	ТТК
Яблоки свежие	12,0					
Мандарины	14,0					
Сахар	15,0					
Кислота лимонная	0,03					
Вода	200,0					
Итого за обед:	660	5,05	16,33	76,89	474,75	

День 5

Завтрак	Омлет ФКУ	120	0,88	3,99	26,60	145,78	ТТК
	Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	19,0					
	Вода	63,0					
	Безбелковая смесь для выпечки	12,7					
	Соль йодированная	0,1					
	Сметана	25,3					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,03	10,00	40,77	346, 2015
	Чай весовой	0,6					
	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013
Итого за завтрак:		560	2,95	5,92	66,30	330,25	

Салат "Овощной букет"	60	0,82	9,11	5,70	108,11	35, 2000
Картофель	25,4					
Морковь	12,1					
Огурцы соленные	9,0					
Лук репчатый	6,0					
Масло растительное	9,0					
Соль йодированная	0,2					
Борщ с капустой и картофелем	210	1,78	5,63	11,00	101,78	82, 2015
Свекла	32,0					
Капуста белокочанная	16,0					
Картофель	16,0					
Морковь	10,4					
Лук репчатый	8,0					
Томатная паста	2,6					
Масло растительное	4,0					
Сахар	2,4					

Обед

Соль йодированная	0,3					
Лимонная кислота	0,1					
Вода	170,0					
Зелень сушеная	0,1					
Лавровый лист	0,01					
Сметана	10,0					
Макаронные изделия отварные ФКУ с маслом растительным	120	0,20	5,84	33,05	185,60	291, 2013
Макаронные изделия ФКУ	40,8					
Масло растительное	5,4					
Соль йодированная	0,2					
Соус томатный	50	0,56	2,28	3,42	36,43	587, 2004
Вода	45,0					
Масло сливочное	3,1					
Мука пшеничная в/с	2,3					
Морковь	3,5					
Лук репчатый	1,0					
Томатная паста	5,0					
Сахар	0,5					
Соль йодированная	0,2					
Лавровый лист	0,01					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	19,27	79,80	519, 2013
Плоды шиповника (сушеные)	20,0					
Сахар	15,0					
Вода	230,0					
Итого за обед:	670	4,20	24,36	85,94	579,82	

Неделя 2

День 1

Завтрак	Каша из крупки кукурузной вязкая	150	0,18	3,06	29,34	145,58	ТТК
	Крупка кукурузная	30,0					
	Соль йодированная	0,6					
	Сахар	3,8					
	Вода	126,0					
	Масло сливочное	3,8					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,03	10,00	40,77	346, 2015
	Чай весовой	0,6					
	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40	112, 2013
Итого за завтрак:		490	0,85	4,99	62,65	298,85	
Салат "Ералаш"		60	0,93	3,05	6,41	56,82	2, 2000

Обед

Капуста белокочанная	36,0					
Свекла	18,9					
Лимонная кислота	0,1					
Сахар	3,0					
Масло растительное	3,0					
Соль йодированная	0,2					
Суп картофельный с макаронными изделиями ФКУ	200	1,29	2,70	16,00	93,46	147, 2013
Картофель	50,0					
Макаронные изделия ФКУ	8,0					
Морковь	8,0					
Лук репчатый	8,0					
Соль йодированная	0,3					
Масло растительное	2,4					
Вода	152,0					
Зелень сушеная	0,12					
Лавровый лист	0,01					
Рис припущенный ФКУ с маслом растительным	120	0,21	5,93	32,71	185,02	415, 2013
Крупа рисовая ФКУ	41,4					
Вода	87,0					
Масло растительное	5,4					
Соль йодированная	0,2					
Соус томатный	50	0,56	2,28	3,42	36,43	587, 2004
Вода	45,0					
Масло сливочное	3,1					
Мука пшеничная в/с	2,3					
Морковь	3,5					
Лук репчатый	1,0					
Томатная паста	5,0					
Сахар	0,5					
Соль йодированная	0,2					
Лавровый лист	0,01					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,83	0,00	20,78	86,43	348, 2015
Курага	16,0					
Сахар	12,0					
Кислота лимонная	0,02					
Вода	204,0					
Итого за обед:	660	3,97	15,47	92,81	526,26	
День 2						
Каша рисовая безмолочная вязкая с маслом сливочным	150	0,23	5,87	26,40	159,36	ТТК
Крупа рисовая ФКУ	33,3					
Соль йодированная	0,6					

Завтрак	Вода	123,0					
	Масло сливочное	7,5					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,03	10,00	40,77	346, 2015
	Чай весовой	0,6					
	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Мандарин	80	0,64	0,24	6,48	30,64	112, 2013
	Итого за завтрак:	470	1,14	7,64	56,39	298,87	
	Салат из моркови	60	0,69	6,05	5,60	79,56	7, 2013
Обед	Морковь	52,8					
	Сахар	1,8					
	Соль йодированная	0,2					
	Масло растительное	6,0					
	Суп картофельный	200	1,25	2,21	9,52	62,99	131, 1996
	Картофель	50,0					
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	8,0					
	Масло растительное	2,0					
	Вода	140,0					
	Соль йодированная	0,3					
	Лавровый лист	0,01					
	Зелень сушеная	0,12					
	Котлета из крупки гречневой	70	0,70	6,12	16,09	122,22	ТТК
	Крупка гречневая "Увелка"	10,0					
	Вода	50,0					
	Масло сливочное	1,3					
	Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	1,3					
	Томатная паста	5,0					
	Крупка кукурузная ФКУ	7,5					
	Соль йодированная	1,0					
	Масло растительное	5,0					
	Рagu из овощей	100	1,96	4,97	12,63	103,14	143, 2015
	Картофель	48,1					
	Морковь	17,7					
	Лук репчатый	8,6					
	Капуста белокочанная	20,0					
	Масло растительное	3,5					
	Соль йодированная	0,3					
	Лавровый лист	0,01					
	Вода	27,0					
	Масло сливочное	1,7					

	Мука пшеничная в/с	1,3					
	Томатная паста	3,0					
	Сахар	0,3					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Компот из свежих яблок и свежемороженой клубники	200	0,12	0,08	16,91	68,82	ТТК
	Яблоки свежие	12,0					
	Клубника с/м	10,0					
	Сахар	15,0					
	Кислота лимонная	0,02					
	Вода	215,0					
того за обед:		660	4,86	20,93	74,25	504,83	
день 3							
Завтрак	Омлет ФКУ	120	0,88	3,99	26,60	145,78	ТТК
	Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	19,0					
	Вода	63,0					
	Безбелковая смесь для выпечки	12,7					
	Соль йодированная	0,1					
	Сметана	25,3					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Чай с сахаром, лимоном	200/10/5	0,21	0,05	10,16	41,88	377, 2015
	Чай весовой	0,8					
	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Лимон	5,0					
	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013
того за завтрак:		565	3,04	5,94	66,46	331,36	
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,00	4,20	4,20	54,60	115, 2013
	Борщ с капустой и картофелем	210	1,78	5,63	11,00	101,78	82, 2015
	Свекла	32,0					
	Капуста белокочанная	16,0					
	Картофель	16,0					
	Морковь	10,4					
	Лук репчатый	8,0					
	Томатная паста	2,6					
	Масло растительное	4,0					
	Сахар	2,4					
	Соль йодированная	0,3					
	Лимонная кислота	0,1					
	Вода	170,0					
	Зелень сушеная	0,1					
	Лавровый лист	0,01					
	Сметана	10,0					

Обед

Макаронные изделия отварные ФКУ с маслом растительным	120	0,20	5,84	33,05	185,60	291, 2013
Макаронные изделия ФКУ	40,8					
Масло растительное	5,4					
Соль йодированная	0,2					
Соус красный основной	50	0,43	0,76	3,29	21,69	528, 1996
Вода	50,0					
Масло сливочное	1,0					
Мука пшеничная в/с	2,5					
Томатная паста	2,0					
Лук репчатый	1,0					
Морковь	4,0					
Сахар	0,8					
Соль йодированная	0,2					
Лавровый лист	0,01					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	19,27	79,80	519, 2013
Плоды шиповника (сушеные)	20,0					
Сахар	15,0					
Вода	230,0					
Итого за обед:	670	3,25	17,93	84,31	511,57	

день 4

Завтрак

Каша из крупки кукурузной вязкая	150	0,18	3,06	29,34	145,58	ТТК
Крупка кукурузная	30,0					
Соль йодированная	0,6					
Сахар	3,8					
Вода	126,0					
Масло сливочное	3,8					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Чай с сахаром	200/10	0,12	0,03	10,00	40,77	346, 2015
Чай весовой	0,6					
Вода	200,0					
Сахар	10,0					
Сок 0,2 л в индивидуальной упаковке (яблочный)	200	0,00	0,00	20,00	80,00	518, 2013

Итого за завтрак:

Салат из белокочанной капусты	60	1,02	3,06	5,99	55,54	43, 2004
Капуста белокочанная	50,0					
Морковь	9,0					
Лимонная кислота	0,2					
Сахар	3,0					
Масло растительное	3,0					
Соль йодированная	0,2					
Рассольник	210	1,78	5,76	11,28	104,10	133, 2013

Обед

Картофель	50,0					
Морковь	8,0					
Лук репчатый	4,0					
Огурцы соленые	12,0					
Масло растительное	4,0					
Соль йодированная	0,3					
Вода	150,0					
Зелень сушеная	0,12					
Лавровый лист	0,01					
Сметана	10,0					
Котлета из крупки гречневой	70	0,70	6,12	16,09	122,22	ТТК
Крупка гречневая "Увелка"	10,0					
Вода	50,0					
Масло сливочное	1,3					
Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	1,3					
Томатная паста	5,0					
Крупка кукурузная ФКУ	7,5					
Соль йодированная	1,0					
Масло растительное	5,0					
Пюре картофельное (без молока) с маслом растительным	100	1,78	3,35	14,51	95,33	ТТК
Картофель очищенный, п/ф	89,0					
Соль йодированная	0,2					
Вода	14,0					
Масло растительное	3,0					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Компот из свежих яблок и мандаринов	200	0,16	0,09	17,28	70,57	ТТК
Яблоки свежие	12,0					
Мандарины	14,0					
Сахар	15,0					
Кислота лимонная	0,03					
Вода	200,0					
Итого за обед:	670	5,58	19,88	78,65	515,86	

Итого за обед:

№ 5

Завтрак

Омлет ФКУ	120	0,88	3,99	26,60	145,78	ТТК
Заменитель яиц (смесь для выпечки соевая)	19,0					
Вода	63,0					
Безбелковая смесь для выпечки	12,7					
Соль йодированная	0,1					
Сметана	25,3					
Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
Чай с сахаром, лимоном	200/10/5	0,21	0,05	10,16	41,88	377, 2015
Чай весовой	0,8					

	Вода	200,0					
	Сахар	10,0					
	Лимон	5,0					
	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013
того за завтрак:		565	3,04	5,94	66,46	331,36	
	Винегрет овощной	60	0,75	6,08	4,53	75,84	67, 2015
	Картофель	13,0					
	Свекла	9,5					
	Морковь	6,1					
	Огурцы соленые	18,0					
	Лук репчатый	9,0					
	Масло растительное	6,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Суп картофельный	200	1,25	2,21	9,52	62,99	131, 1996
	Картофель	50,0					
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	8,0					
	Масло растительное	2,0					
	Вода	140,0					
	Соль йодированная	0,3					
	Лавровый лист	0,01					
	Зелень сушеная	0,12					
Обед	Каша гречневая рассыпчатая ФКУ	100	1,60	3,70	30,80	162,87	297, 2004
	Крупа гречневая (Увелка)	40,0					
	Вода	60,0					
	Соль йодированная	1,0					
	Масло растительное	3,3					
	Соус белый основной	50	0,29	1,84	1,85	25,11	582, 2004
	Вода	55,0					
	Масло сливочное	2,5					
	Мука пшеничная в/с	2,5					
	Лук репчатый	1,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Лавровый лист	0,01					
	Хлеб безбелковый безглютеновый ФКУ	30	0,15	1,50	13,50	68,10	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	14,50	59,20	349, 2015
	Компотная смесь	16,0					
	Сахар	15,0					
	Кислота лимонная	0,02					
	Вода	205,0					
того за обед:		640	4,34	15,33	74,70	454,11	

	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД						
Завтрак	536	1,70	5,82	64,96	318,98		
Обед	664	4,56	18,60	83,18	518,35		
День	1200	6,26	24,42	148,14	837,33		

Примечание:

- 1 - овощи свежие используются без тепловой обработки до 1 марта.
- 2 - для заправки салата используются растительное масло и лимонная кислота
- 3 - зелёный горошек используемый для салатов, подвергается термической обработке

составлении меню были использованы следующие сборники технических нормативов:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996 г., Москва, "Хлебпродинформ"
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1997 г., Москва, "Хлебпродинформ"
- Сборник рецептов блюд, мучных кулинарных и кондитерских изделий, рекомендованный для применения в предприятиях общественного питания, 2000 г., Новосибирск, "Новосибирская пищевая лаборатория качества"
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г., Москва, "Хлебпродинформ"
- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, 2012 г., Пермь, ЗАО "Уральский региональный центр питания"
- Сборник рецептов для школ, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, 2013 г., Пермь, ООО "Уральский региональный центр питания"
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, 2015 г., Москва, "Де.Ли плюс"
- Сборник нормативно-технологической документации по организации специализированного питания для детей дошкольного и школьного возраста с наследственными заболеваниями обмена, практическое пособие, 2018 г., Новосибирск
- Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях), методические рекомендации МР 2.4.0162-19, 2019 г., Москва

Технолог  Э.Ю. Бобровникова

тел. 240-78-45