

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «Гранд»

*М.В. Давыдов*  
М.В. Давыдов

обш

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образования  
*Дурдина*  
\_\_\_\_\_

Руководитель образования  
Директор ДП МБОУ «Школа № 1» А.С.

Организация и деятельность администрации муниципального района в 2026 учебном году

| № рецептуры | Наименование блюда                           | Выход    | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность<br>к, кДж | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мкг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг  | Р, мг   | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|----------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|------------------------|-------------------|------------------|-------------------|------------------|---------|---------|--------|--------|
| 1 за неделю |                                              |          |          |         |             |                        |                   |                  |                   |                  |         |         |        |        |
| 1 день      |                                              |          |          |         |             |                        |                   |                  |                   |                  |         |         |        |        |
| 43/2021     | Салат картофельный с огурцами соевыми        | 60       | 1,26     | 3,78    | 4,92        | 58,80                  | 0,03              | 6,36             | 0,00              | 1,68             | 23,60   | 27,60   | 11,40  | 0,42   |
| 268/2015    | Котлеты «Гарусин» с соусом томатным          | 75/25    | 7,16     | 10,12   | 5,43        | 141,44                 | 0,01              | 1,22             | 0,01              | 0,10             | 15,06   | 75,81   | 15,84  | 0,84   |
| 123/2017    | Каша пшеничная вязкая с мясом говяжьим       | 150      | 5,65     | 4,47    | 28,00       | 175,00                 | 0,09              | 0,21             | 0,82              | 0,82             | 16,47   | 47,07   | 8,49   | 0,87   |
| 456/2021    | Пирог из циполлина                           | 200      | 0,670    | 0,270   | 18,300      | 78                     | 0,010             | 80,000           | 0                 | 0,800            | 11,900  | 3,200   | 3,200  | 0,610  |
| 1/2017      | Хлеб Ржаной                                  | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00                  | 0,01              | 0,00             | 0,00              | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
| 1/2017      | Хлеб Пшеничный                               | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00                  | 0,03              | 0,00             | 0,00              | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|             | Итого                                        |          | 18,02    | 19,08   | 80,41       | 568,24                 | 0,18              | 87,58            | 0,22              | 3,84             | 75,79   | 185,90  | 46,13  | 3,44   |
| 2 день      |                                              |          |          |         |             |                        |                   |                  |                   |                  |         |         |        |        |
| 52/2017     | Салат из свеклы отварной                     | 60       | 0,850    | 3,650   | 11,600      | 56,00                  | 0,011             | 4,00             | 0                 | 0,160            | 21,300  | 13,000  | 12,540 | 0,200  |
| 289/2017    | Рататут из тыквы                             | 50/150   | 15,100   | 13,580  | 17,400      | 252,600                | 0,100             | 13,300           | 0,460             | 6,320            | 44,600  | 165,800 | 23,800 | 2,400  |
| 377/2017    | Чай с лимоном (полусладкий)                  | 200/10/7 | 0,084    | 0,012   | 15,185      | 62                     | 0,003             | 2,800            | 0                 | 0,014            | 3,550   | 1,540   | 0,840  | 0,087  |
| 1/2017      | Хлеб Ржаной                                  | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00                  | 0,01              | 0,00             | 0,00              | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
| 1/2017      | Хлеб Пшеничный                               | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00                  | 0,03              | 0,00             | 0,00              | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|             | Итого                                        |          | 19,314   | 17,682  | 67,945      | 485,600                | 0,161             | 20,100           | 0,460             | 6,932            | 77,910  | 212,560 | 44,580 | 3,389  |
| 3 день      |                                              |          |          |         |             |                        |                   |                  |                   |                  |         |         |        |        |
| 42/2021     | Салат картофельный с зеленым горошком        | 60       | 1,500    | 3,780   | 4,980       | 60,00                  | 0,048             | 11,40            | 0                 | 1,680            | 17,020  | 47,250  | 10,200 | 0,420  |
| ТТК-9       | Фрикадельки «Особое» с соусом томатным       | 50/50    | 12,540   | 19,040  | 9,990       | 261,21                 | 0,010             | 0,110            | 3,330             | 0,110            | 186,250 | 6,200   | 25,180 | 1,150  |
| 202/2017    | Макаронные отарные с мясом                   | 150      | 5,100    | 4,468   | 28,500      | 187                    | 0,087             | 0,000            | 0,100             | 0,816            | 16,457  | 57,000  | 8,479  | 0,869  |
| 342/2017    | Пирог из свеклы, яблок                       | 200      | 0,200    | 0,200   | 11,100      | 76,30                  | 0,000             | 3,400            | 0,000             | 0,300            | 13,000  | 4,400   | 4,400  | 0,800  |
| 1/2017      | Хлеб Ржаной                                  | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00                  | 0,01              | 0,00             | 0,00              | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
| 1/2017      | Хлеб Пшеничный                               | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00                  | 0,03              | 0,00             | 0,00              | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|             | Итого                                        |          | 22,620   | 27,928  | 78,270      | 699,510                | 0,192             | 14,910           | 3,430             | 3,344            | 241,487 | 147,070 | 55,459 | 3,941  |
| 4 день      |                                              |          |          |         |             |                        |                   |                  |                   |                  |         |         |        |        |
| 338/2017    | Плоды и ягоды свежие                         | 100      | 0,400    | 0,400   | 7,350       | 47,00                  | 0,030             | 8                | 0                 | 0,100            | 16,000  | 11,000  | 9,000  | 0,030  |
| 295/2015    | Биточки «Рыбешка» с соусом сметанным с луком | 75/25    | 10,420   | 12,310  | 12,510      | 202,5                  | 0,075             | 0,560            | 0,500             | 3,450            | 46,680  | 58,520  | 15,100 | 1,150  |
| 304/2017    | Чай отварной                                 | 150      | 3,650    | 5,370   | 36,680      | 209,7                  | 0,030             | 0,000            | 0,000             | 30,450           | 1,370   | 60,940  | 16,340 | 0,530  |
| 457/2021    | Чай полусливальный                           | 200      | 0,200    | 0,000   | 13,700      | 46,00                  | 0,008             | 3,750            | 0,000             | 0,075            | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200  |
| 1/2017      | Хлеб Ржаной                                  | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00                  | 0,01              | 0,00             | 0,00              | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
| 1/2017      | Хлеб Пшеничный                               | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00                  | 0,03              | 0,00             | 0,00              | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|             | Итого                                        |          | 17,95    | 18,52   | 94,00       | 630,20                 | 0,190             | 12,310           | 0,500             | 34,513           | 82,780  | 170,18  | 54,14  | 2,612  |
| 5 день      |                                              |          |          |         |             |                        |                   |                  |                   |                  |         |         |        |        |

|          |                                     |          |        |        |        |         |       |        |        |       |         |         |        |       |
|----------|-------------------------------------|----------|--------|--------|--------|---------|-------|--------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
| 28/2011  | Салат "Пёстрый"                     | 60       | 0,600  | 2,700  | 8,400  | 52,00   | 0,020 | 3,400  | 0,000  | 0,040 | 24,700  | 39,5    | 9      | 0,700 |
| 259/2017 | Жаркое по-домашнему с мясом птицы   | 50/150   | 18,520 | 20,700 | 18,950 | 337,14  | 0,140 | 7,740  | 0,000  | 5,500 | 34,900  | 233,100 | 36,900 | 3,360 |
| 460/2021 | Чай полусладкий с молоком           | 200      | 1,52   | 1,35   | 15,90  | 81,00   | 0,04  | 1,33   | 0,00   | 0,00  | 136,60  | 92,80   | 5,40   | 0,11  |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                         | 20       | 1,00   | 0,20   | 9,00   | 44,00   | 0,01  | 0,00   | 0,00   | 0,11  | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37  |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                      | 30       | 2,28   | 0,24   | 14,76  | 71,00   | 0,03  | 0,00   | 0,00   | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
|          | Итого                               |          | 23,920 | 25,190 | 67,010 | 585,140 | 0,247 | 12,470 | 0,000  | 5,978 | 204,960 | 399,620 | 58,410 | 4,872 |
| 6 день   |                                     |          |        |        |        |         |       |        |        |       |         |         |        |       |
| 47/2021  | Винегрет овощной                    | 60       | 0,960  | 3,720  | 3,960  | 52,8    | 0,024 | 3,720  | 0,000  | 1,680 | 13,800  | 25,200  | 10,800 | 0,470 |
| 347/2021 | Котлеты Школьные с соусом сметанным | 75/25    | 11,470 | 8,250  | 9,980  | 159,75  | 0,100 | 0,000  | 22,500 | 1,050 | 37,500  | 102,000 | 15,750 | 1,550 |
| 203/2017 | Макароны отварные с маслом          | 150      | 5,100  | 4,468  | 28,500 | 187     | 0,087 | 0,000  | 0,100  | 0,816 | 16,457  | 57,000  | 8,479  | 0,869 |
| 377/2017 | Чай с лимоном (полусладкий)         | 200/10/7 | 0,084  | 0,012  | 15,185 | 62      | 0,003 | 2,800  | 0      | 0,014 | 3,250   | 1,540   | 0,840  | 0,087 |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                         | 20       | 1,00   | 0,20   | 9,00   | 44,00   | 0,01  | 0,00   | 0,00   | 0,11  | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37  |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                      | 30       | 2,28   | 0,24   | 14,76  | 71,00   | 0,03  | 0,00   | 0,00   | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33  |
|          | Итого                               |          | 20,894 | 16,890 | 81,385 | 576,550 | 0,261 | 6,520  | 22,600 | 3,998 | 79,767  | 217,960 | 43,069 | 3,678 |

| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:<br>В среднем в день: | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) Белки | Пищевые вещества (гр) Жиры | Пищевые вещества (гр) Углеводы | Энерг. ценность (ккал) | Витамины (мг) B1 | Витамины (мг) C | Витамины (мг) A | Витамины (мг) E | Ca, мг | P, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
|---------------------------------------|------------------|------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------|--------|--------|--------|
|                                       |                  | гр               | (гр) Белки                  | (гр) Жиры                  | (гр) Углеводы                  |                        |                  |                 |                 |                 |        |        |        |        |
|                                       |                  |                  | 122,7                       | 125,3                      | 469,0                          | 3545,2                 | 1,2              | 153,9           | 27,2            | 58,6            | 762,7  | 1333,3 | 301,6  | 21,9   |
|                                       |                  |                  | 23,40                       | 25,15                      | 97,00                          | 720,90                 | 0,40             | 17,52           | 0,18            | 2,70            | 146,40 | 322,70 | 75,18  | 3,55   |

| № рецептуры | Наименование блюда                                  | Выход    | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность к, к | Витамин B1, мг | Витамин C, мг | Витамин A, мг | Витамин E, мг | Ca, мг  | P, мг   | Mg, мг | Fe, мг |
|-------------|-----------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|-------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------|---------|--------|--------|
|             | 2-ая неделя                                         |          |          |         |             |                   |                |               |               |               |         |         |        |        |
|             | 1 день                                              |          |          |         |             |                   |                |               |               |               |         |         |        |        |
| 338/2017    | Пловы и ягеды свежие                                | 100      | 0,400    | 0,400   | 7,350       | 47,00             | 0,030          | 8             | 0             | 0,100         | 16,000  | 11,000  | 9,000  | 0,030  |
| ТТК-9       | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным              | 50/50    | 12,540   | 19,040  | 9,930       | 261,21            | 0,010          | 0,110         | 3,330         | 0,110         | 186,250 | 6,200   | 25,180 | 1,150  |
| 173/2017    | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным            | 150      | 6,662    | 9,024   | 34,000      | 170               | 0,290          | 0,000         | 0             | 0,520         | 37,350  | 170,600 | 44,550 | 1,101  |
| 457/2021    | Чай полусладкий                                     | 200      | 0,200    | 0,000   | 13,700      | 56,00             | 0,008          | 3,750         | 0,000         | 0,075         | 9,970   | 7,500   | 6,500  | 0,200  |
| 1/2017      | Хлеб Ржаной                                         | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00             | 0,01           | 0,00          | 0,00          | 0,11          | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
| 1/2017      | Хлеб Пшеничный                                      | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00             | 0,03           | 0,00          | 0,00          | 0,33          | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|             | Итого                                               |          | 23,08    | 28,90   | 88,74       | 649,21            | 0,39           | 11,86         | 3,33          | 1,24          | 258,33  | 227,52  | 92,43  | 3,18   |
| 2 день      |                                                     |          |          |         |             |                   |                |               |               |               |         |         |        |        |
| 52/2017     | Салат из свежы отварной                             | 60       | 0,850    | 3,650   | 11,600      | 56,00             | 0,011          | 4,00          | 0             | 0,160         | 21,300  | 13,000  | 12,540 | 0,200  |
| 291/2017    | Плов из птицы                                       | 50/150   | 13,310   | 12,410  | 22,340      | 254,290           | 0,210          | 4,900         | 0,100         | 1,200         | 83,070  | 273,000 | 40,450 | 1,900  |
| 377/2017    | Чай с лимоном (полусладкий)                         | 200/10/7 | 0,084    | 0,012   | 15,185      | 62                | 0,003          | 2,800         | 0             | 0,014         | 3,250   | 1,540   | 0,840  | 0,087  |
| 1/2017      | Хлеб Ржаной                                         | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00             | 0,01           | 0,00          | 0,00          | 0,11          | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
| 1/2017      | Хлеб Пшеничный                                      | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00             | 0,03           | 0,00          | 0,00          | 0,33          | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|             | Итого                                               |          | 17,52    | 16,512  | 72,89       | 487,29            | 0,271          | 11,7          | 0,1           | 1,812         | 116,38  | 319,76  | 61,03  | 2,889  |
| 3 день      |                                                     |          |          |         |             |                   |                |               |               |               |         |         |        |        |
| 28/2011     | Салат "Пёстрый"                                     | 60       | 0,600    | 2,700   | 8,400       | 52,00             | 0,020          | 3,400         | 0,000         | 0,040         | 24,700  | 39,5    | 9      | 0,700  |
| ТТК-6       | Биточки рыбные «Морячка» с соусом сметанным с луком | 75/25    | 11,00    | 4,24    | 8,320       | 122,6             | 0,140          | 2,230         | 0,040         | 0,730         | 19,700  | 108,600 | 36,400 | 0,800  |
| 312/2017    | Картофельное пюре с маслом сливочным                | 150      | 3,090    | 8,280   | 22,000      | 172               | 0,160          | 7,940         | 0,080         | 3,000         | 47,805  | 98,830  | 8,000  | 0,000  |
| 465/2021    | Кофейный напиток                                    | 200      | 3,600    | 2,670   | 29,200      | 155,00            | 0,030          | 1,470         | 0,000         | 0,000         | 158,700 | 132,000 | 29,300 | 2,410  |
| 1/2017      | Хлеб Ржаной                                         | 20       | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00             | 0,01           | 0,00          | 0,00          | 0,11          | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
| 1/2017      | Хлеб Пшеничный                                      | 30       | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00             | 0,03           | 0,00          | 0,00          | 0,33          | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|             | Итого                                               |          | 21,570   | 18,330  | 91,680      | 616,600           | 0,397          | 15,040        | 0,120         | 4,208         | 259,665 | 411,150 | 89,810 | 4,612  |
| 4 день      |                                                     |          |          |         |             |                   |                |               |               |               |         |         |        |        |
| 43/2021     | Салат картофельный с огурцами солеными              | 60       | 1,26     | 3,78    | 4,92        | 58,80             | 0,03           | 6,36          | 0,00          | 1,68          | 23,60   | 27,60   | 11,40  | 0,42   |

|          |                                                |          |               |               |               |                |              |               |              |              |               |                |               |              |
|----------|------------------------------------------------|----------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 34/2015  | Котлеты «Крестьянские» с соусом томатным       | 75/25    | 12,590        | 17,080        | 12,060        | 252,35         | 0,080        | 1,760         | 0,010        | 0,340        | 29,170        | 229,200        | 37,930        | 1,920        |
| 203/2017 | Макаронные отварные с маслом                   | 150/5    | 9,27          | 5,32          | 36,87         | 232,00         | 0,00         | 0,00          | 0,10         | 0,81         | 16,46         | 57,01          | 8,48          | 0,88         |
| 377/2017 | Чай с лимоном (полусладкий)                    | 200/10/7 | 0,084         | 0,012         | 15,185        | 62             | 0,003        | 2,800         | 0            | 0,014        | 3,250         | 1,540          | 0,840         | 0,087        |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                    | 20       | 1,00          | 0,20          | 9,00          | 44,00          | 0,01         | 0,00          | 0,00         | 0,11         | 2,76          | 12,72          | 3,00          | 0,37         |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                 | 30       | 2,28          | 0,24          | 14,76         | 71,00          | 0,03         | 0,00          | 0,00         | 0,33         | 6,00          | 19,50          | 4,20          | 0,33         |
|          | <b>Итого</b>                                   |          | <b>26,48</b>  | <b>26,632</b> | <b>92,795</b> | <b>720,15</b>  | <b>0,160</b> | <b>10,920</b> | <b>0,110</b> | <b>3,282</b> | <b>81,240</b> | <b>347,57</b>  | <b>65,850</b> | <b>4,009</b> |
| 5 день   |                                                |          |               |               |               |                |              |               |              |              |               |                |               |              |
| 25/2004  | Салат "Степной"                                | 60       | 1,290         | 4,96          | 7,120         | 78,3           | 0,100        | 10,4          | 0            | 0,04         | 24,24         | 15             | 14,04         | 0,61         |
| 294/2015 | Котлеты "Любимые" с соусом сметанным с томатом | 75/25    | 10,250        | 10,550        | 14,400        | 120,3          | 0,080        | 0,035         | 0,021        | 0,850        | 30,550        | 124,370        | 16,840        | 1,340        |
| 304/2017 | Рис отварной                                   | 150      | 3,650         | 5,370         | 36,680        | 209,7          | 0,030        | 0,000         | 0,000        | 0,075        | 1,370         | 60,940         | 16,340        | 0,530        |
| 457/2021 | Чай полусладкий                                | 200/7    | 0,200         | 0,000         | 13,700        | 56,00          | 0,008        | 3,750         | 0,000        | 0,000        | 9,970         | 7,500          | 6,500         | 0,200        |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                    | 20       | 1,00          | 0,20          | 9,00          | 44,00          | 0,01         | 0,00          | 0,00         | 0,11         | 2,76          | 12,72          | 3,00          | 0,37         |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                 | 30       | 2,28          | 0,24          | 14,76         | 71,00          | 0,03         | 0,00          | 0,00         | 0,33         | 6,00          | 19,50          | 4,20          | 0,33         |
|          | <b>Итого</b>                                   |          | <b>18,67</b>  | <b>21,32</b>  | <b>95,66</b>  | <b>649,30</b>  | <b>0,27</b>  | <b>14,19</b>  | <b>0,02</b>  | <b>31,85</b> | <b>74,89</b>  | <b>240,03</b>  | <b>60,92</b>  | <b>3,38</b>  |
| 6 день   |                                                |          |               |               |               |                |              |               |              |              |               |                |               |              |
| 47/2021  | Винегрет овощной                               | 60       | 0,960         | 3,720         | 3,960         | 52,8           | 0,024        | 3,720         | 0,000        | 1,680        | 13,800        | 25,200         | 10,800        | 0,470        |
| 139/2021 | Гречка с фаршем и овощами                      | 200      | 21,750        | 15,900        | 39,100        | 386,5          | 0,170        | 4,390         | 0,100        | 0,860        | 23,630        | 184,200        | 61,150        | 3,560        |
| 496/2021 | Напиток из шиповника                           | 200      | 0,670         | 0,270         | 18,300        | 78             | 0,010        | 80,000        | 0            | 0,800        | 11,900        | 3,200          | 3,200         | 0,610        |
| 1/2017   | Хлеб Ржаной                                    | 20       | 1,00          | 0,20          | 9,00          | 44,00          | 0,01         | 0,00          | 0,00         | 0,11         | 2,76          | 12,72          | 3,00          | 0,37         |
| 1/2017   | Хлеб Пшеничный                                 | 30       | 2,28          | 0,24          | 14,76         | 71,00          | 0,03         | 0,00          | 0,00         | 0,33         | 6,00          | 19,50          | 4,20          | 0,33         |
|          | <b>Итого</b>                                   |          | <b>26,660</b> | <b>20,330</b> | <b>85,120</b> | <b>632,300</b> | <b>0,251</b> | <b>88,110</b> | <b>0,100</b> | <b>3,778</b> | <b>58,090</b> | <b>240,820</b> | <b>82,350</b> | <b>5,342</b> |

| Масса порции, гр  | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) Белки | Пищевые вещества (гр) Жиры | Пищевые вещества (гр) Углеводы | Энерг. ценность (ккал) | Витамины (мг) B1 | Витамины (мг) C | Витамины (мг) A | Витамины (мг) E | Ca, мг | P, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
|-------------------|------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------|--------|--------|--------|
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  |                  | 134,0                       | 132,0                      | 526,9                          | 3754,9                 | 1,7              | 151,8           | 3,8             | 46,2            | 848,6  | 1790,9 | 452,4  | 23,4   |
| В среднем в день: |                  | 23,80                       | 25,10                      | 98,50                          | 730,30                 | 0,45             | 19,40           | 0,70            | 2,62            | 190,32 | 343,50 | 83,10  | 4,90   |

| Масса порции, гр  | Масса порции, гр | Пищевые вещества (гр) Белки | Пищевые вещества (гр) Жиры | Пищевые вещества (гр) Углеводы | Энерг. ценность (ккал) | Витамины (мг) B1 | Витамины (мг) C | Витамины (мг) A | Витамины (мг) E | Ca, мг | P, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
|-------------------|------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------|--------|--------|--------|
| ИТОГО ЗА 12 ДНЕЙ: |                  | 256,7                       | 257,3                      | 995,9                          | 7300,1                 | 3,0              | 305,7           | 31,0            | 104,8           | 1611,3 | 3124,1 | 754,0  | 45,4   |
| В среднем в день: |                  | 23,57                       | 25,13                      | 97,70                          | 725,60                 | 0,42             | 18,44           | 0,42            | 2,64            | 168,36 | 333,10 | 79,14  | 4,22   |

- Примечание: при составлении меню использованы
- СанПиН 2.3.72.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
  - Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапиной, 2004 г. г.ор.Москва
  - Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Мотильного и Т.В. Тугельяна. -М.: Дельта принт, 201
  - Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Мотильного и Т.В. Тугельяна. -М.: Дельта принт, 2017 г.
  - Технико-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"
  - Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост. А.Я.Перевалов, Н.В.Ташекина. - Пермь, 2021г. конт.тел. 8(8352) 707107