

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

Е.Н. ОСИНЕВСКИЙ

"27" апреля 2024 года



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР

"27" апреля 2024 года

ООО "МАКСИМУМ"

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

Первый день первой недели

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ч.г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг									
КОФЕТА ОСОБАЯ	90	13,0	19,2	12,5	274,7	0,26	0,16	0,09	0,03	0,00	17,16	133,53	22,30	1,76	204,69	4,29	0,01	0,06	269	2027							
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	5,9	39,8	223,0	0,00	0,03	0,02	0,03	0,10	12,19	74,73	25,39	0,53	55,38	0,76	0,01	0,02	304	2017							
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2	0,0	14,9	60,5	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							
БЛЮЧКА ДОМАШНЯЯ	35	2,6	1,0	18,0	91,7	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	2017							
Итого за прием пищи:	540	4,4	4,6	29,5	177,2	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,31	38,12	6,35	0,44	56,47	1,28	0,01	0,01	ГОСТ	2017							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ		23,9	30,7	113,7	827,1	0,30	0,28	0,16	0,07	0,17	59,49	276,55	64,17	3,82	374,54	6,31	0,03	0,09									
МЯСО КУРИНОЕ В СМЕТАННО-ТОМАТНОМ СОУСЕ	250/15/10	4,9	6,3	16,7	148,6	6,71	0,08	0,08	0,21	0,00	39,83	94,24	28,41	1,35	538,53	5,30	0,00	0,03	96	2017							
КАПУ ГРЕЧЕВАЯ РАССОЛЬНИЧАТАЯ	50/50	12,5	10,9	3,9	169,4	0,77	0,01	0,02	0,02	0,02	19,87	16,38	3,85	0,24	62,10	1,57	0,00	0,00	290	2017							
ПОМИДОР СВЕЖИИ	150	8,5	6,4	38,4	244,7	0,00	0,22	0,12	0,02	0,08	22,14	197,32	126,73	4,41	264,08	2,28	0,00	0,01	171	2017							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,6	0,1	1,9	12,0	12,50	0,03	0,02	0,09	0,00	7,00	13,00	10,00	0,50	145,00	1,00	0,00	0,00	71	2017							
ХЛЕБ РЖАНОИ	200	1,0	0,2	20,2	89,0	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2017							
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДПРОВАНИИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,40	28,10	5,70	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00	ГОСТ	2017							
МАНДАРИН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,60	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	2017							
Итого за прием пищи:	120	1,0	0,2	9,0	45,6	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							
Всего за день:	965	32,8	25,3	119,2	846,1	23,98	0,44	0,29	0,33	0,10	113,94	370,54	185,59	10,81	1309,11	13,83	0,00	0,04									
		56,7	56,0	231,9	1673,2	24,28	0,72	0,45	0,40	0,27	172,43	647,09	249,76	14,63	1682,65	20,14	0,03	0,13									

Второй день первой недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг	Na, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Cl, мг	S, мг	F, мг		
Завтрак																													
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	4,9	7,4	32,7	217,6	0,52	0,04	0,12	0,04	0,08	111,00	115,29	25,98	0,39	178,23	9,43	0,00	0,01	182	2017									
КОРЕНЬЯИ НАПИТОК С МОЛОКОМ СЛУЩЕННЫМ	200	2,1	2,5	18,2	95,4	0,12	0,07	0,10	0,01	0,02	90,99	59,13	10,99	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	182	2017									
ПИЦЦА С ОТПАРНОМ КУРИЦЕЙ	100	11,1	12,0	35,4	297,2	0,68	0,97	0,06	0,03	0,08	97,40	97,46	13,21	0,77	114,51	2,48	0,02	0,02	412	2017									
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	40	2,9	1,1	19,9	101,7	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	2017									
БЕЛКО	130	0,5	0,5	12,7	61,1	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,85	361,40	2,60	0,00	0,01	338	2017									
Итого за прием пищи:	675	21,5	23,5	116,9	773,2	14,32	0,19	0,32	0,09	0,18	327,03	309,58	65,25	4,43	801,04	16,61	0,02	0,05											
Обед																													
ЦУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	5,1	7,0	8,8	123,5	10,42	0,05	0,07	0,22	0,00	50,36	76,25	23,05	1,33	360,65	4,49	0,00	0,02	88	2017									
МАКОТУШЕНОЕ	50/50	11,0	28,8	4,2	320,5	1,10	0,26	0,08	0,09	0,00	12,18	107,95	19,01	1,24	272,87	5,70	0,00	0,05	256	2017									
МАКОРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТПАРНЫЕ	150	5,6	4,9	35,9	214,3	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	20,36	2,32	3,20	0,07	1,91	0,00	0,00	202	2017										
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ	40	0,3	0,0	1,0	5,6	4,00	0,01	0,02	0,00	0,00	9,20	16,80	5,60	0,40	56,40	1,20	0,00	0,01	71	2017									
КОМПОТ ИЗ КОМПОННОЙ СМЕСИ СМ	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ТТК 12	2017									
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,69	0,00	0,00	ГОСТ										
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
ЧОКОЛАД	30	0,0	0,0	0,0	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	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	860	26,3	41,9	97,4	881,1	15,52	0,40	0,20	0,33	0,08	110,49	248,92	61,99	4,54	761,34	13,07	0,00	0,08											
Всего за день:		47,8	65,4	214,3	1654,3	29,84	0,59	0,52	0,42	0,26	437,52	558,50	127,24	8,97	1562,38	29,68	0,02	0,13											

Третий день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг	Na, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Cl, мг	S, мг	F, мг		
Завтрак																													
СЫР (ПОРЦИИ)	20	4,6	5,9	0,0	72,8	0,14	0,01	0,06	0,06	0,00	176,00	100,00	7,00	0,20	17,60	0,00	0,00	0,01	15	2017									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫИ С МАСЛОМ	150/5	15,3	21,0	2,8	281,7	0,22	0,06	0,40	0,25	2,59	102,49	208,44	16,08	2,37	223,82	26,75	0,03	0,05	210	2017									
ЧАИ С ШИПОВНИКОМ	200/15	0,3	0,0	16,3	68,7	13,24	0,00	0,02	0,00	0,00	14,61	7,88	6,26	0,82	27,36	0,00	0,00	0,00	ТТК 11	2017									
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	35	2,6	1,0	18,0	91,7	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										
КОПЛЕТА В ПЕСТЕ С КУНЖУТОМ	30/51	9,8	11,9	34,0	281,5	0,28	0,08	0,07	0,03	0,11	19,27	90,19	14,29	1,12	124,78	3,07	0,02	0,04	420	2017									
Итого за прием пищи:	506	32,6	39,8	71,1	776,4	13,89	0,19	0,56	0,36	2,70	319,02	429,26	48,18	4,86	425,76	29,82	0,05	0,10											
Обед																													
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ	60	0,5	6,1	1,7	64,5	9,80	0,03	0,02	0,05	0,00	13,40	18,75	9,58	0,57	120,93	1,32	0,00	0,00	24	2017									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫИ С ГОРОХОМ ПУШЕНЫИ С МЯСОМ	250/10	7,4	4,2	19,2	144,8	4,79	0,18	0,08	0,19	0,00	41,32	95,70	34,81	2,18	511,51	4,43	0,00	0,03	119	2017									
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	19,7	31,6	41,7	530,7	19,86	0,27	0,25	0,09	0,09	40,63	289,60	68,76	3,84	1525,16	16,94	0,02	0,16	284	2017									
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,90	0,00	1,20	40,80	1,68	0,00	ТТК 27	2017									
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00	ГОСТ										
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИДИРОВАННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ										
Итого за прием пищи:	830	31,9	43,1	110,1	987,2	34,55	0,56	0,38	0,33	0,09	114,91	429,65	124,55	8,08	2227,20	24,37	0,02	0,19											
Всего за день:		64,5	82,9	181,2	1733,6	48,43	0,75	0,94	0,69	2,79	433,93	858,91	172,73	12,05	2652,96	54,19	0,07	0,29											

Первый день вторая неделя

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, 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 "Дружба" с маслом сливочным	250/10	7,4	12,7	41,8	311,9	0,65	0,12	0,15	0,09	0,15	143,05	165,62	40,71	0,94	252,23	12,55	0,00	0,01	190	2009			
Коренины напиток с молоком ступенным	200	2,1	2,5	16,2	95,4	0,12	0,01	0,10	0,02	90,99	59,13	10,98	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	ТТК-9	2017				
Лароф. Выпечной с молоком ступенным вареным	100	5,1	5,0	32,1	193,1	0,00	0,06	0,03	0,01	0,08	11,85	44,01	7,33	0,51	55,16	1,45	0,01	0,01	ТТК-8	2017			
Батон нарезной поджаренный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,03	0,01	0,00	6,00	5,70	19,50	3,90	27,60	0,30	0,00	0,00	ГОСТ					
Груша	130	0,5	0,4	13,4	61,1	6,50	0,03	0,04	0,00	0,00	24,70	20,80	15,60	2,60	201,50	1,30	0,00	0,01	338	2017			
Итого за прием пищи:	720	17,4	21,5	118,9	740,1	7,27	0,25	0,33	0,08	0,29	276,10	309,06	78,52	4,40	656,59	17,41	0,01	0,04					
Обед																							
Суп из овощей с мясом со сметаной																							
Щицель	250/10/10	3,8	8,2	11,4	139,5	8,67	0,07	0,07	0,21	0,00	42,67	70,36	24,05	1,16	409,77	4,80	0,00	0,02	99	2017			
Рис отварной	100	13,0	30,8	16,1	394,3	0,60	0,29	0,09	0,00	0,00	16,51	147,13	27,45	2,02	285,89	5,31	0,00	0,05	268	2017			
Помидор свежий	150	3,7	5,9	38,8	223,0	0,00	0,03	0,02	0,03	0,10	12,16	74,73	25,35	0,53	55,38	0,76	0,01	0,02	304	2017			
Компот из компотной смеси см	50	0,6	0,1	1,9	12,0	12,50	0,03	0,02	0,09	0,00	7,00	13,00	10,00	0,50	145,00	1,00	0,00	0,00	71	2017			
Хлеб ржаной	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	ТТК-12	2017			
Батон нарезной поджаренный	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,69	0,00	0,00	ГОСТ				
Итого за прием пищи:	830	25,4	46,2	115,7	986,0	21,77	0,50	0,23	0,32	0,10	96,72	350,82	97,98	5,71	985,55	13,55	0,00	0,00	ГОСТ				
Всего за день:		42,8	67,7	234,6	1726,1	29,04	0,75	0,56	0,40	0,35	372,82	659,88	178,50	10,11	1622,14	30,96	0,02	0,13					

Второй день вторая неделя

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, 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																							
Запеканка калорийная со ступенным молоком	150/50	11,4	14,5	92,7	575,5	0,24	0,11	0,21	0,09	0,02	174,56	167,99	28,96	0,91	312,99	8,88	0,00	0,03	ТТК-17	2017			
Чай с шиповником	200/15	0,3	0,0	16,3	68,7	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,51	7,88	6,26	0,82	27,38	0,00	0,00	0,00	ТТК-11	2017			
Йогурт езык	100	2,4	1,2	14,4	80,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	2013				
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	13,00	0,03	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,86	381,40	2,80	0,00	0,01	338	2017			
Итого за прием пищи:	645	14,6	16,2	136,1	785,3	26,48	0,15	0,26	0,12	0,02	209,97	190,17	45,62	4,59	701,75	11,48	0,00	0,04					
Обед																							
Салат из белокочанной капусты																							
Суп с макаронными изделиями с мясом	75	1,2	3,8	7,0	67,8	26,97	0,02	0,03	0,19	0,00	35,03	23,08	12,47	0,69	124,52	2,15	0,00	0,01	45	2017			
Рыба, запеченная с сыром	265	4,9	4,8	15,3	123,9	0,71	0,04	0,03	0,20	0,00	18,56	51,45	10,74	0,92	110,11	1,15	0,00	0,01	111	2017			
Картофельное пюре	90	15,4	9,6	3,3	154,2	0,58	0,07	0,11	0,05	0,16	112,62	202,95	37,74	0,78	345,82	114,53	0,01	0,43	ТТК-30	2017			
Напиток лимонный	160	3,2	5,4	21,4	147,7	10,38	0,12	0,10	0,03	0,08	44,86	85,82	30,31	1,22	764,25	8,55	0,00	0,03	128	2017			
Хлеб ржаной	200	0,3	0,0	20,2	87,3	4,80	0,01	0,01	0,00	0,00	19,83	5,94	5,17	0,27	50,14	0,00	0,00	0,00	346	2017			
Батон нарезной поджаренный	50	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00	ГОСТ				
Итого за прием пищи:	45	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ				
Всего за день:	875	29,3	24,8	95,3	730,7	43,44	0,34	0,31	0,47	0,24	242,03	414,44	106,03	5,38	1463,24	128,06	0,01	0,48					

Питаний детей второй недели

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав											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	1, мг	So, мг	г, мг	г, мг	г, мг	г, мг								
КОФЕ ТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПИЦЦА	100	14.1	17.0	14.4	297.0	0.43	0.37	0.10	0.05	0.00	26.94	139.93	22.19	1.94	115.87	3.93	0.01	0.04	204	2017									
КОФЕ ТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПИЦЦА	150	5.5	4.8	34.8	208.9	0.09	0.20	0.00	0.02	0.08	12.51	2.49	1.32	0.07	1.29	0.00	0.00	309	2017										
САЛЕТТИ	20	0.2	0.0	0.8	4.8	5.00	0.01	0.01	0.01	0.09	4.09	0.29	56.09	0.46	0.00	0.00	71	2017											
ПОМИДОР СВЕЖИИ	200/15	0.7	0.00	14.9	60.5	0.04	0.00	0.01	0.01	0.01	12.18	7.42	5.67	0.74	26.80	0.09	0.00	376	2017										
ЧАЙ С САХАРОМ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	5.70	19.50	3.90	0.39	27.60	0.00	0.00	ГОСТ	2013										
БАЛОНЧИКОВЫЙ КОЛБАСНЫЙ	100	2.4	1.2	14.4	80.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ГОСТ											
КОФЕ ТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПИЦЦА	915	24.7	21.9	94.7	699.8	5.51	0.11	0.13	0.10	0.08	54.13	174.54	37.03	3.19	288.46	4.33	0.01	0.08											
Итого за прием пищи:					Общая																								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	260/65	4.6	3.7	10.5	145.5	0.12	0.12	0.12	0.23	0.22	36.31	95.89	31.35	1.55	710.61	8.89	0.00	0.04	14	2017									
УЛИШ	50/50	9.4	27.7	7.8	293.5	1.92	0.23	0.07	0.01	0.09	12.91	50.40	15.11	1.03	234.32	4.87	0.00	0.04	280	2017									
РИС ОЛОВАНОМ	150	3.7	5.9	38.8	223.0	0.00	0.00	0.00	0.03	0.03	12.18	74.73	29.34	0.51	58.38	0.78	0.01	0.02	304	2017									
СОУПЦ СВЕЖИИ	40	0.3	0.0	1.0	5.6	4.00	0.01	0.02	0.00	0.00	9.20	16.80	5.60	0.48	54.40	1.20	0.00	0.01	71	2017									
КОМ ВЕЩОЧКИ	200	1.0	0.2	20.2	86.0	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	14.00	14.00	8.00	2.50	248.00	2.00	0.00	0.00	389	2017									
КОФЕ СВЕЖИИ	30	2.0	0.3	12.2	61.2	0.05	0.02	0.00	0.00	0.00	5.40	26.10	5.70	1.20	40.80	1.68	0.00	0.00	ГОСТ										
КОФЕ СВЕЖИИ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	5.70	19.50	3.90	0.39	27.60	0.09	0.00	0.00	ГОСТ										
БАЛОНЧИКОВЫЙ КОЛБАСНЫЙ	810	23.3	35.2	110.4	853.5	0.49	0.28	0.28	0.27	0.27	95.71	340.50	96.01	7.60	1366.11	19.38	0.01	0.11											
Итого за прием пищи:					1533.3	24.18	0.60	0.41	0.37	0.40	149.94	515.04	133.04	11.01	1653.67	23.72	0.02	0.19											
Блюда за день:					481.0	50.1	205.1	153.3	24.18	0.60	0.41	0.37	0.40	149.94	515.04	133.04	11.01	1653.67	23.72	0.02	0.19								

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав											Минеральные вещества										
	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	1, мг	So, мг	г, мг	г, мг	г, мг							
Итого за весь период	517.6	592.7	2 033.8	15 696.9	364.89	5.99	5.28	4.93	5.11	3 026.42	5 093.10	1 701.29	110.44	17 797.65	383.44	0.22	1.91									
Среднее значение за период	51.3	59.3	203.9	1 569.7	36.49	0.60	0.51	0.49	0.50	305.00	509.80	170.13	11.04	1 779.76	38.34	0.03	0.19									
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13.1	34.0	52.9																							

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Запрах	Общая
7-11 лет	603	809

Нормативная документация:

1. СанПиН 2.3.74.3590-20
2. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2017г. Москва по редакции М.П.Морозовой и В.А.Трусылья.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Липиной
4. Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижн-Софт". Питание детей в школе 2023г. версия 1.2.9 г. Санкт-Петербург
5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2011г. Москва по редакции М.П.Морозовой и В.А.Трусылья.
6. Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
7. МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".

Директор ООО "Максимум"



Е.Н.Осиповская