

Согласовано  
Директор

---

"12" января 2026г

Утверждаю  
Директор ООО  
"Комбинат школьного питания"

---

Н.А.Вагура  
"12" января 2026г

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ  
МЕНЮ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ  
7-11 лет и с 12 лет и старше  
с января 2026 года

Неделя первая

День первый

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

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

Неделя первая

День второй

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

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>					
З	Бутерброд с сыром	60	10	9	3	133
СРБКИ 360	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	220	2	5	40	213
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	36
	<b>Итого:</b>	500	15	16	74	500
	<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>					
З	Бутерброд с сыром	100	13	11	5	171
СРБКИ 361	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	275	3	6	45	246
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	18,0	1	0	7	32
	<b>Итого:</b>	593	19	19	80	567
	<b>Обед 7-11 лет</b>					
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	90	3	9	4	109
114	Борщ с картофелем и сметаной	205	4	3	5	63
ЕСТН 299	Рыба (кета), тушенная в томате с овощами	90	13	7	9	151
СРБКИ 624	Рис пикантный	150	4	5	36	205
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2	0	13	60
Пром.	Хлеб ржаной	19	0	0	7	28
	<b>Итого:</b>	779	27	24	101	728
	<b>Обед с 12 лет и старше</b>					
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	100	4	12	6	148
114	Борщ с картофелем и сметаной	265	8	7	10	135
ЕСТН 299	Рыба (кета), тушенная в томате с овощами	120	14	6	14	166
СРБКИ 624	Рис пикантный	180	4	6	44	246
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	2	1	13	69
	<b>Итого:</b>	884	33	32	114	876
	<b>Итого с 7 до 11 лет</b>		42	40	175	1228
	<b>Итого с 12 лет</b>		52	51	194	1443

Неделя первая

День третий

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

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

Неделя первая

День четвертый

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

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

Неделя первая

День пятый

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

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

Неделя первая

День шестой

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

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

Неделя вторая

День седьмой

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

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



Неделя вторая

День восьмой

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

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>					
ЕСТН 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	345	19	18	57	466
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	41	2	0	13	60
	<b>Итого:</b>	<b>586</b>	<b>21</b>	<b>18</b>	<b>84</b>	<b>582</b>
	<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>					
ЕСТН 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	410	24	24	65	572
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37	1	0	12	52
	<b>Итого:</b>	<b>647</b>	<b>25</b>	<b>24</b>	<b>91</b>	<b>681</b>
	<b>Обед 7-11 лет</b>					
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	70	0	4	8	68
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1	4	25	140
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	100	13	10	15	202
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	9	9	10	157
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	10	40
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	1	17	85
Пром.	Хлеб ржаной	18,0	2	0	13	60
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>98</b>	<b>752</b>
	<b>Обед с 12 лет и старше</b>					
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	110	2	6	12	110
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	1	5	28	161
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	120	16	12	18	244
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	11	9	199
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	10	40
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	24,0	2	0	10	48
	<b>Итого:</b>	<b>894</b>	<b>37</b>	<b>34</b>	<b>87</b>	<b>802</b>
	<b>Итого с 7 до 11 лет</b>		<b>48</b>	<b>46</b>	<b>182</b>	<b>1334</b>
	<b>Итого с 12 лет</b>		<b>62</b>	<b>58</b>	<b>178</b>	<b>1483</b>

Неделя вторая

День девятый

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

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>					
1	Бутерброд с маслом	64	5	6	26	176
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	210	8	7	25	195
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27,0	1	0	9	40
	<b>Итого:</b>	<b>501</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>85</b>	<b>581</b>
	<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>					
1	Бутерброд с маслом	103	5	6	28	186
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	255	9	8	31	232
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	2	1	15	77
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>99</b>	<b>665</b>
	<b>Обед 7-11 лет</b>					
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	60	1	4	1	44
139	Суп картофельный с горохом и гречками	210	8	6	18	158
505	Кнели из куриного филе	95	5	7	21	167
520	Картофель в молоке	150	15	12	1	172
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	0	15	64
	<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>31</b>	<b>29</b>	<b>83</b>	<b>717</b>
	<b>Обед с 12 лет и старше</b>					
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	100	2	6	2	70
139	Суп картофельный с горохом и гречками	260	1	8	14	132
505	Кнели из куриного филе	105	4	6	21	154
520	Картофель в молоке	200	5	5	27	173
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	2	1	15	77
	<b>Итого:</b>	<b>887</b>	<b>15</b>	<b>26</b>	<b>106</b>	<b>718</b>
	<b>Итого с 7 до 11 лет</b>		<b>49</b>	<b>48</b>	<b>168</b>	<b>1298</b>
	<b>Итого с 12 лет</b>		<b>35</b>	<b>47</b>	<b>205</b>	<b>1383</b>

Неделя вторая

День десятый

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

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

Неделя вторая

День одиннадцатый

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

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

Неделя вторая

День двенадцатый

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

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>					
2	Бутерброд с сыром	66	3	1	5	41
312	Каша жидкая пшениаяс маслом сливочным	210	14	16	35	340
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	<b>Итого:</b>	<b>676</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>64</b>	<b>481</b>
	<b>Завтрак с 12 лет и старше</b>					
2	Бутерброд с сыром	100	3	1	5	41
312	Каша жидкая пшениаяс маслом сливочным	265	15	18	36	366
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27,0	2	0	11	52
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	<b>Итого:</b>	<b>792</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>76</b>	<b>558</b>
	<b>Обед 7-11 лет</b>					
135	Суп из овощей со сметаной	205	3	3	11	83
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	270	19	24	55	512
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	60	2	2	3	38
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,0	1	0	9	40
	<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>25</b>	<b>29</b>	<b>103</b>	<b>773</b>
	<b>Обед с 12 лет и старше</b>					
135	Суп из овощей со сметаной	265	4	4	12	100
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	300	31	35	28	551
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	100	3	3	5	58
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	0	12	56
Пром.	Хлеб ржаной	29,0	1	0	8	36
	<b>Итого:</b>	<b>931</b>	<b>41</b>	<b>42</b>	<b>90</b>	<b>901</b>
	<b>Итого с 7 до 11 лет</b>		<b>43</b>	<b>46</b>	<b>167</b>	<b>1254</b>
	<b>Итого с 12 лет</b>		<b>62</b>	<b>61</b>	<b>166</b>	<b>1459</b>

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

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона														Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнени е, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					
Белки	г	77	41	42	#####	#####	43	40	38	#####	48	41	50	43	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	
Жиры	г	79	46	40	#####	#####	42	39	43	#####	46	44	46	46	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	
Углеводы	г	335	174	175	#####	#####	184	161	177	#####	182	176	180	167	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	
Энергетическая ценность	Ккал	2350	1274	1228	#####	#####	1286	1155	1247	#####	1334	1257	1329	1254	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	

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

2022

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

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

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнени е, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	25	27	#####	#####	25	23	22	#####	27	24	30	25	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Жиры	г	79	27	24	#####	#####	26	24	26	#####	28	26	29	29	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Углеводы	г	335	107	101	#####	#####	94	93	99	#####	98	102	98	103	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Энергетическая ценность	Ккал	2350	771	728	#####	#####	710	684	718	#####	752	738	773	773	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!

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

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

2022

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

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

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона														Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					
Белки	г	90	21	19	#####	#####	21	20	18	#####	25,2	18	22	21	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Жиры	г	92	21	19	#####	#####	19	19	19	#####	24	19	18	19	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Углеводы	г	383	83	80	#####	#####	105	76	83	#####	91	72	92	76	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Энергетическая ценность	Ккал	2720	605	567	#####	#####	675	556	575	#####	680,8	531	618	558	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!

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

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона														Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					
Белки	г	90	28	33	#####	#####	36	25	32	#####	37	27	28	40,8	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Жиры	г	92	30	32	#####	#####	40	30	31	#####	34	28	28	42	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Углеводы	г	383	115	114	#####	#####	143	114	116	#####	87	101	104	90	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!
Энергетическая ценность	Ккал	2720	842	876	#####	#####	1076	826	871	#####	802	764	780	901,2	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!	#ССЫЛКА!

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в			
Белки	90	18-22,5	27-31,5
Жиры	92	18,4-23	27,6-32,2
У	383	76,6-96	114,9-134,05
Э.Ц.	2713	542,6-678	813,9-950
		затрат 20-25%	обед 30-35%
			всего 50-60%

**Ведомость контроля за рационом питания**  
по расходу продуктов питания

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

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



Ведомость контроля за рационом питания  
по расходу продуктов питания

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

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

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