

МКОУ СОШ №5 г.Тайшета

Утверждаю»

Директор МКОУ СОШ №5 г.Тайшета

_____ Л.В.Головня

_____ 2024г.

Основное организованное
2-х недельное меню
для организации питания
начальное образование 7-11 лет

«обеды»

Сезон: зимне-весенний

Срок действия январь – май 2024 года

День: понедельник
Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		B1	B2	С мг	A (рет.э кв/сут)	D мг	Ca мг	P мг	Mg мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
149	Огурец соленый порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,6	0,01	0	1,5	0	0,06	13,92	14,52	8,46	0,36	3,4	0	0	0
139	Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	6,2	5,6	22,3	167	0,09	0,18	4,6	30	0,54	151,4	96	10,4	0,014	165	0	0	0,05
371	Кнели из птицы (мясо кур) с рисом	90	10,35	9,27	4,86	144	0,027	0,09	0,0	36	0,36	18	108,9	11,7	0,702	100	0,001	0,00	0,50
385	Рис отварной	150	3,76	5,43	38,85	219,3	0,03	0,04	0,00	27,00	0,00	17,25	83,7	27,15	0,1035	21,4	0,001	0,00	0,6
484	Кисель п/я	200	0	0	15	60	0	0	0	0,00	0,00	3,40	5,8	0	0,02	9,92	0,00	0,000	0,000
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	15	48,75	10,5	0,825	13,05	0,000	0,000	0,000
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000
	Итого :	865	29,69	21,56	134,97	854,80	0,34	0,47	6,10	93,00	1,88	232,17	451,27	94,61	3,78	326,77	0,00	0,00	1,15

Используется йодированная соль

День: вторник
Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У			В1	В2	С мг	А (рет.э на/сут)	Д мг	Са мг	Р мг	Мг мг	Fe мг	К мг	І мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
ОБЕД																				
149	Помидор соленый порционно	60	0,7	0,1	1	9,6	0,16	0,1	6,7	3,3	0	0,8	2	3	0	7	0	0	0	
100	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,625	5,1	13,25	109,5	0,09	0,17	7,1	0	2,35	16,75	61	25,5	0,8575	165	0	0,004	0,05	
339	Котлета мясная (говядина)	90	15,84	11,07	13,5	218,7	0,144	0,04	0	3,6	1,26	47,7	155,7	23,4	2,52	18,5	0,015	0	0	
202	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,36	37,7	242,16	0,2	0,12	0	23,076	0,6	16	202,35	134,57	4,528	151,4	0,01	0,0083	0,948	
699	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93	0,012	0,012	7,14	0	0,29	0	35	2,5	0	0	0	0,001	0,002	
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,084	0,00	0,00	0,00	15	48,75	10,5	0,825	13,05	0,000	0,000	0,000	
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000	
	Итого :	865	36,67	23,83	142,59	930,86	0,79	0,61	20,94	29,98	5,42	109,45	598,40	225,87	10,49	368,95	0,03	0,01	1,00	

Используется йодированная соль

День: среда
Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С мг	А(рет. экв/сут)	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг	І мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	10	11	12	13	14	15	17	18	19	20
	Обед																		
149	Огурец соленый порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,6	0,012	0	1,5	0	0,06	13,92	14,52	8,46	0,36	3,4	0	0	0,00
104	Щи из св.капусты с картофелем со сметаной	250	1,5	4,5	3,8	61,75	0,043	0,04	8,5	0	2,325	49,5	35,75	16	0,6375	72,31	0,01	0,0003	0,03
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,8	1,478	4,3	66,214	0,038	0,09	1,285	6,4	1,5	21,857	106,07	19,92	0,47	148	0,00	0,00	0,08
378	Пюре картофельное с морковью	150	3,15	6	10,95	111	0,105	0,12	3,60	30,0	0,45	39	79,5	65	0,99	84,4	0,015	0,01	0,9
495	Компот из смеси с/ф	200	0,6	0,1	20,1	84	0,01	0,01	0,2	0	0,4	20,1	19,2	14,4	0,69	0,000	0,000	0,000	0,00
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,084	0,00	0,00	0,00	15	48,75	10,5	0,825	13,050	0,000	0,000	0,000
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,760	14,000	0,000	0,000	0,000
	Итого :	865	23,43	13,34	93,11	587,46	0,39	0,42	15,09	36,42	5,63	172,58	397,39	160,7	5,73	335,16	0,03	0,01	1,01

Используется йодированная соль

День:четверг
Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория:7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПин 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи , наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С мг	А(рет.э кв/сут)	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг	l мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
149	Помидор соленый порционно	60	0,7	0,1	1	9,6	0,16	0,1	6,7	3,3	0	0,8	2	3	0	7	0	0	0
95	Борщ с капустой и картофелем с сметаной	250	1,85	4,425	6,95	75	0,0425	0,025	8	0	2,35	36,75	49	23,25	1,1	113	0,015	0	0,05
374	Биточек (котлета) рубленные из птицы (мясо кур)	90	10,9	8,73	8,82	157,5	0,054	0,1	0,36	47,7	0,810	96,300	106,200	16,200	0,774	91,700	0,004	0,000	0,000
256	Макароны отварные	150	5,55	4,95	29,55	184,5	0,06	0,066	0,00	31,50	0,75	12	45	7,5	1,05	80,4	0,015	0,006	0,31
484	Кисель п/я	200	0	0	15	60	0	0	0	0,00	0,00	3,40	5,8	0	0,02	9,92	0,00	0,000	0,000
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,084	0,00	0,00	0,00	15	48,75	10,5	0,83	13,1	0,000	0,000	0,000
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000
	Итого :	865	27,89	19,405	114,26	744,5	0,4965	0,455	15,1	82,5	4,83	177,45	350,4	86,85	5,53	329,1	0,034	0,009	0,36

Используется йодированная соль

День:пятница
Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория:7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи , наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (Ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С мг	А(рет.экв/сут)	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг	l мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
149	Огурец соленый порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,6	0,012	0	1,5	0	0,06	13,92	14,5	8,46	0,36	3,4	0	0	0
122	Суп картофельный с рыбными консервами (сайра)	250	9,3	11,4	10,05	180	0,075	0,1	5,8	15	0,23	30,5	147	32	1,01	153	0,02	0,09	0,4
491 сб.2024	Шницель из мяса говядина	90	9,8	11	11,8	236	0,05	0,09	0,0	28	0,067	98,5	34	12	0,05	98,5	0	0,01	0,60
385	Рис отварной	150	3,76	5,43	38,85	219,3	0,03	0,04	0,00	27,00	0,00	17,25	83,7	27,2	0,1035	21,4	0	0,00	0,6
496	Напиток из шиповника	200	0,67	0,27	18,3	78	0,01	0,012	80	0	0	11,9	3,2	3,2	0,61	87,7	0,01	0	0
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,084	0,00	0,00	0,00	15	48,8	10,5	0,825	13,05	0,000	0,000	0,000
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000
	Итого :	865,00	32,91	29,36	132,96	977,80	0,36	0,41	87,25	70,00	1,27	200,27	424,27	119,96	4,72	391,05	0,02	0,10	1,63

Используется йодированная соль

День: понедельник
Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)									
			Б	Ж	У		В1	В2	С мг	А(рет.э на/сут)	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг	I мг	Se мг	F мг		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
	Обед																				
149	Помидор соленый порционно	60	0,7	0,1	1	9,6	0,16	0,1	6,7	3,3	0	0,8	2	3	0	7	0	0	0		
100	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,625	5,1	13,25	109,5	0,09	0,17	7,1	0	2,35	16,8	61	25,5	0,8575	165	0	0,004	0,05		
367	Птица (мясо кур) в соусе с томатом	90	8,55	9,96	1,99	131,78	0,0257	0,1	0,32	47,6	0,38	16,1	44,357	11,6	0,75	74	0,01	0,0025	0,74		
202	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,36	37,7	242,2	0,2	0,12	0	23,076	0,6	16	202,35	134,6	4,528	151,4	0,01	0,0083	0,948		
495	Компот из смеси с/ф	200	0,6	0,1	20,1	84	0,01	0,01	0,2	0	0,4	20,1	19,2	14,4	0,69	12,6	0,000	0,000	0,000		
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,084	0,00	0,00	0,00	15	48,8	10,5	0,825	13,05	0,000	0,000	0,000		
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000		
	Итого :	865	29,88	22,82	126,98	834,94	0,67	0,66	14,32	73,95	4,65	97,92	471,26	225,94	9,41	437,05	0,02	0,01	1,74		

Используется йодированная соль

День: вторник
Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи , наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Б	Ж	У	В1		В2	С мг	А(рет.э кв/сут)	D мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	
																				4
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																			
149	Огурец соленый порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,6	0,01	0	1,5	0	0,06	13,9	14,52	8,46	0,36	3,4	0	0	0	
95	Борщ с капустой и картофелем с сметаной	250	1,85	4,425	6,95	75	0,0425	0,03	8	0	2,35	36,8	49	23,25	1,1	113	0,015	0,003	0,05	
330	Плов с мясом говядина	200	16,3	18,24	34,64	368	0,06	0,11	0,88	30,4	0,64	19,2	214,4	42,4	2,104	152,4	0,0	0,00	0,70	
699	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93	0,01	0,01	7,14	0	0,29	0	35	2,5	0	0	0	0,001	0,002	
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	15	48,75	10,5	0,825	13,05	0,000	0,000	0,000	
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000	
	Итого :	825	27,65	23,93	119,75	800,50	0,31	0,31	17,52	30,40	4,26	98,07	455,27	113,51	6,15	295,85	0,04	0,00	0,75	

Используется йодированная соль

День: среда
Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С мг	А (ретинол/сут)	Д мг	Ca мг	P мг	Mg мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
149	Помидор соленый порционно	60	0,7	0,1	1	9,6	0,16	0,1	6,7	3,3	0	0,8	2	3	0	7	0	0	0
139	Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	6,2	5,6	22,3	167	0,09	0,18	4,6	30	0,54	151,4	96	10,4	0,014	165	0	0	0,05
372	Котлета из птицы (мясо кур)	90	18	16,2	9,6	255,8	0,09	0,01	0,77	65,57	1,157	43,71	164,57	21,857	1,63	61,5	0,015	0,004	0
152	Картофель отварной с маслом	150	4,14	7,714	15,42	147,14	0,14	0,00	19,99	0	0,00	14,285	#####	27,14	1,11	53	0,010	0,000	0,000
496	Напиток из шиповника	200	0,67	0,27	18,3	78	0,01	0,01	80	0	0	11,9	3,2	3,2	0,61	87,7	0,005	0	0,002
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	15	48,8	10,5	0,825	13,05	0,000	0,000	0,000
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000
	Итого :	865	38,61	31,084	119,56	915,44	0,672	0,464	112,06	98,87	2,617	250,295	483,83	102,497	5,949	401,25	0,03	0,005	0,052

Используется йодированная соль

День:четверг
Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория:7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи , наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С мг	А (рет.эquiv/сут)	Д мг	Са мг	Р мг	Мg мг	Fe мг	К мг	l мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
149	Огурец соленый порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,6	0,012	0	1,5	0	0,06	13,92	14,52	8,46	0,36	3,4	0	0	0
104	Щи из св.капусты с картофелем со сметаной	250	1,5	4,5	3,8	61,75	0,0425	0,04	8,5	0	2,325	49,5	35,75	16	0,6375	72,3	0,01	0,0003	0,03
327	Гуляш из отварной говядины	90	18	17,55	2,97	232,2	0,027	0,19	0	23,4	0,54	13,5	145,8	19,8	2,484	152	0,016	0,00	0,1
385	Рис отварной	150	3,76	5,43	38,85	219,3	0,03	0,04	0,00	27,00	0,00	17,25	83,7	27,15	0,1035	21,4	0,001	0,00	0,6
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	12,6	0,0	0,000	0,000
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	15	48,75	10,5	0,825	13,1	0,000	0,000	0,000
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000
	Итого :	865,000	32,840	28,840	108,880	815,750	0,292	0,434	10,000	50,400	3,845	127,470	429,820	112,510	6,990	288,750	0,038	0,006	0,730

Используется йодированная соль

День:пятница
Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория:7-11 лет

Приложение №8,9,10
к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

№ рецептуры	Прием пищи , наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Б	Ж	У			В1	В2	С мг	А (рет.экв /сут)	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг	I мг	Se мг	F мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
	Обед																			
149	Помидор соленый порционно	60	0,7	0,1	1	9,6	0,16	0,1	6,7	3,3	0	0,8	2	3	0	7	0	0	0	
100	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,625	5,1	13,25	109,5	0,09	0,17	7,1	0	2,35	16,75	61	25,5	0,8575	165	0	0,004	0,05	
374	Биточек (котлета) рубленые из птицы (мясо кур)	90	10,9	8,73	8,82	157,5	0,05	0,1	0,36	47,7	0,810	96,300	106,200	16,200	0,774	91,700	0,004	0,000	0,000	
256	Макароны отварные	150	5,55	4,95	29,55	184,5	0,06	0,07	0,00	31,50	0,75	12	45	7,5	1,05	80,4	0,015	0,006	0,31	
495	Компот из смеси с/ф	200	0,6	0,1	20,1	84	0,01	0,01	0,2	0	0,4	20,1	19,2	14,4	0,69	12,6	0,000	0,000	0,000	
573	Хлеб пшеничный в/с	75	5,7	0,6	36,9	175,5	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	15	48,75	10,5	0,825	13,05	0,000	0,000	0,000	
574	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	0,1	0,08	0,00	0,00	0,92	13,2	93,6	26,4	1,76	14	0,000	0,000	0,000	
	Итого :	865	29,27	20,18	125,66	803,00	0,55	0,61	14,36	82,50	5,23	174,15	375,75	103,50	5,96	383,75	0,02	0,01	0,36	

Используется йодированная соль

Вклад школьных горячих обедов в удовлетворении суточной потребности детей 7-11 лет в основных пищевых веществах и энергии.

Среднее потребление пищевых нутриентов

п/п №	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийная ценность	Витамины мг					Минеральные вещества								
		Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д мкг	Са	Р	Mg	Fe	К	І мг	Se мг	F мг	
1	865	29,690	21,560	134,970	854,800	0,339	0,469	6,100	93,000	1,880	232,170	451,27	94,610	3,785	326,770	0,002	0,003	1,150	
2	865	36,665	23,830	142,590	930,860	0,786	0,606	20,940	29,976	5,420	109,450	598,40	225,867	10,491	368,950	0,025	0,013	1,000	
3	865	23,430	13,338	93,110	587,464	0,388	0,424	15,085	36,420	5,625	172,577	397,39	160,680	5,733	335,160	0,025	0,010	1,010	
4	865	27,890	19,405	114,260	744,500	0,497	0,455	15,060	82,500	4,830	177,450	350,35	86,850	5,529	329,070	0,034	0,009	0,360	
5	865	32,910	29,360	132,960	977,800	0,357	0,406	87,250	70,000	1,272	200,270	424,27	119,960	4,719	391,050	0,022	0,104	1,632	
6	865	29,875	22,824	126,980	834,940	0,666	0,664	14,320	73,946	4,650	97,920	471,26	225,937	9,406	437,050	0,023	0,015	1,738	
7	825	27,650	23,925	119,750	800,500	0,311	0,311	17,520	30,400	4,260	98,070	455,27	113,510	6,149	295,850	0,035	0,004	0,752	
8	865	38,610	31,084	119,560	915,440	0,672	0,464	112,06	98,870	2,617	250,295	483,83	102,497	5,949	401,250	0,030	0,005	0,052	
9	865	32,840	28,840	108,880	815,750	0,292	0,434	10,000	50,400	3,845	127,470	429,82	112,510	6,990	288,750	0,038	0,006	0,730	
10	865	29,265	20,180	125,660	803,000	0,554	0,610	14,360	82,500	5,230	174,150	375,75	103,500	5,957	383,750	0,019	0,010	0,360	
Итого	861,000	30,883	23,435	121,872	826,505	0,486	0,484	31,269	64,801	3,963	163,982	443,76	134,59	6,471	355,765	0,025	0,018	0,878	

Примечание :

При разработки примерного меню использовалось:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 года под редакцией В.Т.Лапшиной

Издательство «Хлебпродинформ»

- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2011 года издания под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна

- Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьников образовательных учреждений, Пермь 2021 г.

- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания 2008 г. Издания под редакцией И.М.Скурихина и В.А.Тутельяна

- Производство готовых блюд и кулинарных изделий осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых отражена рецептура и технология приготовления.

Рацион питания предусматривает формирование наборов продуктов, предназначенных для питания обучающихся (завтрак ,обед)

В приготовление блюда используется йодированная соль.

Сметана используется только после термической обработки.

Холодные напитки, витаминизированные витамином С.

- СанПин 2.3./2.4.3590-20 «санитарно эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, начального и среднего профессионального образования »