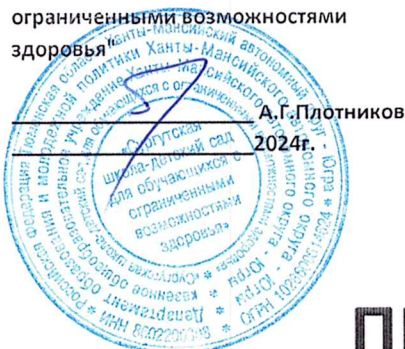


СОГЛАСОВАНО:

Директор КОУ "Сургутская
школа-детский сад для
обучающихся с
ограниченными возможностями
здоровья



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "РАДУГА ВКУСА"



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Для организации питания в КОУ "Сургутская школа-детский сад
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"

для детей в возрасте 7-11 лет

2024г.

КОУ "Сургутская школа-детский сад"

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	7,94	8,81	34,29	248,95	0,51	0,18	0,15	0,03	0,06	131,46	207,82	56,85	1,67	301,07	10,80	0,00	0,03	173	2011
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	0,12	0,11	0,01	1,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	25,89	4,43	3,60	0,13	2,66	0,20	0,00	0,00	209	2011
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30	3,65	5,88	9,04	104,37	0,07	0,03	0,04	0,05	0,05	89,68	64,37	9,34	0,46	32,57	0,65	0,00	0,00	3	2011
БАТСН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	31	2,54	1,05	22,01	81,47	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		
КАКАО НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С, В1, В2, В6, РР, АД3, Е, А фолиевая кислота)	200	3,75	3,69	19,48	127,47	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	111,33	95,58	27,49	0,87	207,14	9,00	0,00	0,00	382	2011
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01	336	
Итого за прием пищи:	631	18,47	20,01	96,24	618,49	5,90	0,27	0,32	0,11	0,13	375,64	384,08	105,92	5,51	877,04	23,05	0,00	0,04		
Обед																				
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	1,59	6,08	9,56	100,04	54,50	0,06	0,05	0,46	0,00	35,18	33,52	17,40	0,79	146,57	1,95	0,00	0,02	49	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ(куриное филе)	250	8,36	8,42	19,63	187,96	4,83	0,09	0,08	0,22	0,00	34,08	95,89	24,55	1,40	401,48	5,40	0,01	0,06	38	2017
БУЛГУР ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	180	8,62	5,99	40,27	282,39	0,00	0,04	0,03	0,03	0,09	13,62	98,52	33,81	0,67	73,39	1,01	0,01	0,03	54	2022
БИТОЧКИ ЧИКЕН ТОП	100	7,75	7,75	15,50	139,53	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		
СОУС КРАСНЫЙ, ОСНОВНОЙ	30	0,40	1,38	2,26	23,35	1,05	0,01	0,01	0,05	0,00	4,91	5,53	3,48	0,14	48,26	0,53	0,00	0,00	348	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,70	0,30	24,34	114,86	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,00	0,00	0,01	ПП	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	940	33,35	30,38	143,70	993,48	64,38	0,32	0,21	0,76	0,09	117,00	308,75	107,22	7,78	775,00	10,57	0,02	0,12		
Всего за день:		51,82	50,39	239,94	1 611,97	70,28	0,59	0,53	0,87	0,22	492,64	692,83	213,14	13,29	1 652,04	33,62	0,02	0,16		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША "ДРУЖБА"	200	6,20	10,00	26,80	224,00	2,00	0,10	0,00	0,08	0,00	182,00	172,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190	2008
ИМУНЕЛЕ С ВИТАМИНАМИ D3, B6+ ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7%	100	0,02	0,02	0,11	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1,76	13,44	12,00	176,00	0,00	0,03	0,00	0,11	0,00	6,40	19,20	3,20	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	1	2008
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	1,64	0,68	14,20	52,56	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		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	14,72	60,36	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	8,26	1,39	1,97	0,06	12,27	0,00	0,00	0,00	377	2011
ЗАВИТОК С ИЗЮМОМ	60	3,29	9,13	27,78	206,73	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	16,42	39,38	9,23	0,60	139,65	0,46	0,01	0,01	423	2011
Итого за прием пищи:	620	12,97	33,28	95,61	720,42	3,12	0,18	0,03	0,19	0,02	213,08	231,97	46,40	0,96	151,92	0,46	0,01	0,01		
Обед																				
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,40	10,10	6,60	123,00	15,00	0,02	0,00	0,25	0,00	38,00	36,00	19,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	51	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,72	5,38	18,85	147,06	4,64	0,18	0,06	0,24	0,00	40,95	79,13	33,48	1,95	472,70	4,43	0,00	0,03	102	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,56	4,78	41,96	237,25	0,00	0,08	0,02	0,02	0,08	61,13	52,89	16,68	1,28	78,91	0,92	0,02	0,01	203	2011
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	9,95	9,83	16,50	212,56	1,28	0,01	0,01	0,21	0,00	8,76	9,97	6,21	0,22	55,09	0,79	0,00	0,01	246	2011
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,31	0,14	23,71	96,55	52,00	0,01	0,02	0,09	0,00	13,50	1,44	3,24	0,23	5,80	0,00	0,00	0,00	388	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,70	0,30	24,34	114,86	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,00	0,00	0,01	ПП	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	910	29,57	30,79	144,30	992,63	72,92	0,40	0,15	0,81	0,08	177,55	240,72	98,59	6,66	717,80	7,82	0,02	0,06		
Всего за день:		42,54	64,07	239,91	1 713,05	76,04	0,58	0,18	1,00	0,10	390,63	472,69	146,99	7,64	869,72	8,28	0,03	0,07		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200	5.67	6.47	32.35	210,00	0.50	0.06	0.11	0.03	0.06	106.67	92.30	16.17	0.35	179.56	8.64	0.00	0.01	181	2011	
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	0.12	0.11	0.01	1.52	0.00	0.00	0.00	0.00	0.02	25.89	4.43	3.60	0.13	2.66	0.20	0.00	0.00	209	2011	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1.76	13.44	12.00	176,00	0.00	0.03	0.00	0.11	0.00	6.40	19.20	3.20	0.32	0.00	0.00	0.00	0.00	1	2008	
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	31	2.54	1.05	22.01	81.47	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			
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.19	0.00	14.93	60.46	0.04	0.00	0.01	0.00	0.00	13.00	7.42	5.80	0.74	25.86	0.00	0.00	0.00	376	2011	
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0.47	0.47	11.41	54.71	4.80	0.03	0.02	0.01	0.00	17.28	11.88	8.64	2.38	333.60	2.40	0.00	0.01	336		
Итого за прием пищи:	641	10.75	21.54	92.71	564.16	5.34	0.12	0.14	0.15	0.08	169.24	135.23	37.41	3.92	541.68	11.24	0.00	0.02			
Обед																					
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ(ТОМАТЫ)	100	1.07	0.00	2.33	13.58	4.00	0.03	0.03	0.00	0.00	12.60	23.40	18.00	0.90	290.00	0.00	0.00	0.00	70	2011	
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	2.18	6.27	12.76	117.21	9.85	0.05	0.06	0.25	0.00	57.97	52.64	26.66	1.26	385.09	6.54	0.00	0.03	82	2011	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	200	18.71	29.61	40.31	502.72	1.34	0.08	0.12	0.50	0.00	38.72	216.34	50.10	2.68	402.85	8.43	0.01	0.08	244	2011	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1.01	0.06	19.57	80.41	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	0.00	1.83	0.00	0.91	0.00	0.00	0.00	348	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.70	0.30	24.34	114.86	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	10.35	37.80	14.85	0.90	64.50	0.00	0.00	0.01	ПП	2011	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1.93	0.26	12.34	59.35	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	4.86	23.49	5.13	1.08	40.80	1.68	0.00	0.00	ПП	2011	
Итого за прием пищи:	830	28.60	36.50	111.65	888.13	15.19	0.26	0.25	0.75	0.00	132.90	353.67	116.57	6.82	1 184.15	16.65	0.01	0.12			
Всего за день:		39.35	58.04	204.36	1 472.29	20.53	0.38	0.39	0.90	0.08	302.14	488.90	153.98	10.74	1 725.83	27.89	0.01	0.14			

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	220	5,00	7,64	18,35	163,03	0,57	0,05	0,12	0,04	0,08	123,79	94,62	15,94	0,45	183,43	10,16	0,00	0,00	120	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	55/20	11,52	8,07	18,07	193,16	0,18	0,03	0,16	0,03	0,01	126,31	140,78	18,12	0,43	135,44	1,33	0,01	0,02	224	2008
ЙОГУРТ ФРУГУРТ 2,5%	110	0,03	0,02	0,04	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,02	0,76	0,11	0,00	1,46	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	5,82	9,45	15,07	169,70	0,11	0,05	0,07	0,09	0,08	139,20	101,45	15,15	0,76	53,25	1,08	0,00	0,01	3	2011
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	1,64	0,68	14,20	52,56	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	-	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	13,00	7,42	5,80	0,74	25,86	0,00	0,00	0,00	376	2011
Итого за прием пищи:	675	24,20	25,86	80,66	639,46	0,90	0,13	0,36	0,16	0,17	403,32	345,03	55,12	2,38	399,44	12,57	0,01	0,03		
Обед																				
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	100	1,13	10,11	3,33	109,76	24,15	0,04	0,04	0,05	0,00	30,22	32,00	15,22	0,95	181,14	2,51	0,00	0,01	29	2008
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	6,53	3,36	16,52	122,84	7,29	0,08	0,10	0,35	0,06	35,20	58,80	26,75	0,98	463,94	4,61	0,00	0,03	87	2012
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	6,36	5,54	40,35	236,49	0,00	0,22	0,10	0,02	0,08	22,13	158,23	94,29	3,14	221,41	0,00	0,00	0,00	171,1	2011
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ	100	15,13	19,34	4,03	251,16	2,66	0,06	0,12	0,29	0,00	20,96	134,04	22,03	1,50	270,73	6,35	0,02	0,10	246	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,32	76,29	1,60	0,01	0,01	0,00	0,00	13,00	3,96	4,43	0,79	112,17	0,80	0,00	0,00	344	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,70	0,30	24,34	114,86	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,80	64,50	0,00	0,00	0,01	ПП	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	910	34,94	39,07	119,23	970,75	35,70	0,51	0,41	0,71	0,14	136,72	448,32	182,70	9,34	1 354,69	15,95	0,02	0,15		
Всего за день:		59,14	64,93	199,89	1 610,21	36,60	0,64	0,77	0,87	0,31	540,04	793,35	237,82	11,72	1 754,13	28,52	0,03	0,18		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	200	7,24	8,33	36,39	250,86	2,70	0,17	0,15	0,04	0,08	136,36	162,20	46,76	2,53	382,27	11,46	0,00	0,01	176,7	2011		
ЙОГУРТ ФРУГУРТ 2,5%	110	0,03	0,02	0,04	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,02	0,76	0,11	0,00	1,46	0,00	0,00	0,00	ПП	2011		
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1,76	13,44	12,00	176,00	0,00	0,03	0,00	0,11	0,00	6,40	19,20	3,20	0,32	0,00	0,00	0,00	0,00	1	2008		
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	1,64	0,68	14,20	52,56	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				
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	13,00	7,42	5,80	0,74	25,86	0,00	0,00	0,00	376	2011		
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,49	32,97	37,96	0,06	0,03	0,01	0,00	34,97	16,98	10,99	0,10	154,85	0,00	0,00	0,15		2008		
Итого за прием пищи:	670	11,66	22,67	85,05	573,40	40,70	0,26	0,19	0,16	0,08	191,75	206,56	66,86	3,69	564,44	11,46	0,00	0,16				
Обед																						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	7,00	0,02	0,05	0,19	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70	315,00	0,00	0,00	0,00	73	2011		
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,81	5,10	10,75	96,66	8,50	0,06	0,05	0,20	0,00	36,09	47,48	21,41	0,91	366,67	3,90	0,00	0,02	99	2011		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,82	6,52	25,69	177,28	12,47	0,15	0,13	0,04	0,09	52,85	102,83	36,33	1,46	917,65	10,26	0,00	0,04	312	2011		
НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ	100	12,60	7,67	14,70	178,11	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	269/1	2011		
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,26	0,10	19,34	81,19	21,60	0,01	0,01	0,00	0,00	15,38	8,02	8,93	0,32	95,51	0,27	0,00	0,00	393	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,70	0,30	24,34	114,86	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,00	0,00	0,01	ПП	2011		
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011		
Итого за прием пищи:	890	26,02	28,85	114,86	826,45	49,57	0,34	0,28	0,43	0,09	160,53	256,62	101,65	5,37	1 800,13	16,11	0,00	0,07				
Всего за день:		37,68	51,52	199,91	1 399,85	90,27	0,60	0,47	0,59	0,17	352,28	463,18	168,51	9,06	2 364,57	27,57	0,00	0,23				

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	220	6,18	7,16	45,43	271,68	0,53	0,06	0,13	0,04	0,07	112,29	139,79	33,91	0,53	198,55	9,87	0,01	0,02	174	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	55/20	11,52	8,07	18,07	193,16	0,18	0,03	0,16	0,03	0,01	126,31	140,78	18,12	0,43	135,44	1,33	0,01	0,02	224	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,95	4,88	12,57	102,15	0,00	0,04	0,02	0,04	0,08	6,10	22,20	8,25	0,51	33,50	0,90	0,00	0,00	1	2008
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием)	20	1,64	0,68	14,20	52,56	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		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	14,72	60,36	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	8,26	1,39	1,97	0,06	12,27	0,00	0,00	0,00	377	2011
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ, 1 ВАРИАНТ	60	6,18	6,70	18,18	158,62	2,85	0,04	0,04	0,05	0,00	81,40	78,01	12,70	0,68	140,85	0,90	0,01	0,02	412	2011
Итого за прием пищи:	605	27,53	27,50	123,17	838,53	4,68	0,17	0,35	0,17	0,16	334,36	382,17	74,95	2,21	520,61	13,00	0,03	0,06		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЁНЫМ ЛУКОМ	100	0,89	6,10	2,70	69,24	12,50	0,03	0,05	0,05	0,00	35,53	43,37	15,32	1,08	159,94	2,85	0,00	0,02	20	2011
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	2,23	7,11	9,21	110,68	12,02	0,05	0,06	0,25	0,08	54,91	50,14	21,17	0,94	323,55	5,60	0,00	0,02	84	2008
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	6,36	5,54	40,35	236,49	0,00	0,22	0,10	0,02	0,08	22,13	158,23	94,29	3,14	221,41	0,00	0,00	0,00	171,1	2011
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	16,14	11,55	3,58	201,59	12,07	0,19	1,36	5,54	0,02	27,97	237,26	16,02	5,16	279,51	6,96	0,03	0,16	255	2011
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,44	0,36	29,20	137,83	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,00	0,00	0,01	ПП	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	920	32,99	31,12	117,18	901,18	40,59	0,62	1,62	5,86	0,18	171,82	571,85	177,75	15,28	1 102,61	17,09	0,03	0,21		
Всего за день:		60,52	58,62	240,35	1 739,71	45,27	0,79	1,97	6,03	0,34	506,18	954,02	252,70	17,49	1 623,22	30,09	0,06	0,27		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	200	6,44	7,70	55,67	322,96	0,51	0,14	0,14	0,04	0,07	147,23	245,12	36,99	1,12	259,71	8,86	0,02	0,05	174	2011
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	0,12	0,11	0,01	1,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	25,89	4,43	3,60	0,13	2,66	0,20	0,00	0,00	209	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3,25	8,18	20,91	170,58	0,00	0,07	0,03	0,06	0,13	10,16	36,96	13,73	0,85	55,76	1,50	0,00	0,00	1	2008
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	1,64	0,66	14,20	52,56	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		
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,88	1,86	12,83	76,03	0,35	0,02	0,07	0,01	0,00	71,47	50,62	11,94	0,79	113,12	5,40	0,00	0,00	378	2011
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,49	32,97	37,96	0,06	0,03	0,01	0,00	34,97	16,98	10,99	0,10	154,85	0,00	0,00	0,15		2008
Итого за прием пищи:	620	14,13	18,73	111,11	656,62	38,82	0,29	0,27	0,12	0,22	269,72	354,11	77,25	2,99	586,10	15,96	0,02	0,20		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	4,69	9,50	7,08	133,36	3,43	0,02	0,07	0,05	0,00	159,64	107,22	21,68	1,20	252,24	5,81	0,00	0,02	31	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	2,32	6,07	15,61	126,99	6,00	0,07	0,06	0,19	0,00	34,54	66,31	23,61	0,95	446,19	4,81	0,00	0,03	96	2011
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	2,56	7,32	15,05	137,38	14,29	0,08	0,07	0,56	0,00	45,16	67,59	31,05	1,38	523,22	6,33	0,00	0,04	344	2012
МИТЕБЛЫ С СЫРОМ	100	15,52	16,66	8,63	245,08	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		
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	0,10	0,10	24,90	103,00	4,00	0,01	0,00	0,00	0,00	4,00	3,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	437	200826
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,44	0,36	29,20	137,83	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,00	0,00	0,01	ПП	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	920	31,56	40,29	112,81	942,99	27,72	0,29	0,25	0,80	0,00	260,62	312,97	103,29	5,69	1 339,85	18,63	0,00	0,10		
Всего за день:		45,69	59,02	223,92	1 599,61	66,54	0,58	0,52	0,92	0,22	550,34	667,08	180,54	8,68	1 925,95	34,59	0,02	0,30		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	10,93	11,19	37,14	294,40	0,06	0,08	0,07	0,07	0,08	196,31	135,24	17,43	1,21	88,60	0,81	0,02	0,02	204	2011	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,60	12,20	0,20	133,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	18,00	81,00	10,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	254	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3,25	8,18	20,91	170,58	0,00	0,07	0,03	0,06	0,13	10,16	36,96	13,73	0,85	55,76	1,50	0,00	0,00	1	2008	
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	1,64	0,68	14,20	52,56	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			
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	13,00	7,42	5,80	0,74	25,86	0,00	0,00	0,00	376	2011	
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01	336		
Итого за прием пищи:	620	22,08	32,72	98,79	765,71	4,90	0,28	0,13	0,14	0,21	256,75	272,50	55,60	6,18	503,82	4,71	0,02	0,03			
Обед																					
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	1,00	10,10	2,40	105,00	14,00	0,03	0,00	0,13	0,00	36,00	32,00	22,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	18	2008	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,72	5,38	18,85	147,06	4,64	0,18	0,06	0,24	0,00	40,95	79,13	33,48	1,95	472,70	4,43	0,00	0,03	102	2011	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	210	17,21	20,34	16,66	318,90	8,48	0,13	0,16	0,32	0,00	31,82	188,31	42,13	2,94	855,83	11,86	0,00	0,08	259	2011	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,13	0,01	23,67	97,83	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	14,50	2,97	3,55	0,14	25,81	0,00	0,00	0,00	436	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,44	0,36	29,20	137,83	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	12,42	45,36	17,82	1,08	77,40	0,00	0,00	0,01	ПП	2011	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011	
Итого за прием пищи:	850	30,43	36,45	103,12	865,97	29,52	0,45	0,27	0,69	0,00	140,55	371,26	124,11	7,99	1 472,54	17,97	0,00	0,12			
Всего за день:		52,51	69,17	201,91	1 631,68	34,42	0,73	0,40	0,83	0,21	397,30	643,76	179,71	14,17	1 976,36	22,68	0,02	0,15			

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,97	8,13	34,70	242,52	1,29	0,12	0,00	0,05	0,00	152,22	230,91	34,83	1,29	0,00	0,00	0,00	0,00	184	2008
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	0,12	0,11	0,01	1,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	25,89	4,43	3,60	0,13	2,66	0,20	0,00	0,00	209	2011
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	5,82	9,45	15,07	169,70	0,11	0,05	0,07	0,09	0,08	139,20	101,45	15,15	0,76	53,25	1,08	0,00	0,01	3	2011
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием)	20	1,64	0,68	14,20	52,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
КАКАО НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С В1,В2,В6,РР,АD3,Е А фолиевая кислота)	180	3,38	3,32	17,53	114,72	0,47	0,03	0,10	0,01	0,00	100,20	86,02	24,74	0,78	186,43	8,10	0,00	0,00	382	2011
КОВРИЖКА "МЕДОВАЯ" БЕЗ НАЧИНКИ	60	3,51	2,79	44,75	218,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	7,71	27,67	5,11	0,40	45,60	0,78	0,01	0,01	454	2011
Итого за прием пищи:	560	21,44	24,48	126,26	799,52	1,87	0,24	0,19	0,15	0,10	425,22	450,48	83,43	3,36	287,94	10,16	0,01	0,02		
Обед																				
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	3,60	10,20	7,80	137,00	8,00	0,06	0,00	0,45	0,00	20,00	46,00	20,00	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	30	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	2,60	2,81	17,99	107,98	5,20	0,07	0,04	0,21	0,00	31,35	48,31	19,88	0,93	345,69	3,49	0,00	0,03	112	2011
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	180	4,09	6,57	40,64	238,37	1,05	0,05	0,04	0,36	0,11	26,68	91,27	33,07	0,84	119,10	2,11	0,01	0,04	304	2011
ФИЛЕ ТРЕСКИ, ТУШЕННОЕ С ОВОЩАМИ	100	9,99	5,23	4,51	105,42	1,64	0,06	0,05	0,38	0,00	29,06	131,59	25,80	0,62	292,61	83,85	0,01	0,40	229	2011
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,23	0,06	26,25	115,76	1,80	0,01	0,01	0,01	0,00	17,46	8,10	8,58	0,14	78,10	0,60	0,00	0,00	375	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,70	0,30	24,34	114,86	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,00	0,00	0,01	ПП	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	910	26,14	25,43	135,87	878,74	17,69	0,35	0,18	1,41	0,11	139,76	386,56	127,31	5,41	940,80	91,73	0,02	0,48		
Всего за день:		47,58	49,91	262,13	1 678,26	19,56	0,59	0,37	1,56	0,21	564,98	837,04	210,74	8,77	1 228,74	101,89	0,03	0,50		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	200	8.19	7.49	40.84	264.09	0.48	0.14	0.14	0.04	0.08	118.40	185.13	38.10	2.09	250.47	8.28	0.03	0.00	184	2011	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	55	0.55	5.83	0.71	57.67	0.07	0.00	0.02	0.03	0.12	17.31	13.29	1.80	0.06	23.17	1.48	0.00	0.00	210	2011	
ЙОГУРТ ФРУГУРТ 2,5%	110	0.03	0.02	0.04	0.55	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.02	0.76	0.11	0.00	1.46	0.00	0.00	0.00	ПП	2011	
БАТОН (ОСОБЫЙ)	30	2.24	0.87	14.58	75.37	0.00	0.04	0.01	0.00	0.00	5.94	22.95	8.91	0.54	39.30	1.08	0.00	0.00		2008	
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	20	1.64	0.68	14.20	52.56	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			
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.19	0.00	14.93	60.46	0.04	0.00	0.01	0.00	0.00	13.00	7.42	5.80	0.74	25.86	0.00	0.00	0.00	376	2011	
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0.47	0.47	11.41	54.71	4.80	0.03	0.02	0.01	0.00	17.28	11.88	8.64	2.38	333.60	2.40	0.00	0.01	336		
Итого за прием пищи:	735	13.31	15.36	96.71	565.41	5.39	0.21	0.20	0.08	0.20	172.95	241.43	63.36	5.81	673.86	13.24	0.03	0.01			
Обед																					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, РЕДИСА И ОГУРЦОВ	100	1.45	5.96	3.28	73.08	14.54	0.01	0.02	0.00	0.00	24.69	26.34	7.89	0.61	260.94	4.70	0.00	0.02	30	2011	
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	3.53	4.36	14.95	114.36	5.54	0.08	0.06	0.23	0.08	45.62	84.50	30.20	1.51	432.33	5.12	0.00	0.03	79	2008	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6.56	4.78	41.96	237.25	0.00	0.08	0.02	0.02	0.08	61.13	52.89	16.68	1.28	78.91	0.92	0.02	0.01	203	2011	
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	60/30	9.39	15.64	9.89	217.18	1.32	0.04	0.05	0.09	0.00	12.00	90.77	15.80	1.30	183.21	3.80	0.00	0.03	284	2008	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.31	0.14	23.71	98.55	52.00	0.01	0.02	0.09	0.00	13.50	1.44	3.24	0.23	5.80	0.00	0.00	0.00	388	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.44	0.36	29.20	137.83	0.00	0.07	0.03	0.00	0.00	12.42	45.36	17.82	1.08	77.40	0.00	0.00	0.01	ПП	2011	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1.93	0.26	12.34	59.35	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	4.86	23.49	5.13	1.06	40.80	1.68	0.00	0.00	ПП	2011	
Итого за прием пищи:	910	27.61	31.50	135.33	937.60	73.40	0.33	0.22	0.43	0.16	174.22	324.79	96.76	7.09	1 079.39	16.22	0.02	0.10			
Всего за день:			40.92	46.86	232.04	1 503.01	78.79	0.54	0.42	0.51	0.36	347.17	566.22	160.12	12.90	1 753.25	29.46	0.05	0.11		

Основание:

1) СанПин 2.3/2.4.3590-20 постановление от 27.10.2020 №32 срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.

Утвержденные руководителем ФСН в сфере защиты потребителем и благополучия человека Г.Г. Онищенко

2) Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: ДеЛиплюс 2017 – 544с

3) Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: ДеЛиплюс 2016 – 640с

4) Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост А.И.Эдобнов, В.А.Цыганенко. - М.: "ИКТЦ"ЛАДА", К.: Издат.Арий 2006; 680с

5) Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для п.о.п. при общеобразовательных школах. "Хлебпродинформ" М 2004

6) Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. И.М. Скурихин, В.А.Тутельян, ДеЛипринт М.

7)ТУ 10.13.15-004-73392522-2024 "Митболы с сыром" ПОЛУФАБРИКАТ МЯСНОЙ КАТЕГОРИИ "Б" РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

8) ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 "Наггетсы из птицы" ПОЛУФАБРИКАТ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

9) ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 "Биточки "Чикен топ" ПОЛУФАБРИКАТ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, НЕ ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

10) ТУ 10.13.15-004-73392522-2024 "Чевапчичи мясные" ПОЛУФАБРИКАТ МЯСНОЙ КАТЕГОРИИ "Б" РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, НЕ ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

11) ТУ 10.12.20-001-73392522-2024 "Гуляш из мяса курицы" ПОЛУФАБРИКАТ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, МЕЛКОКУСКОВОЙ, БЕСКОСТНЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

12) Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.— М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

13) Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. Под редакцией члена - корреспондента Российской академии наук В.Р. Кучмы. Москва 2016

Меню составил: Технолог Мамулян Г.И.

Меню согласовано: Мед. работник

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	477,75	572,53	2 244,36	15 559,64	538,30	6,02	6,02	14,08	2,22	4 443,70	6 579,07	1 904,25	114,46	16 873,81	344,59	0,27	2,11
Среднее значение за период	47,77	57,25	224,43	1 559,96	53,83	0,43	0,43	1,01	0,16	317,41	469,93	136,02	8,18	1 205,27	24,61	0,02	0,15
Норма по СанПин суточная норма 7-11 лет 100%	77,0	79,0	335,0	2350													
Норма по СанПин за завтрак, второй завтрак и обед 55%	42,4	43,5	184,3	1252,5													

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	638	899