



СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ "Ульт-Ягунская СОШ"
Астапенко Н.Н.
20.10.23 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "Вкуснодей"
Шиккула А.В.
20.10.23 г.

Основное меню

Для детей с заболеванием сахарный диабет

для организации питания школьников в общеобразовательных учреждениях

в возрасте 7-11 лет

1 смена

на осенне-зимний период 2023г.

Согласовано:

Уполномоченный представитель ребёнка

Супр. Семеновская И.А.
Семановская

п.Ульт-Ягун МБОУ "Ульт-Ягунская СОШ"

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ (без сахара) 100/20		120	17.1	14.3	9.6	249.3	0.20	0.04	0.20	0.09	0.13	143.93	185.82	22.23	0.72	147.39	2.84	0.02	0.03	326	2013
ГРУШИ СВЕЖИЕ		200	0.2	0.0	0.4	2.4	0.04	0.00	0.01	0.00	0.00	12.93	7.42	5.85	0.74	25.43	0.00	0.00	0.00	376	2011
Итого за прием пищи:		572	0.7	0.5	17.2	78.3	0.03	0.05	0.00	0.00	0.00	31.64	26.65	19.99	3.33	256.15	1.67	0.00	0.02	338	2011
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОРЕХОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ		100	0.8	6.1	2.9	69.9	9.50	0.03	0.04	0.01	0.00	24.49	42.00	13.41	0.96	137.40	2.85	0.00	0.02	20	2011
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОРЕХОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ		250	9.7	7.2	17.6	208.1	5.23	0.17	0.10	0.26	0.00	49.28	124.40	38.76	2.57	556.34	6.48	0.00	0.05	102	2011
КАЛУСТА ТУШЕНАЯ		120	2.6	4.8	10.6	102.9	25.18	0.04	0.05	0.07	0.00	63.99	45.00	23.02	1.36	288.56	4.42	0.00	0.02	139	2011
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ		70	10.5	6.3	6.1	153.6	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	269	2011
КОМПЛОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ (без сахара)		25	1.7	0.3	11.3	54.0	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	ПП	2011
Итого за прием пищи:		200	0.2	0.1	4.0	19.6	2.00	0.01	0.01	0.00	0.00	16.60	7.14	7.49	0.54	110.56	0.82	0.00	0.00	ПП	2011
Итого за прием пищи:		765	26.5	24.8	52.5	608.1	41.91	0.25	0.20	0.34	0.00	154.36	218.55	82.69	5.43	1082.86	14.57	0.00	0.00	375	2011
Всего за день:		50.9	45.5	88.2	1046.9	52.58	0.47	0.71	0.57	1.23	426.96	556.46	147.93	12.29	1643.14	29.08	0.04	0.04	9.95		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества							№ рецеп-тур	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	Ca, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	F, мг				
ТОМАТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	100	1.1	0.2	3.8	24.0	25.00	0.06	0.04	0.17	0.00	14.00	26.00	20.00	1.00	290.00	2.00	0.00	0.00	0.00	71	2011				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100	2.0	3.2	15.8	100.1	8.00	0.09	0.06	0.02	0.05	15.50	53.41	21.53	0.93	568.83	5.00	0.00	0.03	310	2011					
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)	90	9.5	8.8	7.4	139.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	19.53	105.35	13.38	1.45	146.45	5.09	0.01	0.07	269	2011					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (без сахара)	20	0.8	0.3	7.1	26.3	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	28.80	19.60	4.60	0.72	25.20	0.00	0.00	9.78	ПП						
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	200	0.2	0.0	0.6	4.1	0.84	0.00	0.01	0.00	0.00	14.53	8.41	6.34	0.79	33.56	0.00	0.00	0.00	377	2011					
Итого за прием пищи:	160	1.3	0.3	12.3	62.1	62.10	0.10	0.05	0.02	0.00	57.20	27.78	17.98	0.16	253.30	0.00	0.00	0.25	341	2011					
Итого за прием пищи:	670	14.9	12.8	47.0	356.5	95.94	0.36	0.21	0.21	0.05	149.56	240.55	83.83	5.05	1317.34	12.09	0.01	10.13							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1.4	10.2	7.1	126.3	5.13	0.04	0.03	0.20	0.00	23.78	38.63	17.63	0.79	245.18	2.90	0.00	0.02	67	2011					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ	250	7.8	7.6	18.1	215.4	6.10	0.09	0.09	0.20	0.00	34.04	114.18	29.53	1.89	566.58	7.22	0.00	0.05	103	2015					
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	5.7	3.9	25.6	159.5	0.00	0.15	0.08	0.01	0.05	15.47	124.77	83.97	2.94	175.98	1.52	0.00	0.01	171.1	2011					
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	120	16.4	13.2	4.3	227.2	12.22	0.19	1.37	5.58	0.02	26.18	240.28	16.38	5.17	287.76	7.27	0.03	0.16	255	2011					
КОМПЛОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (без сахара)	200	1.7	0.3	11.3	54.0	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	ПП						
Итого за прием пищи:	200	0.3	0.1	2.1	12.8	24.00	0.01	0.01	0.01	0.00	17.13	8.91	10.02	0.35	105.55	0.30	0.00	0.00	375	2011					
Итого за прием пищи:	795	33.3	35.3	68.5	795.2	47.45	0.48	1.58	6.00	0.07	116.60	527.77	157.53	11.14	1384.05	19.21	0.03	0.24							
Всего за день:	48.2	48.1	115.5	1151.7	143.39	0.84	1.79	6.21	0.12	266.16	788.32	241.36	16.19	2701.39	31.30	0.04	10.37								

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества							№ рецеп-тур	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	Ca, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	F, мг				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	100	4.2	3.8	20.1	132.3	0.25	0.09	0.06	0.02	0.04	58.20	88.22	24.47	0.72	124.80	5.54	0.00	0.01	173	2011					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб слоенный)	55	5.6	13.0	13.6	194.2	0.11	0.01	0.06	0.12	0.15	133.20	76.90	5.25	0.17	14.70	0.00	0.00	0.01	3	2011					
ЧАЙ С МОЛОКОМ (без сахара)	100	2.5	2.5	11.5	79.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	61.90	43.42	11.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2011					
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	200	1.6	1.2	2.7	28.6	0.30	0.01	0.06	0.01	0.00	61.90	43.42	11.00	0.78	98.28	4.50	0.00	0.00	378	2011					
Итого за прием пищи:	215	0.9	0.9	21.1	101.0	21.50	0.06	0.04	0.01	0.00	34.39	23.64	17.20	4.73	597.56	4.30	0.00	0.02	338	2011					
Итого за прием пищи:	670	14.8	21.4	69.0	535.1	22.16	0.17	0.22	0.16	1.89	287.69	232.18	57.92	6.40	835.34	14.34	0.00	0.04							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУЧНОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛеныМ ЛУКОМ	100	1.5	5.1	9.0	88.9	17.58	0.02	0.04	0.04	0.00	46.93	25.67	13.57	0.84	175.95	2.43	0.00	0.01	35	2008					
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250	7.7	7.3	14.7	203.7	5.37	0.10	0.10	0.28	0.00	60.08	133.44	36.86	2.26	530.97	7.31	0.00	0.05	84	2011					
Итого за прием пищи:	100	1.5	5.1	9.0	88.9	17.58	0.02	0.04	0.04	0.00	46.93	25.67	13.57	0.84	175.95	2.43	0.00	0.01	35	2008					
Итого за прием пищи:	250	7.7	7.3	14.7	203.7	5.37	0.10	0.10	0.28	0.00	60.08	133.44	36.86	2.26	530.97	7.31	0.00	0.05	84	2011					

КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	100	Пищевые вещества										Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Целлюлоза, 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	F, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг			
ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ	100	3.6	2.8	28.0	144.0	0.00	0.04	0.02	0.01	0.05	21.35	117.41	15.50	0.75	69.64	0.00	0.01	0.02	171.3	2011														
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	100	15.1	4.5	6.1	127.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	269	2011														
КОМЛОТ ИЗ ВЯШНИ (без сахара)	25	1.7	0.3	11.3	54.0	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	669	2011														
Итого за прием пищи:	200	0.3	0.1	4.1	20.2	2.40	0.01	0.01	0.01	20.73	10.80	11.01	0.18	102.95	0.80	0.00	0.00	0.00	375	2011														
Всего за день:	775	29.9	20.1	71.2	638.7	25.35	0.17	0.17	0.32	0.05	149.09	287.33	76.94	4.03	879.51	10.54	0.01	0.08																
	44.7	41.5	140.2	1173.8	47.51	0.34	0.39	0.48	1.74	436.78	519.51	134.86	10.43	1714.85	24.88	0.01	0.12																	

6 день

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ (без сахара)	100	Пищевые вещества										Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Целлюлоза, 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	F, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг			
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (клуб столовичный)	55	4.4	4.7	17.3	129.7	0.26	0.10	0.08	0.02	0.04	65.16	110.38	34.98	0.95	155.99	6.00	0.00	0.01	173	2011														
МОУРТ ФРУТУРТ 115 г.	115	5.6	13.0	13.6	194.2	0.11	0.01	0.06	0.12	0.19	133.20	76.90	5.25	0.17	14.70	0.00	0.00	0.01	3	2011														
ЯИЦА ВАРЕННЫЕ	50	3.9	5.2	15.6	104.7	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	386	2011														
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (без сахара)	200	6.2	5.6	0.3	76.1	0.00	0.03	0.19	0.13	1.10	50.15	89.10	8.89	1.23	71.26	10.00	0.01	0.02	209	2011														
ЯЕЛЮКИ СВЕЖИЕ	164	0.2	0.0	0.6	4.1	0.84	0.00	0.01	0.00	0.00	14.53	8.41	6.34	0.79	33.56	0.00	0.00	0.00	377	2011														
Итого за прием пищи:	684	21.0	29.2	63.5	586.0	17.64	0.19	0.37	0.28	1.29	289.33	302.86	68.57	6.75	732.26	19.29	0.01	0.06	338	2011														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕННЫМ ЛУКОМ И ГОРОШКОМ	100	1.3	7.1	3.5	84.6	16.60	0.05	0.04	0.11	0.00	26.67	34.41	16.92	0.91	189.09	1.70	0.00	0.01	24	2011														
СУП КУДРЯВЫЙ С ФИКАЛЬЯКАМИ ИЗ ИНДИКИ	250	12.6	7.8	14.9	156.4	9.92	0.07	0.08	0.26	0.19	36.95	61.05	22.52	1.10	376.11	5.82	0.00	0.03	103	2008														
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	100	5.7	3.9	25.6	159.5	0.00	0.15	0.08	0.01	0.05	15.47	124.77	83.97	2.94	175.86	1.52	0.00	0.01	171.1	2011														
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ ПО-БЕЛАРУССКИ	100	11.2	10.6	10.8	139.1	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	2011															
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	25	1.7	0.3	11.3	54.0	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	269	2011														
КОМЛОТ ИЗ ВЯШНИ (без сахара)	200	0.3	0.1	4.1	20.2	2.40	0.01	0.01	0.01	0.00	20.73	10.80	11.01	0.18	102.95	0.80	0.00	0.00	375	2011														
Итого за прием пищи:	775	32.8	29.8	70.2	613.8	28.92	0.28	0.21	0.39	0.24	99.82	231.05	134.42	5.13	854.13	9.84	0.00	0.05																
Всего за день:	53.8	59.0	133.7	1199.8	46.56	0.47	0.58	0.67	1.53	389.15	533.91	202.99	11.88	1566.39	29.13	0.01	0.11																	

7 день

ОГУРЦЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	100	Пищевые вещества										Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Целлюлоза, 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	F, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг			
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100	0.8	0.1	2.4	13.6	4.00	0.02	0.03	0.01	0.00	20.70	37.80	12.60	0.90	141.00	3.00	0.00	0.02	71	2011														
ЛЮЛЯ-КЕБАБ	100	2.0	3.2	15.8	100.1	8.00	0.09	0.06	0.02	0.05	15.50	53.41	21.53	0.83	568.83	5.00	0.00	0.03	31.0	2011														
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	70	10.5	6.3	6.1	153.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	269	2011														
ЧАЙ С МОЛОКОМ (без сахара)	25	1.7	0.3	11.3	54.0	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	269	2011														
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	200	1.6	1.2	2.7	28.6	0.30	0.01	0.06	0.01	0.00	61.90	43.42	11.00	0.78	98.28	4.50	0.00	0.00	ПП	2011														
Итого за прием пищи:	100	0.8	0.2	7.5	38.0	0.06	0.03	0.03	0.01	0.00	35.00	17.00	11.00	0.10	155.00	0.00	0.00	0.15	341	2011														
САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ ДАЙКОН С ОВОЦАМИ	100	1.2	5.0	4.5	88.3	23.60	0.53	0.15	0.59	0.00	41.34	15.97	16.21	0.54	89.82	2.44	0.51	0.02	58	2011														
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	1.7	5.7	12.0	114.7	7.82	0.04	0.05	0.21	0.00	50.80	48.71	23.69	1.18	334.08	5.73	0.00	0.02	82	2011														
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	110	11.7	8.2	20.2	288.4	0.30	0.06	0.09	0.13	0.00	25.09	191.11	25.80	2.06	284.33	5.14	0.01	0.05	244	2011														
НАЛИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (без сахара)	25	1.7	0.3	11.3	54.0	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	244	2011														
ЯЕЛЮКИ СВЕЖИЕ	200	0.1	0.0	0.9	6.7	1.47	0.00	0.00	0.00	0.00	11.71	2.43	5.22	0.13	29.79	0.00	0.00	0.00	ПП	2011														
Итого за прием пищи:	150	0.6	0.6	14.7	70.3	14.96	0.04	0.03	0.01	0.00	23.94	16.46	11.97	3.29	415.89	2.99	0.00	0.00	437	2008														
Всего за день:	835	17.0	19.8	63.6	582.4	48.15	0.67	0.32	0.94	0.00	152.88	274.68	82.89	7.20	1153.91	16.30	0.52	0.10	338	2011														
	34.4	31.1	109.4	970.3	98.45	0.85	0.50	0.99	0.05	285.98	426.32	139.02	9.91	2117.02	28.80	0.52	0.30																	

ТОМАТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ		50	0,6	0,1	2,0	12,4	12,92	0,03	0,02	0,09	0,00	7,24	13,44	10,34	0,52	149,87	1,03	0,00	0,00	71	2011
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ		150	2,8	4,2	7,2	79,2	28,44	0,04	0,06	0,03	0,08	76,48	45,52	23,93	1,46	293,47	4,74	0,00	0,01	129	2011
БАТОН НА ЗДОРОВЬЕ (пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием)		100	18,5	16,5	15,2	252,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	19,53	105,35	13,38	1,45	146,45	5,09	0,01	0,07	269	2011
ЧМ С МОЛОКОМ (без сахара)		20	0,9	0,3	7,1	26,3	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	28,80	19,60	4,60	0,72	29,20	0,00	0,00	9,78	ПП	
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		200	1,6	1,2	2,7	28,6	0,30	0,01	0,06	0,01	0,00	61,90	43,42	11,00	0,78	98,28	4,50	0,00	0,00	378	2011
Итого за прием пищи:		120	0,5	0,5	11,8	56,4	12,00	0,04	0,02	0,01	0,00	19,20	13,20	9,60	2,64	333,60	2,40	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:		640	24,8	22,8	46,0	454,9	53,66	0,23	0,21	0,14	0,08	213,15	240,53	72,85	7,57	1 046,87	17,76	0,01	9,87		
Обед																					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ		100	1,8	7,1	7,8	102,9	14,08	0,03	0,03	0,00	0,00	37,44	32,75	14,15	0,82	158,59	2,34	0,00	0,01	3	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ И ГОВЯДИНОЙ		250	7,0	4,6	18,7	178,3	6,12	0,11	0,09	0,21	0,00	34,79	115,87	33,90	1,82	555,30	6,99	0,00	0,05	101	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		100	2,0	3,1	15,8	99,4	8,00	0,09	0,06	0,02	0,05	15,49	53,99	21,53	0,93	568,81	5,00	0,00	0,03	310	2011
ХЛЕБ ПРЯСКО ТУШЕНОЕ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		100	12,8	5,6	4,8	130,6	1,82	0,07	0,06	0,42	0,00	32,03	159,75	30,42	0,70	347,66	102,91	0,02	0,49	231	2008
ХЛЕБ СТОЛЧНЫЙ		25	1,7	0,2	11,1	53,1	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	ПП	
НАПИТОК ИЗ КУРАЛИ (без сахара)		200	1,0	0,1	9,9	45,0	0,32	0,02	0,03	0,12	0,00	37,31	26,28	20,79	0,58	344,03	0,00	0,00	0,01	440	2008
Итого за прием пищи:		775	26,3	20,7	68,1	609,3	30,34	0,32	0,27	0,77	0,05	157,06	388,04	120,79	4,86	1 974,39	117,24	0,02	0,59		
Итого за день:			51,1	43,5	144,1	1 064,2	84,00	0,55	0,48	0,91	0,13	370,21	628,57	193,64	12,42	3 021,26	135,00	0,03	10,46		

ООО "ВКУСНОДЕЙ"

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	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	Е, мг				
Итого за весь период	473,9	472,9	1 108,6	11 120,2	786,96	5,96	6,50	12,16	9,61	3 588,44	5 401,86	1 659,47	114,97	20 085,45	372,03	1,22	66,40				
Среднее значение за период	36,5	36,4	85,3	855,4	59,00	0,46	0,50	0,94	0,74	276,03	415,53	127,65	8,84	1 545,03	28,62	0,09	5,11				
Норма по СанПиН стгоначная 7-11 лет 100%	77,0	79,0	220,0	2 000,0	60,00	1,20	1,40	700,00	10,00	1 100,00	1 100,00	250,00	12,00	1 100,00	0,10	0,03	3,00				
Норма по СанПиН за обед 50%	38,5	39,5	110,0	1 000,0	30,00	0,60	0,70	350,00	5,00	550,00	550,00	125,00	6,00	550,00	0,05	0,02	1,50				

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	616	786

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. ДеЛилиус 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. ДеЛилиус 2016 - 640с
- 4) Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост. А.И.Здобнов, 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, Делпиринт М. 2019
- 7) МР 2.4.0179-20
- 8) ТУ 10.86.10-001-12536993-2019 Полуфабрикаты мясные и мисосодержащие для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993
- 9) ТУ 10.86.10-002-12536993-2019 Полуфабрикаты из мяса птицы для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993
- 10) ТУ 10.86.10-003-12536993-2019 Полуфабрикаты рыбные рубленые для детского питания охлажденные и замороженные. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993
- 11) ТУ 10.86.10-007-12536993-2020 Полуфабрикаты в тесте с овощными и фруктовыми фаршами замороженные для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993
- 12) ТУ 10.86.10-008-12536993-2020 Полуфабрикаты в тесте с фаршами из мяса и мяса птицы замороженные для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993
- 13) ТУ 10.86.10-010-12536993-2020 Полуфабрикаты мячных кулинарных изделий замороженные. Блинчики для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993
- 14) 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.
- 15) МР 2.4.0179-20
- 16) Методические рекомендации МР 2.4.0162-19
- 17) ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей- диетологов, специалистов общественного питания. Семидневное меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в мед. организациях РФ. Москва - 2014, 460 с.

Меню составил: Технолог Шиван Т.Н.

Меню согласовано: Мед. сестра диетическая Байрамгулова Н.Р.