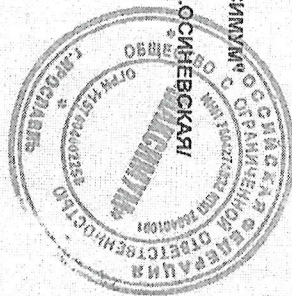


УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

Л.Е. ОСИПЕНКО

" 24 " Марта 2025 года



СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР

Ирина В. Н.

2025 года



ООО "МАКСИМУМ"

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

Первый день первой недели

Калла, Вязкая Молочная из Пленки Круты, со сливочным маслом	Класса порции	Липиды вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг							
250/5	10,51	5,42	55,63	361,45	0,85	0,23	0,19	0,04	0,03	151,67	222,90	61,59	1,84	315,72	14,06	0,00	0,02	173	2017						
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОЙ	200/197	0,28	0,01	15,13	62,77	1,16	0,00	0,01	0,00	14,70	8,80	6,37	0,80	57,21	0,00	0,00	0,00	377	2017						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	60	5,89	2,90	22,10	139,09	0,00	0,05	0,01	0,00	8,17	27,95	5,59	0,43	39,58	0,00	0,00	0,00	5	2008						
Итого за прием пищи:	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ							
	557	18,43	13,01	103,19	644,67	1,81	0,30	0,19	0,04	178,34	272,85	76,24	3,27	410,89	14,06	0,00	0,02								
<b>Обед</b>																									
СУП С МАЖАРНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250/5	3,08	5,80	15,30	126,24	0,74	0,03	0,02	0,20	0,00	26,32	27,47	10,31	0,60	69,22	1,16	0,00	0,01	111	2017					
РИС ОТВАРНОЙ	50	9,97	24,24	11,44	393,95	0,04	0,22	0,07	0,00	13,96	102,59	17,83	1,31	199,46	3,89	0,00	0,04	270	2017						
НЕЖИРНЫЙ МЯСНОЙ	150	3,70	6,09	38,81	223,04	0,00	0,03	0,02	0,03	12,19	74,73	29,93	0,53	55,38	0,76	0,01	0,02	394	2017						
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,00	0,00	11,25	44,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2017						
Итого за прием пищи:	25	1,86	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ГОСТ							
Итого за день:	720	18,44	18,25	87,49	749,24	0,75	0,33	0,13	0,23	0,10	56,97	226,54	58,34	3,44	357,06	7,20	0,01	0,07							
	36,54	49,26	190,59	1363,91	2,58	0,53	0,32	0,27	0,16	235,31	459,19	134,58	6,71	767,95	21,26	0,01	0,09								

Второй день первая неделя

Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг											
																			Завтрак	Обед	Ужин	Всего	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг		
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАСОЛЕНАЯ	90	11,03	12,50	2,75	167,85	1,33	0,04	0,08	0,05	0,00	17,56	97,99	13,20	1,05	161,16	4,17	0,01	0,07	260	2017									
КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СТУДЕННЫМ	180	10,17	7,70	46,02	293,08	0,00	0,27	0,15	0,03	0,05	224,78	190,87	5,29	316,88	2,74	0,00	0,02	171	2017										
БАТОН НАЧЕВНО-ИОДИРОВАННЫЙ	200	2,10	2,47	16,15	95,45	0,12	0,01	0,10	0,00	0,02	90,99	59,13	10,98	0,05	110,10	2,10	0,00	0,01	171	2017									
Итого за прием пищи:	500	22,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,30	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	171	2017									
СОЛЫНКА ПО-БОЛГАРСКИ С МЯСОМ СО СЫРАНОЙ ШИНАДЬ	250/95	3,21	5,40	14,59	124,49	7,97	0,11	0,07	0,02	0,00	35,96	70,01	28,25	1,20	550,05	5,72	0,00	0,03	158	2004									
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	11,57	27,20	13,45	324,57	10,89	0,17	0,07	0,01	0,06	34,94	83,89	20,48	1,31	255,10	5,77	0,00	0,04	258	2008									
НАПИТОК ИЗ СМЕЛИ СХЛОДОРГОТ	150	3,43	6,01	14,53	128,09	11,36	0,13	0,11	0,03	0,07	46,18	92,27	32,65	1,33	633,99	9,18	0,00	0,04	321	2017									
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,00	0,00	19,95	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	171	2017									
Итого за прием пищи:	725	19,87	38,83	72,93	725,95	27,04	0,46	0,25	0,05	0,07	117,98	264,02	82,99	4,62	1 640,68	20,75	0,00	0,09	171	2017									
Всего за день:		45,47	62,37	153,27	1 361,53	28,49	0,81	0,50	0,14	0,16	258,80	665,42	251,94	11,31	2 256,42	29,80	0,01	0,20											

Третий день первая неделя

Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг											
																			Завтрак	Обед	Ужин	Всего	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг		
КОГЕЛТЫ РЫБНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	12,68	15,32	13,00	240,42	0,42	0,08	0,08	0,04	0,00	18,86	128,01	19,89	1,66	158,38	3,54	0,01	0,07	294	2017									
СЛАДКИ	150	5,46	4,84	34,65	208,92	0,00	0,00	0,00	0,02	0,03	12,82	2,48	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017									
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	69,46	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017									
БАТОН НАЧЕВНО-ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,65	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,76	16,28	3,25	0,28	23,00	0,00	0,00	0,00	171	2017									
СЛОЙКА-ВАНИЛЬ	20	2,18	6,44	12,00	53,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	171	2017										
Итого за прием пищи:	500	22,39	27,33	57,63	670,49	0,43	0,08	0,11	0,06	0,03	48,31	152,17	38,17	2,72	203,47	3,54	0,01	0,07	171	2017									
ШИШКА СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СЫРАНОЙ ШИНОЙ	250/5	1,89	5,77	8,51	67,57	12,19	0,05	0,06	0,21	0,00	49,43	44,11	21,02	0,38	315,55	4,34	0,00	0,02	88	2017									
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	200	14,15	31,67	38,70	497,00	1,23	0,29	0,10	0,24	0,00	27,66	190,33	44,44	1,81	332,80	6,74	0,01	0,07	265	2017									
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,69	0,22	10,60	50,93	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	171	2017									
Итого за прием пищи:	700	1,50	0,58	10,28	52,43	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	4,90	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	171	2017									
Всего за день:		19,28	38,24	87,79	775,77	13,44	0,41	0,18	0,45	0,00	92,64	259,19	74,34	3,99	701,81	12,48	0,01	0,09	171	2017									
		41,55	65,57	178,94	1 445,26	13,90	0,50	0,20	0,51	0,08	140,95	411,36	104,51	6,71	910,29	16,02	0,02	0,16											

**Четвертый день первой недели**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества				С. мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	L, мг	Se, мг	F, мг											
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г																									
<b>ЗАПЕКАНКА КАРПОРИНАЯ СО СЛИВНЫМ МОЛОКОМ</b>	150/20	6,69	24,38	81,55	569,25	0,19	0,09	0,17	0,04	0,28	113,24	136,32	21,55	0,91	223,16	7,78	0,01	0,03	ТТК 95	2017									
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,53	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	6,62	0,74	26,90	0,00	0,00	0,00	ТТК 95	2017									
БЕЛКОМ	130	0,32	0,52	12,74	61,19	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,80	14,30	10,40	2,86	361,40	2,60	0,00	0,01	ТТК 95	2017									
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ КОЛДОВОУАНЬИ</b>	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,90	22,70	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00	ТТК 95	2017									
Итого за прием пищи:	535	11,90	25,48	119,50	758,24	0,23	0,11	0,19	0,04	0,28	129,22	155,74	29,77	1,85	267,56	7,78	0,01	0,03											
<b>Обед</b>																													
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРЬХОМ ДУШНЫМ</b>	250	5,80	5,39	19,22	146,93	4,80	0,16	0,06	0,20	0,00	41,23	80,08	33,52	1,97	454,55	4,48	0,00	0,00	ТТК 102	2017									
ЖАРКОЕ ПОДЖАРИЧЕНУ	250	11,01	12,92	38,15	450,60	18,93	0,21	0,14	0,20	0,00	41,97	132,92	53,54	2,33	1332,95	12,27	0,00	0,00	ТТК 259	2017									
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,53	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	6,62	0,74	26,90	0,00	0,00	0,00	ТТК 95	2017									
<b>ХЛЕБ РЖАНОМ</b>	25	1,86	0,22	10,60	58,98	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	4,80	21,78	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00	ТТК 95	2017									
Итого за прием пищи:	740	18,66	18,53	82,86	711,00	23,77	0,44	0,23	0,40	0,00	99,86	242,17	97,43	6,04	1877,31	18,13	0,00	0,10											
Всего за день:	30,56	44,01	202,40	1469,24	24,00	0,55	0,42	0,44	0,28	0,28	229,10	397,91	127,20	7,89	2144,97	25,91	0,01	0,13											

**Пятый день первой недели**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества											№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества				С. мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	L, мг	Se, мг	F, мг											
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г																									
<b>ОМЛЕТ НАДЫРАЛЬНИ</b>	195	19,87	20,97	3,97	277,99	0,23	0,08	0,49	0,28	3,10	126,65	256,10	19,82	2,31	279,07	32,59	0,03	0,06	ТТК 210	2017									
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,53	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	6,62	0,74	26,90	0,00	0,00	0,00	ТТК 95	2017									
БЕЛКОМ	70	2,45	7,28	15,53	139,08	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	ТТК 11	2017									
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ КОЛДОВОУАНЬИ</b>	35	2,63	1,02	17,39	91,79	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,66	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ТТК 95	2017									
Итого за прием пищи:	595	24,14	29,24	52,19	569,15	0,23	0,12	0,51	0,28	3,10	144,48	286,27	29,59	4,00	333,07	32,59	0,03	0,06											
<b>Обед</b>																													
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b>	250/5	1,83	5,74	11,97	109,98	7,78	0,04	0,06	0,21	0,00	49,18	46,45	22,88	1,13	325,95	5,70	0,00	0,00	ТТК 82	2017									
СУП ЗАПЕЧЕННАЯ В ЯИЦЕ	90	15,56	26,29	5,99	320,98	0,49	0,06	0,13	0,09	0,51	29,14	142,89	14,42	1,54	172,66	8,54	0,02	0,05	ТТК 49	2017									
СМЕТАНА	150	5,48	4,94	34,85	209,92	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	12,52	2,48	1,32	0,07	1,28	0,00	0,00	0,00	ТТК 202	2017									
ЧАЙ С ШИШОВОМ	200/15	0,29	0,04	16,33	68,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,61	7,88	6,26	0,82	27,96	0,00	0,00	0,00	ТТК 11	2017									
<b>ХЛЕБ РЖАНОМ</b>	30	1,99	0,28	12,72	61,19	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	5,40	25,10	5,79	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00	ТТК 95	2017									
Итого за прием пищи:	740	25,12	37,17	81,46	769,39	21,50	0,15	0,25	0,34	0,51	108,88	225,78	50,58	4,76	589,08	16,32	0,02	0,11	ТТК 95	2017									
Всего за день:	49,26	65,41	133,65	1338,50	21,82	0,27	0,76	0,62	0,62	3,71	251,39	612,05	80,57	8,76	901,19	49,31	0,05	0,17											

Первый день второй недели

Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг	Na, мг	Cl, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг			Se, мг	F, мг
КАША ВЯЧКА МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	7,28	6,41	62,48	316,71	0,65	0,07	0,15	0,04	0,06	143,68	166,70	39,98	0,67	238,94	12,02	0,01	0,02	174	2017										
КАША - НАПЛИТОК ЗАПЕЧЕНА НА СЛИВОЧНОМ МАСЛЕ	200	1,95	1,55	12,88	72,50	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	174	2018										
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	5,55	5,14	14,96	128,20	0,04	0,03	0,04	0,03	0,03	117,55	77,55	7,71	0,39	40,80	0,00	0,00	0,00	3	2017										
БЛЮД НАРЕЗНОЙ ПОДПРОВАРИВАЕМОЙ	20	1,00	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,92	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00												
Итого за прием пищи:	520	16,29	15,65	90,30	569,81	0,69	0,10	0,19	0,07	0,08	261,01	244,25	47,65	1,06	278,74	12,02	0,01	0,02												
СУП С МАКAROHHЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МАСЛОМ	250/5	3,08	5,90	15,90	126,74	0,71	0,03	0,02	0,20	0,00	26,32	27,47	10,31	0,60	68,22	1,15	0,00	0,01	114	2017										
ГУЛЯШ	90	11,08	12,50	2,75	251,14	1,33	0,24	0,09	0,05	0,00	17,56	97,98	13,20	1,05	161,16	4,77	0,01	0,07	260	2017										
САЛАТ	150	5,46	4,84	34,58	206,52	0,60	0,00	0,00	0,02	0,08	12,32	2,48	1,32	0,07	1,28	0,00	0,00	0,00	202	2017										
НАПИТОК НА СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,46	0,00	1,86	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	174	2017										
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,16	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,90	17,40	3,80	0,80	27,26	1,12	0,00	0,00												
Итого за прием пищи:	715	29,94	23,42	80,74	705,06	2,04	0,33	0,24	0,27	0,08	78,08	350,18	154,84	6,06	527,86	8,72	0,01	0,09												
Всего за день:		37,23	39,10	171,04	1 274,81	2,73	0,43	0,43	0,34	0,18	339,09	574,43	202,53	7,92	801,66	20,74	0,02	0,11												

Второй день второй недели

Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг	Na, мг	Cl, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг			Se, мг	F, мг
МАКAROHHЫЙ ОТВАР С СЫРОМ	200	10,53	5,23	41,41	302,38	0,65	0,00	0,04	0,06	0,00	199,82	74,79	8,91	0,23	17,98	0,00	0,00	0,01	204	2017										
УДИ С САХАРОМ И ЛИМОННОЙ	200/147	0,26	0,01	15,13	62,77	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	3,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	317	2017										
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ФАКТОНИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	60	5,85	2,50	22,10	138,06	0,00	0,55	0,01	0,00	0,00	6,17	27,55	5,85	0,43	39,55	0,00	0,00	0,00	5	2008										
БЛЮД НАРЕЗНОЙ ПОДПРОВАРИВАЕМОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,90	13,00	2,60	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00												
Итого за прием пищи:	502	18,15	13,41	88,92	556,10	1,21	0,09	0,09	0,06	0,08	190,29	137,54	26,07	1,86	131,52	0,00	0,00	0,01												
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРЬХОМ ПУШЕНЫМ	250	5,80	5,38	13,22	148,55	4,86	0,18	0,06	0,20	0,00	41,29	80,06	33,52	1,97	484,55	4,46	0,00	0,00	102	2017										
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	90	9,97	24,24	11,44	303,55	0,04	0,22	0,07	0,00	0,00	13,98	102,59	17,93	1,31	189,46	3,89	0,00	0,04	270	2017										
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,76	7,25	16,10	145,14	11,90	0,08	0,47	0,00	0,00	45,33	67,14	29,23	1,30	514,45	6,50	0,00	0,00	143	2017										
КОМПОТ ИЗ СЕЗОННЫХ ПЛОДОВ	200	0,00	0,00	18,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,33	0,00	1,58	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	342	2017										
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,16	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,90	17,40	3,80	0,80	27,26	1,12	0,00	0,00												
Итого за прием пищи:	710	19,85	37,97	74,60	716,14	16,74	0,52	0,23	0,67	0,00	111,48	207,21	89,03	5,39	1 226,78	15,97	0,00	0,10												
Всего за день:		38,00	50,48	163,52	1 272,24	17,95	0,61	0,30	0,73	0,08	301,77	404,75	112,10	7,24	1 368,30	15,97	0,00	0,11												

Третий день второй недели

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Пищевые вещества				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										
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г																								
ЖИЩИ МЯСНЫЕ	130	10,81	20,80	13,94	286,45	0,08	0,20	0,07	0,01	0,10	20,80	10,12	19,55	1,03	188,41	4,77	0,00	0,04	64	2010								
КАРЮБЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,42	4,89	23,33	151,48	11,36	0,13	0,11	0,53	0,07	46,18	52,27	32,86	1,33	833,59	9,18	0,00	0,04	128	2017								
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,83	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017								
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	76,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	ГОСТ									
Итого за прием пищи:	525	16,67	26,56	67,62	576,99	11,72	0,26	0,20	0,10	0,16	86,36	224,21	63,91	3,47	1 099,85	14,22	0,00	0,08										
<b>Обед</b>																												
РАССОЛНИК ЛЕЧЕБНО-РАДИКАЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,35	5,95	16,61	152,30	6,73	0,09	0,06	0,21	0,00	34,81	69,38	25,75	1,04	492,15	4,85	0,00	0,03	95	2017								
РАГУ ИЗ ПИЦЦЫ	90	9,80	10,47	3,19	236,71	1,28	0,02	0,02	0,31	0,00	19,39	17,84	8,75	0,24	79,35	1,41	0,00	0,01	299	2017								
КАДЛА ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,48	5,42	38,35	244,74	0,90	0,22	0,12	0,02	0,06	22,14	167,20	124,73	4,41	264,08	2,08	0,00	0,01	171	2017								
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,83	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017								
ХЛЕБ РЖАНОМ	20	1,32	0,16	6,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	ГОСТ									
Итого за прием пищи:	730	22,14	23,02	81,56	718,00	8,06	0,36	0,23	0,54	0,08	89,12	299,37	169,65	7,33	895,59	9,66	0,00	0,05										
Всего за день:		38,81	49,58	149,18	1 294,99	19,83	0,72	0,45	0,64	0,26	178,08	522,58	233,56	10,80	1 976,44	23,88	0,00	0,13										

Четвертый день второй недели

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Пищевые вещества				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										
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г																								
ТУШЕН	90	11,08	12,80	2,75	167,85	1,33	0,04	0,08	0,05	0,00	17,56	97,99	19,20	1,05	161,15	4,17	0,01	0,07	280	2017								
РИСО ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,89	32,81	223,04	0,00	0,00	0,02	0,03	0,10	12,16	28,35	0,53	66,33	0,76	0,01	0,02	304	2017									
ЧАЙ С ШИПОНИКОМ	200/15	0,29	0,04	16,53	69,72	13,24	0,00	0,02	0,02	0,00	14,61	7,89	6,26	0,82	27,38	0,00	0,00	0,00	ТТК 11	2017								
БАТОН НАРЕЗНОЙ КОДИРОВАННЫЙ	45	3,35	1,31	23,13	117,99	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,55	29,25	5,85	0,45	41,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ									
Итого за прием пищи:	500	18,45	19,74	81,62	577,51	13,24	0,24	0,13	0,08	0,10	51,15	239,45	60,86	3,53	389,74	5,16	0,01	0,06										
<b>Обед</b>																												
ОТЛ КАРГОБЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	4,15	6,39	19,25	151,72	9,67	0,11	0,09	0,20	0,00	27,51	70,12	29,25	1,88	676,97	6,43	0,00	0,04	18	2017								
ВИТОНЕК ИЗ ПИЦЦЫ	90	13,22	11,43	13,45	216,59	0,00	0,26	0,08	0,00	0,00	15,80	126,55	29,40	1,73	224,66	4,40	0,00	0,04	288	2017								
САРАФОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,63	4,85	35,94	244,29	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	12,92	2,45	1,32	0,07	1,29	0,00	0,00	0,00	202	2017								
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017								
ХЛЕБ РЖАНОМ	35	2,32	0,31	14,94	71,39	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00	6,30	30,45	6,65	1,40	47,60	1,56	0,00	0,00	ГОСТ									
Итого за прием пищи:	740	25,96	22,99	98,41	717,45	11,92	0,20	0,14	0,31	0,00	71,73	130,09	47,40	3,66	807,08	9,57	0,00	0,05										
Всего за день:		44,01	42,73	179,43	1 294,99	25,16	0,54	0,27	0,36	0,18	122,86	368,48	108,26	7,19	1 165,82	14,73	0,01	0,11										

Пятый день второй недели

Прем 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, мг	Е, мг	К, мг	Л, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ С МОЛОКОМ СУЩЕННЫМ	120/20	19,88	14,31	30,51	339,55	0,37	0,05	0,25	0,38	0,17	216,93	236,20	27,81	0,56	236,38	5,45	0,03	0,04	0,04	67	2018						
Чай с сахаром	200/15	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,00	0,00	376	2017							
ВЫБОРО	130	0,52	0,52	12,72	61,10	13,00	0,04	0,03	0,01	0,00	20,90	14,30	10,40	2,86	351,46	2,80	0,00	0,01	336	2017							
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОДИГРОВАНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ								
Итого за прием пищи:	510	22,48	15,56	71,03	536,82	13,41	0,12	0,34	0,09	0,17	254,63	274,17	47,09	4,44	645,53	8,05	0,03	0,05									
<b>Обед</b>																											
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОМ	250/5	1,86	5,74	11,97	109,66	7,79	0,04	0,05	0,21	0,00	49,18	46,48	22,88	1,13	325,95	5,70	0,00	0,02	82	2017							
КОФЕТА РЫБНАЯ	100	15,32	5,89	14,94	306,51	0,09	0,04	0,02	0,00	0,00	11,76	43,25	11,72	0,51	49,73	0,00	0,00	0,00	234	2017							
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,42	4,89	22,33	147,46	11,39	0,13	0,11	0,03	0,07	46,78	52,27	32,86	1,33	633,58	9,78	0,00	0,04	128	2017							
Чай с сахаром и лимонном	200/15/7	0,26	0,01	19,13	62,77	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,80	6,37	0,80	37,21	0,00	0,00	0,00	377	2017							
Хлеб ржаной	40	2,66	0,36	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00	ГОСТ								
Итого за прием пищи:	767	23,48	16,88	82,33	712,20	20,30	0,26	0,22	0,24	0,07	129,02	225,57	81,43	5,77	1 300,86	17,12	0,00	0,06									
Всего за день:	45,96	32,54	153,36	1 230,02	33,71	0,40	0,56	0,53	0,54	330,68	490,74	128,51	10,21	1 948,41	25,17	0,03	0,11										

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

ООО "МАККИНИ"

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Е, мг	К, мг	Л, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг				
Итого за весь период	407,43	502,66	1 875,33	13 245,06	150,15	5,43	4,39	4,38	5,35	2 440,99	4 655,91	1 403,76	64,74	14 229,02	242,79	0,16	1,32							
Среднее значение за период	40,74	50,27	187,54	1 324,51	19,02	0,55	0,44	0,44	0,54	244,10	485,59	140,38	6,47	1 422,90	24,28	0,02	0,13							
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период, в % от калорийности	12,4	35,1	52,5																					

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 ЛЕТ	511	730

Нормативная документация:

- СанПиН 2.3./2.4.3590-20
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2017г. Москва по редакции М.П.Морильного и В.А.Тутельяна.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Учебно-производственный" 2008г. Под редакцией Т.В.Далишиной.
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижент-Софт" : Питание детей в школе 2024г. версия 1.2.10 г. Санкт-Петербург
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2011г. Москва по редакции М.П.Морильного и В.А.Тутельяна.
- Приказ № 315 от 26.12.86 Министрства торговли СССР.
- № 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".
- № 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничением в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)".

Директор ООО "Маккини"

*Овсеп* П.Е. Осиновская