

СОГЛАСОВАНО

Иванов И.И.



(наименование организации)
(Ф.И.О. руководителя учреждения)
« ____ » _____ 2024

УТВЕРЖДАЮ:



(наименование учреждения)
(Ф.И.О. руководителя учреждения)
Фролов С.Ю.
202

Меню притовариваемых блюд двухнедельное (завтраки и обеды) для двухразового питания
для учащихся муниципальных общеобразовательных организаций, имеющих государственную аккредитацию, обучающихся по
образовательным программам основного общего, среднего общего образования (за исключением учащихся, находящихся на полном государственном
обеспечении) с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, из многодетных семей, из семей погибших участников военных
операций, детей участника специальной военной операции, обучающихся по образовательным программам основного общего
и среднего общего образования
(для обучающихся в 1-ю смену, возрастная категория: от 12 лет и старше)

1 неделя
Сезон: зима
День 1 понедельник

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводч. г	Эн. Цен, ккал.	Витамины					Минеральные вещества				
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
204	Макароны отварные с сыром (155/5/20)	180	11,30	13,81	32,00	297,90	0,072	0,168	0,096	0,968	224,21	159,71	16,964	1,099		
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,588	0,024	0,000	152,220	124,560	21,340	0,478		
2	Бутерброд с джемом/повидлом (30/20)	50	1,44	2,32	15,4	88,6	0,024	0,050	0,012	0,234	5,720	13,500	3,220	0,336		
389/338	Сок фруктовый 200г/плоды свежие 100 г	200	1,80	0,60	25,20	115,20	0,048	12,000	0,000	0,480	9,600	33,600	50,400	0,720		
	Итого завтрак:	630	18,62	20,27	90,18	620,3	0,2	13,806	0,132	1,682	391,75	331,37	91,924	2,633		

Обед																
45	Салат из квашенной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	0,022	17,098	0,000	8,390	24,971	28,307	15,091	0,466		
96	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10)	260	2,28	6,59	15,84	137,43	0,093	8,420	0,010	2,353	37,950	62,830	25,080	0,950		
291	Плов из птицы	180	18,00	16,63	30,11	342,00	0,225	0,461	0,054	0,574	38,475	175,613	38,475	1,631		
349	Компот из смеси с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,020	0,730	0,000	0,510	32,480	23,440	17,460	0,700		
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005		
	Итого обед:	800	29,45	27,34	117,73	827,13	0,455	26,709	0,064	11,827	150,256	341,910	118,156	4,752		
	Всего за День:	1430	48,07	47,61	207,91	1447,43	0,655	40,515	0,196	13,509	542,006	673,280	210,080	7,385		

День 2 вторник

Завтрак

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
222/336	Пудинг из творога (запеченный) с ягодным соусом 130/50	180	24,92	16,94	35,66	394,42	0,128	0,835	0,102	0,778	236,837	314,482	40,363	1,562
375/377	Чай с лимоном (200/15/7)	222	0,13	0,02	15,20	62,00	0,000	2,830	0,000	0,010	14,200	4,400	2,400	0,360
389/338	Сок Фруктовый 200г/плоды свежие 100 г	200	2,25	0,75	31,50	144,00	0,060	15,000	0,000	0,600	12,000	42,000	63,000	0,900
	Итого завтрак:	602	27,3	17,71	82,36	600,42	0,188	18,665	0,102	1,388	263,037	360,882	105,763	2,822

82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (250/10)	260	2,06	6,42	11,29	119,95	0,053	10,720	0,010	2,403	58,530	55,506	27,030	1,250
279/331	Тертые (2 вариант) 60/40 (свин.)	100	6,61	15,11	10,21	206,98	0,187	0,651	0,010	2,002	15,770	79,590	15,365	0,800
302/67	Каша рассыпчатая гречневая/винегрет овощной 180/60	240	10,98	13,31	50,37	367,50	0,29	10,50	0,00	1,15	26,18	260,32	175,00	5,89
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,012	0,900	0,000	0,160	14,180	4,400	5,140	0,950
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005
	Итого обед:	860	27,01	35,78	133,05	963,53	0,637	22,771	0,020	5,715	131,040	451,532	244,585	9,895
	Всего за день:	1462	54,31	53,49	215,41	1563,95	0,825	41,436	0,122	7,103	394,077	812,414	350,348	12,717

День 3 среда														
Завтрак														
№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод. г	Эн. Цен, ккал.	Витамины					Минеральные вещества		
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
173	Каша молочная вязкая из овс. хл. "Геркулес" с м/сл 175/5	180	8,31	13,12	37,63	303,00	0,180	0,960	0,055	0,620	149,620	234,980	70,820	1,730
15	Сыр порцирами	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,11	0,04	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15
375/377	Батон йодированный	40	3,08	0,72	14,35	73,30	0,029	0,000	0,000	0,453	5,067	17,300	3,467	0,320
338/389	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280
	Плоды свежие 100 г/сок фруктовый 200 г	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
	Итого завтрак:	550	15,34	18,69	76,78	537,30	0,244	11,095	0,094	1,348	313,787	341,080	89,937	4,680
Обед														
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,113	8,250	0,000	1,425	29,200	67,575	27,275	1,125
288/366	Птица отварная с соусом (60/40)	100	14,61	17,97	2,64	230,96	0,073	2,833	0,074	0,597	40,780	156,913	5,135	1,640
143/70	Рагу из овощей/овощи натуральные соленные (огурцы) 180/60	240	3,53	13,32	16,50	203,20	0,128	25,098	0,047	3,580	74,928	96,300	37,668	1,362
349	Компот из смеси с/фруктов	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,012	100,000	0,000	0,760	21,340	3,440	3,440	0,634
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005
	Итого обед:	850	28,71	35,19	90,66	795,11	0,421	136,181	0,121	6,362	182,628	375,948	95,568	5,766
	Всего за день:	1400	44,05	53,88	167,44	1332,41	0,665	147,276	0,215	7,710	496,415	717,028	185,505	10,446

День 4 четверг														
Завтрак														
№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод. г	Эн. Цен, ккал.	Витамины					Минеральные вещества		
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
204	Макароны отварные с сыром (155/5/20)	180	11,30	13,81	32,00	297,90	0,072	0,168	0,096	0,968	224,21	159,71	16,964	1,099
375/377	Чай с сахаром и лимоном (200/15/77)	222	0,13	0,02	15,20	62,00	0,000	2,830	0,000	0,010	14,200	4,400	2,400	0,360
1	Бутерброд с маслом сливочн. 30/10	40	2,36	7,49	14,89	136,00	0,034	0,000	0,040	0,440	8,40	22,50	4,200	0,350
389/338	Сок фруктовый 200г/плоды свежие 100 г	200	0,47	0,47	11,82	55,55	0,035	118,180	0,000	0,236	18,900	13,000	10,636	2,600
	Итого завтрак:	642	14,26	21,79	73,91	551,45	0,141	121,178	0,136	1,654	265,710	199,610	34,200	4,409
Обед														
52	Салат из свежей отварной	100	1,40	6,01	8,26	92,00	0,020	6,650	0,000	2,700	35,460	40,630	20,690	1,320
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/10	260	2,03	6,45	10,20	136,00	0,063	15,820	0,010	2,353	58,050	55,100	23,030	0,850
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,69	6,31	3,80	123,00	0,050	4,100	0,024	2,840	84,280	57,970	52,050	0,730
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,167	21,793	0,000	0,218	44,370	103,914	33,300	1,211
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,012	0,900	0,000	0,160	14,180	4,400	5,140	0,950
	Батон йодированный	18	1,39	0,50	9,10	48,30	0,013	0,000	0,000	0,200	2,280	7,800	1,560	0,144
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005
	Итого обед:	918	27,55	25,97	117,07	833,10	0,420	49,263	0,034	8,471	255,000	321,534	157,820	6,210
	Всего за день:	1560	41,81	47,76	190,98	1384,55	0,561	170,441	0,170	10,125	520,710	521,144	192,020	10,619

День 5 пятница

№ сб. реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод., г	Эн. Цен, ккал.	Витамины					Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е		Са	Р	Мг	Fe
174	Каша молочная вязкая из риса	180	5,33	3,24	38,54	252	0,054	0,864	0,013	0,108	115,443	138,996	32,814	0,522	
375/376	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280	
2	Бутерброд с джемом/повидлом (35/20)	55	1,58	2,55	16,94	97,46	0,026	0,055	0,013	0,257	6,292	14,850	3,542	0,370	
338	Фрукты свежие (по сезону)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,040	10,000	0,000	0,400	8,000	28,000	42,000	0,600	
	Итого завтрак:	550	8,48	6,31	91,48	505,46	0,120	10,949	0,026	0,765	140,835	184,646	79,756	1,772	
Обед															
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	0,228	5,825	0,000	2,425	5,825	88,100	35,575	2,050	
309/ТТК	Биточки с соусом (свирина) (60/40)	100	9,00	19,90	11,20	233,95	0,262	2,996	0,012	2,512	15,140	114,628	25,270	1,492	
ТТК	Макаронные изделия отварные/ икра кабачковая 180/60	240	7,62	9,22	36,14	256,64	0,102	9,000	0,024	3,140	22,332	64,004	37,704	1,872	
	Напиток апельсиновый/лимонный	200	0,00	0,00	26,00	105,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005	
	Итого обед:	850	29,31	35,17	123,18	898,34	0,687	17,821	0,036	8,077	59,677	318,452	120,599	6,419	
	Всего за день:	1400	37,79	41,48	214,66	1403,80	0,807	28,770	0,062	8,842	200,512	503,098	200,355	8,191	

2 неделя

День 6 понедельник

№ сб. реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод., г	Эн. Цен, ккал.	Витамины					Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е		Са	Р	Мг	Fe
204	Макаронные отварные с сыром (155/5/20)	180	11,30	13,81	32,00	297,90	0,072	0,168	0,096	0,968	224,21	159,71	16,964	1,099	
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	100,00	0,040	1,300	0,020	0,000	125,780	90,000	14,000	0,140	
2	Бутерброд с повидлом (40/5/15)	60	2,40	3,87	27,83	156,00	0,040	0,100	0,020	0,390	10,000	22,800	5,600	0,600	
389/338	Сок фруктовый 200г/лиды свежие 100 г	200	1,50	0,50	21,00	96,00	0,040	10,000	0,000	0,400	8,000	28,000	42,000	0,600	
	Итого завтрак:	640	18,36	20,86	96,77	649,9	0,192	11,568	0,136	1,758	367,99	300,51	78,564	2,439	
Обед															
96	Рассольник Ленинградский со сметаной (250/10)	260	2,28	6,59	12,34	123,45	0,093	8,420	0,010	2,353	37,950	62,830	25,080	0,950	
290/366	Птица, тушенная в соусе (60/40)	100	13,98	11,15	2,81	167,58	0,057	2,243	0,038	1,928	41,993	106,343	16,166	1,132	
302/59	Каша гречневая рассыпчатая/икра кабачковая 180/60	240	10,96	7,41	51,48	316,44	0,282	2,630	0,000	0,942	32,184	271,436	181,226	5,992	
393	Компот из свежих (замороженных) ягод	200	0,30	0,12	22,15	90,80	0,008	25,800	0,000	0,210	19,180	9,900	9,300	0,450	
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005	
	Итого обед:	860	34,72	26,05	122,08	852,77	0,535	39,093	0,048	5,433	147,687	502,229	253,822	9,529	
	Всего за день:	1500	53,08	46,91	218,85	1502,67	0,727	50,661	0,184	7,191	515,677	802,739	332,386	11,968	

2 неделя

День 7 вторник

№ сб. реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод., г	Эн. Цен, ккал.	Витамины					Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е		Са	Р	Мг	Fe
223/336	Запеканка из творога с ягодным соусом (130/50)	180	27,12	18,55	30,06	391,97	0,095	0,490	0,114	0,720	319,882	337,853	38,491	1,217	
375/377	Чай с лимоном (200/15/7)	222	0,13	0,02	15,20	62,00	0,000	2,830	0,000	0,010	14,200	4,400	2,400	0,360	
1	Бутерброд с маслом сливочн. 40/10	50	2,36	7,49	14,89	136,00	0,034	0,000	0,040	0,440	8,40	22,50	4,200	0,350	
338/389	Фрукты свежие 100 г/сок фруктовый 200 г	100	0,40	0,30	10,3	47,00	0,020	5,000	0,000	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300	
	Итого завтрак:	552	30,01	26,36	70,45	636,97	0,149	8,32	0,154	1,57	361,482	380,753	57,091	4,227	

45	Салат из квашенной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	0,022	17,098	0,000	8,390	24,971	28,307	15,091	0,466
101	Суп картофельный с круглой (рисовый)	250	1,97	2,73	14,58	90,75	0,095	8,250	0,000	1,255	23,050	32,550	25,000	0,883
208/331	Котлета с соусом (свинина) (60/40)	100	9,00	19,90	11,20	233,95	0,262	2,996	0,012	2,512	15,140	14,628	25,270	1,492
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,167	21,793	0,000	0,218	44,370	103,914	33,300	1,211
349	Компот из смеси с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,020	0,730	0,000	0,510	32,480	23,440	17,460	0,700
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005
	Итого обед:	890	23,82	32,51	122,09	837,10	0,661	50,867	0,012	12,885	156,391	84,559	138,171	5,757
	Всего за День:	1442	53,83	58,87	192,54	1474,07	0,810	59,187	0,166	14,455	517,873	653,312	195,262	9,984

День 8 среда

Завтрак

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
173	Каша молочная вязкая из пшенной крупы	180	6,8	8,3	33,1	234	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
375/376	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	168,5	30,69	2,088
	Батон йодированный	40	3,08	0,72	14,35	73,30	0,029	0,000	0,000	0,453	5,067	2,800	1,400	0,280
15	Сыр порцирами	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,11	0,04	0,08	132,00	17,300	3,467	0,320
338/389	Флоды свежие 100 г/сок фруктовый 200 г	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,040	10,000	0,000	0,400	8,000	25,00	5,25	0,15
	Итого завтрак:	550	14,93	13,97	83,45	517,3	0,2	10,135	0,124	1,13	327,037	291,6	82,807	3,438

Обед

67	Винегрет овощной	100	1,40	6,18	8,44	94,80	0,055	10,500	0,000	2,795	23,200	36,750	20,750	0,850
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,57	2,78	15,69	109,00	0,090	6,080	0,000	1,450	29,500	7,730	23,800	1,000
318/331	Филе птицы, тушенное в соусе 50/50	100	13,53	3,38	9,19	195,34	0,050	0,338	0,017	0,050	19,562	100,312	11,400	0,907
304	Рис отварной	180	4,31	5,49	38,96	222,90	0,066	10,500	0,000	0,700	9,770	5,550	28,340	1,070
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,012	0,900	0,000	0,160	14,180	4,400	5,140	0,950
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005
	Итого обед:	890	29,17	18,77	133,46	891,14	0,368	28,318	0,017	5,155	112,592	37,462	111,480	5,782
	Всего за День:	1440	44,10	32,74	216,91	1408,44	0,568	38,453	0,141	6,285	439,629	69,062	194,287	9,220

День 9 четверг

Завтрак

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
210/	Омлет натуральный с зеленым горошком (90/90)	180	13,06	12,36	6,26	187,62	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
375/377	Чай с лимоном (200/15/7)	222	0,13	0,02	15,20	62,00	0,000	2,830	0,000	0,010	14,200	2,400	2,400	0,360
1	Бутерброд с маслом сливоч. 30/10	40	2,36	7,49	14,89	136,00	0,034	0,000	0,040	0,440	8,40	2,50	4,200	0,350
389/338	Сок фруктовый 200 г/плоды свежие 100 г	200	1,80	0,60	25,20	115,20	0,048	12,000	0,000	0,480	9,600	3,600	50,400	0,720
	Итого завтрак:	642	17,35	20,47	61,55	500,82	0,182	16,420	0,256	1,409	137,619	21,078	77,815	3,722

Обед

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
70	Овощи натуральные соевые (супруц)	100	0,80	0,10	1,70	10,00	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	0,228	5,825	0,000	2,425	5,825	8,100	35,575	2,050
259	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	14,06	33,71	20,03	437,71	0,423	7,726	0,000	3,531	32,780	21,966	48,960	3,451
349	Компот из смеси с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,020	0,730	0,000	0,510	32,480	23,440	17,460	0,700
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005
	Итого обед:	810	28,21	39,95	103,58	883,26	0,786	17,781	0,000	6,566	110,465	393,226	138,045	7,806
	Всего за День:	1452	45,56	60,42	165,13	1384,08	0,97	34,20	0,26	7,98	248,08	654,30	215,86	11,53

День 10 пятница

Завтрак

№ сб. реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
173	Каша молочная вязкая из овс.хл. "Геркулес" с м/сл 175/5	180	8,31	13,12	37,63	303,00	0,180	0,960	0,055	0,620	149,620	234,980	70,820	1,730		
375/376	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
15	Батон йодированный	40	3,08	0,72	14,35	73,30	0,029	0,000	0,000	0,453	5,067	17,300	3,467	0,320		
338	Сыр порцирами	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,11	0,04	0,08	13,00	75,00	5,25	0,15		
	Плоды свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200		
	Итого завтрак:	550	15,34	18,69	76,78	537,3	0,244	11,095	0,094	1,348	313,787	341,080	89,937	4,680		

88	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной (250/10)	260	2,03	6,45	8,26	105,95	0,063	15,820	0,010	2,353	58,050	55,100	23,030	0,850		
295/332	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом (60/40)	100	11,21	11,99	12,95	205,05	0,168	1,380	0,033	1,960	35,260	75,250	17,620	1,120		
309/52	Макаронные изделия отварные/салат из свежкл отварной	240	7,62	9,42	36,74	258,14	0,082	4,000	0,000	3,164	26,832	68,604	37,344	2,332		
348	Компот из изюма	200	0,35	0,08	29,85	122,20	0,020	0,000	0,000	0,080	20,320	19,360	8,120	0,450		
	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	60	7,20	0,78	33,30	154,50	0,095	0,000	0,000	0,000	16,380	51,720	22,050	1,005		
	Итого обед:	860	28,41	28,72	121,10	845,84	0,428	21,200	0,043	7,557	156,842	270,034	108,164	5,757		
	Всего за День:	1410	43,75	47,41	197,88	1383,14	0,672	32,295	0,137	8,905	470,629	611,114	198,101	10,437		

При составлении меню была использована литература:

1. Санитарно – эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3.72.4.3590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
2. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотильной и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. – 544 стр.
3. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях., М.П. Мотильной, В.А. Тутельян- М.: Дели Плюс, 2016, 640 стр.
4. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста, М., 2021, 289 с: подготовлен Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (А.Ю. Попова, И.В. Браггина, И.Г. Шевчук.)
5. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Скурихин И.М., Тутельян В.А.
6. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций».

Примечания: *

в период с 1 октября по 1 марта овощи свежие заменяются на овощи соленые

в период с 1 марта овощи урожая прошлого используются только после термической обработки

Фрукты в ассортимент* в ассортименте подаются в зависимости от сезона: яблоко, мандарин, груша, банан.

При приготовлении блюд используется йодированная соль.

Хлеб ржано-пшеничный - обогащенный микроэлементами