

12-18



Перспективное меню

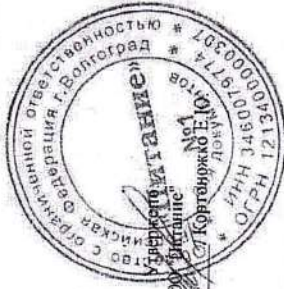
для детских оздоровительных лагерей с дневным пребыванием

Меню составлено на основании:

- Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебродинформ, 2004. - 640с.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГБУ НИИД Минздрава России, НИИ ГИОЗДИП / редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта плюс, 2011. - 544с.
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Делта принт, 2008. - 276с. Скурякин И.М., Тутельян В.А.

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12-18 ЛЕТ
01.06.2022 - 27.06.2022 г.

дневное меню для обеспечения двухразовым питанием возрастной группы 12-18 лет

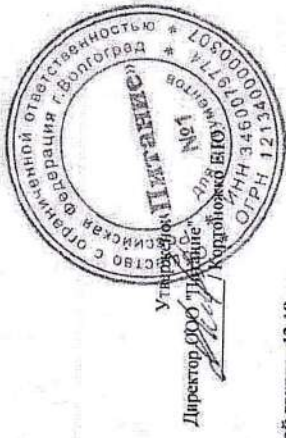


Директор ООО «Италис»

дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Идентификация				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
182\2017 М	Каша овсяная молочная жидкая с сахаром и маслом	250	11,3	16,8	50,75	397,5	
376\2017 М	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
338\2017 М	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
701\2017 М	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	
Итого		580	14,20	17,52	90,19	574,1	
Норма завтрака по СанПиН 209\25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Идентификация				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	7	
	2	3	4	5	6	7	
Обед							
71\2017 М	Огурец свежий	100	0,58	0,08	1,58	10	
88\2017 М	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,3	6,03	10,3	109	
271\31\2017 М	Котлета мясная домашняя с соусом	100	8,17	12,28	8,85	180	
203\2017 М	Макаронные отварные с маслом	150	5,73	6,08	31,96	205,5	
639\2017 М	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	
701\2010 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110	
702\2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6	
Итого		880	23,66	26,78	118,96	826,1	
Норма обеда по СанПиН 30%\35% ± 5%		800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952	
Всего		37,86	44,3	209,15	1400,2		
Норма по СанПиНу ± 5%		45-54	45-55,2	191,5-229,8	1360-1632		

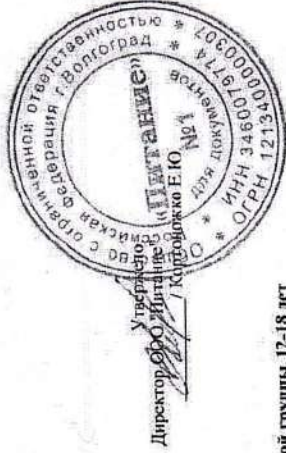


Директор ООО "ТриФиде" *И.И. Копылов*
 Утверждено *И.И. Копылов*
 № 1
 ИНН 3400000030
 ОГРН 1213400000307

10и-дневное меню для обеспечения двукратным питанием детей возрастной группы 12-18 лет

№ рецепта	по сбор.	И	II	III	Питательные вещества							Энергетическая ценность	
					Б	Ж	У	Ж	У	У	У		
182/2017М					300	10,22	15,97	64,12					443,17
15/2017М					10	2,32	2,95	0,00					36,00
378/2017М					200	1,58	1,35	15,9					81
701/2017 М					40	3,75	1,86	17,47					110
Итого					550	17,87	22,13	97,49					670,17
Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%					550	18-22,5	22,13	97,49					670,17
Норма обеда по СанПиН 20% - 25% ± 5%					550	18-22,5	22,13	97,49					670,17
Норма ужина по СанПиН 20% - 25% ± 5%					550	18-22,5	22,13	97,49					670,17
Норма дневного питания по СанПиН 20% - 25% ± 5%					1650	54,84	67,29	291,45					2010,51

№ рецепта	по сбор.	I	II	III	Выход	Питательные вещества							Энергетическая ценность
						Б	Ж	У	Ж	У	У	У	
132/2011 М					100	1,18	5,07	6,96					78,3
139/2004 Л					250	5,6	6,2	22,3					167
489/2004 Л					200	14,4	11,64	23,28					278,4
342/2011 М					200	0,1	0,2	27,5					112,7
701/2010 М					40	3,75	1,86	17,47					110
702/2010 М					40	2,53	0,45	17,4					87,6
Итого					830	27,56	25,417	114,91					834,0
Норма обеда по СанПиН 30% - 35% ± 5%					800	27,31,5	27,32,2	114,9,134,05					816-952
Всего						45,43	47,547	212,4					1504,2
Норма по СанПиН ± 5%					45-54	45-55,2	45-55,2	191,5-229,8					1360-1632



100% -ное меню для обеспечения двукратным питанием детей возрастной группы 12-18 лет
3 день

№ рец. по сбор	Выход	Питательные вещества/			Энергет. ценность
		Б	Ж	У	
1	3	4	5	6	7
Завтрак					
1812017М	300	8,67	14,61	57,75	396,16
1422017М	10	0,08	7,25	0,13	66,00
6863004 Л	205	0,13	0,02	15,2	62
7012017М	40	3,75	1,86	17,47	110
Итого	555	12,63	23,74	90,55	634,16
Норма завтрака по СанПиН		18-23		75,6-95,75	544-680

№ рец. по сбор	Выход	Питательные вещества/			Энергет. ценность
		Б	Ж	У	
1	3	4	5	6	7
Обед					
7122017М	100	0,58	0,08	1,58	10
1032011 М	250	2,75	2,75	3,22	117,5
4932004Л	100	8,697	8,133	2,836	119
1712017М	180	13,85	9,00	48,06	292,50
6992004Л	200	0,1	0	24,2	93
7012017 М	40	3,75	1,86	17,47	110
7022010 М	40	2,53	0,45	17,4	87,6
Итого	910	32,257	22,273	114,766	829,6
Норма обеда по СанПиН		27-31,5		114,9-134,05	816-952
Всего	44,887	46,013	205,316	1463,76	
Норма по СанПиН		45-54		191,5-229,8	1360-1632
		45-55,2			



Утверждено
 Директор ООО "Титаник"
 [Подпись]

Титульное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет

5 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
			4	5	6	7
Завтрак						
182/2017М	Каша ячневая молочная жидкая с сахаром и маслом	250	8,306	12,48	55,88	369,31
376/2017М	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
358/2017 М	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
701/2010 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
	Итого	590	12,526	14,76	98,15	583,31
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 2,5% ± 3%	590	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
			4	5	6	7
Обед						
23/2017М	Нарезка овощная (огурец, помидор свежий)	100	0,08	0,08	5,07	12,0
132/2004 Л	Рассольник ленинградский (перловка)	250	3,34	10,75	20,47	168,75
297/331/2017М	Фрикадельки с соусом	100	10,43	7,98	9,03	150,50
203/2017М	Макаронны отварные с маслом	150	5,73	6,08	31,96	205,5
639/2017М	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
701/2010 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
702/2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	880	26,46	27,20	132,80	858,4
	Норма обеда по СанПиН 30% - 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
	Всего	38,99	41,964	230,946	1441,66	
	Норма по СанПиНу ± 5%	45-54	45-55,2	191,5-229,8	1360-1632	

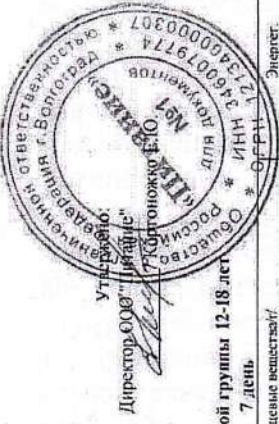


Утверждено:
 Директор ООО "Титанне"
[Signature] Кортонюков Е.Е.

Исходные данные
 по сбору
 1
 2
 3
 4
 5
 6
 7
 8
 9
 10
 11
 12
 13
 14
 15
 16
 17
 18
 19
 20
 21
 22
 23
 24
 25
 26
 27
 28
 29
 30
 31
 32
 33
 34
 35
 36
 37
 38
 39
 40
 41
 42
 43
 44
 45
 46
 47
 48
 49
 50
 51
 52
 53
 54
 55
 56
 57
 58
 59
 60
 61
 62
 63
 64
 65
 66
 67
 68
 69
 70
 71
 72
 73
 74
 75
 76
 77
 78
 79
 80
 81
 82
 83
 84
 85
 86
 87
 88
 89
 90
 91
 92
 93
 94
 95
 96
 97
 98
 99
 100
 101
 102
 103
 104
 105
 106
 107
 108
 109
 110
 111
 112
 113
 114
 115
 116
 117
 118
 119
 120
 121
 122
 123
 124
 125
 126
 127
 128
 129
 130
 131
 132
 133
 134
 135
 136
 137
 138
 139
 140
 141
 142
 143
 144
 145
 146
 147
 148
 149
 150
 151
 152
 153
 154
 155
 156
 157
 158
 159
 160
 161
 162
 163
 164
 165
 166
 167
 168
 169
 170
 171
 172
 173
 174
 175
 176
 177
 178
 179
 180
 181
 182
 183
 184
 185
 186
 187
 188
 189
 190
 191
 192
 193
 194
 195
 196
 197
 198
 199
 200
 201
 202
 203
 204
 205
 206
 207
 208
 209
 210
 211
 212
 213
 214
 215
 216
 217
 218
 219
 220
 221
 222
 223
 224
 225
 226
 227
 228
 229
 230
 231
 232
 233
 234
 235
 236
 237
 238
 239
 240
 241
 242
 243
 244
 245
 246
 247
 248
 249
 250
 251
 252
 253
 254
 255
 256
 257
 258
 259
 260
 261
 262
 263
 264
 265
 266
 267
 268
 269
 270
 271
 272
 273
 274
 275
 276
 277
 278
 279
 280
 281
 282
 283
 284
 285
 286
 287
 288
 289
 290
 291
 292
 293
 294
 295
 296
 297
 298
 299
 300
 301
 302
 303
 304
 305
 306
 307
 308
 309
 310
 311
 312
 313
 314
 315
 316
 317
 318
 319
 320
 321
 322
 323
 324
 325
 326
 327
 328
 329
 330
 331
 332
 333
 334
 335
 336
 337
 338
 339
 340
 341
 342
 343
 344
 345
 346
 347
 348
 349
 350
 351
 352
 353
 354
 355
 356
 357
 358
 359
 360
 361
 362
 363
 364
 365
 366
 367
 368
 369
 370
 371
 372
 373
 374
 375
 376
 377
 378
 379
 380
 381
 382
 383
 384
 385
 386
 387
 388
 389
 390
 391
 392
 393
 394
 395
 396
 397
 398
 399
 400
 401
 402
 403
 404
 405
 406
 407
 408
 409
 410
 411
 412
 413
 414
 415
 416
 417
 418
 419
 420
 421
 422
 423
 424
 425
 426
 427
 428
 429
 430
 431
 432
 433
 434
 435
 436
 437
 438
 439
 440
 441
 442
 443
 444
 445
 446
 447
 448
 449
 450
 451
 452
 453
 454
 455
 456
 457
 458
 459
 460
 461
 462
 463
 464
 465
 466
 467
 468
 469
 470
 471
 472
 473
 474
 475
 476
 477
 478
 479
 480
 481
 482
 483
 484
 485
 486
 487
 488
 489
 490
 491
 492
 493
 494
 495
 496
 497
 498
 499
 500
 501
 502
 503
 504
 505
 506
 507
 508
 509
 510
 511
 512
 513
 514
 515
 516
 517
 518
 519
 520
 521
 522
 523
 524
 525
 526
 527
 528
 529
 530
 531
 532
 533
 534
 535
 536
 537
 538
 539
 540
 541
 542
 543
 544
 545
 546
 547
 548
 549
 550
 551
 552
 553
 554
 555
 556
 557
 558
 559
 560
 561
 562
 563
 564
 565
 566
 567
 568
 569
 570
 571
 572
 573
 574
 575
 576
 577
 578
 579
 580
 581
 582
 583
 584
 585
 586
 587
 588
 589
 590
 591
 592
 593
 594
 595
 596
 597
 598
 599
 600
 601
 602
 603
 604
 605
 606
 607
 608
 609
 610
 611
 612
 613
 614
 615
 616
 617
 618
 619
 620
 621
 622
 623
 624
 625
 626
 627
 628
 629
 630
 631
 632
 633
 634
 635
 636
 637
 638
 639
 640
 641
 642
 643
 644
 645
 646
 647
 648
 649
 650
 651
 652
 653
 654
 655
 656
 657
 658
 659
 660
 661
 662
 663
 664
 665
 666
 667
 668
 669
 670
 671
 672
 673
 674
 675
 676
 677
 678
 679
 680
 681
 682
 683
 684
 685
 686
 687
 688
 689
 690
 691
 692
 693
 694
 695
 696
 697
 698
 699
 700
 701
 702
 703
 704
 705
 706
 707
 708
 709
 710
 711
 712
 713
 714
 715
 716
 717
 718
 719
 720
 721
 722
 723
 724
 725
 726
 727
 728
 729
 730
 731
 732
 733
 734
 735
 736
 737
 738
 739
 740
 741
 742
 743
 744
 745
 746
 747
 748
 749
 750
 751
 752
 753
 754
 755
 756
 757
 758
 759
 760
 761
 762
 763
 764
 765
 766
 767
 768
 769
 770
 771
 772
 773
 774
 775
 776
 777
 778
 779
 780
 781
 782
 783
 784
 785
 786
 787
 788
 789
 790
 791
 792
 793
 794
 795
 796
 797
 798
 799
 800
 801
 802
 803
 804
 805
 806
 807
 808
 809
 810
 811
 812
 813
 814
 815
 816
 817
 818
 819
 820
 821
 822
 823
 824
 825
 826
 827
 828
 829
 830
 831
 832
 833
 834
 835
 836
 837
 838
 839
 840
 841
 842
 843
 844
 845
 846
 847
 848
 849
 850
 851
 852
 853
 854
 855
 856
 857
 858
 859
 860
 861
 862
 863
 864
 865
 866
 867
 868
 869
 870
 871
 872
 873
 874
 875
 876
 877
 878
 879
 880
 881
 882
 883
 884
 885
 886
 887
 888
 889
 890
 891
 892
 893
 894
 895
 896
 897
 898
 899
 900
 901
 902
 903
 904
 905
 906
 907
 908
 909
 910
 911
 912
 913
 914
 915
 916
 917
 918
 919
 920
 921
 922
 923
 924
 925
 926
 927
 928
 929
 930
 931
 932
 933
 934
 935
 936
 937
 938
 939
 940
 941
 942
 943
 944
 945
 946
 947
 948
 949
 950
 951
 952
 953
 954
 955
 956
 957
 958
 959
 960
 961
 962
 963
 964
 965
 966
 967
 968
 969
 970
 971
 972
 973
 974
 975
 976
 977
 978
 979
 980
 981
 982
 983
 984
 985
 986
 987
 988
 989
 990
 991
 992
 993
 994
 995
 996
 997
 998
 999
 1000

№ п/п	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/б. день					
				Б	Ж	У	Ц	К	С
		Каша овсяная молочная жидкая с сахаром и маслом	250	11,3	16,8	50,75			397,5
		Чай с молоком	200	1,58	1,35	15,9			81
		Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80			44,00
		Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64			72,6
		Итого	580	15,71	18,85	91,09			595,1
		Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5%	560	18,22,5	18,23	76,6-96,75			544-680

№ п/п	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/б. день					
				Б	Ж	У	Ц	К	С
		Огурец свежий	100	0,58	0,08	1,58			10
		Суп овощной со сметаной	250	2,6	6,9	12,8			125,3
		Плов с мясом кур	200	15,2	15,8	36,2			348
		Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5			112,7
		Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47			110
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4			87,6
		Итого	830	24,79	25,27	112,9			793,55
		Норма обеда по СанПиН 30% ± 5%	800	27,31,5	27,32,2	114,9-134,05			816-952
		Всего	40,50	44,12	203,99	1360-1632			1388,65
		Норма по СанПиНу ± 5%	45-54	45-55,2	191,5-229,8				

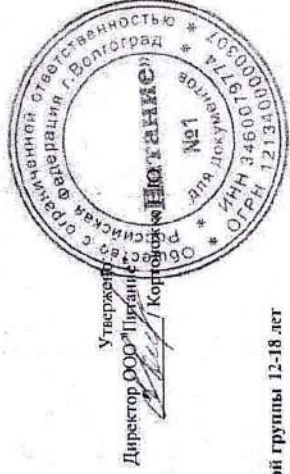


Уeno для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	I	II		Выход	Питательные вещества/ Энергет. ценность								
		2	3		4	5	6	7	8	9			
182\2017M	Каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром		300		10,22	15,97	64,12	443,17					
15\2017M	Сыр порционно		10		2,32	2,95	0,00	36,00					
376\2017M	Чай с сахаром		200		0,07	0,02	15	60					
701\2017 M	Хлеб пшеничный		40		3,75	1,86	17,47	110					
	Итого		550		16,36	20,8	96,59	649,17					
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%		550		18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680					

Завтрак

ГТК стр 610 сб. р. Ламина	2004	Объем	Обел									
			3	4	5	6	7	8				
139\2004 Л	Зеленый горошек консервированный	100		3	3,9	6,3	70,2					
489\2004 Л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250		5,6	6,2	22,3	167					
699\2004Л	Рагу с грибами	200		14,4	11,64	23,28	278,4					
701\2010 M	Напиток лимонный	200		0,1	0	24,2	93					
702\2010 M	Хлеб пшеничный	40		3,75	1,86	17,47	110					
	Хлеб ржано-пшеничный	50		3,16	0,56	21,75	109,5					
	Итого	840		30,01	24,16	115,3	828,1					
	Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%	800		27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952					
	Всего		46,37	44,96	211,89	1477,27						
	Норма по СанПин ± 5%		45-54	45-55,2	191,5-229,8	1360-1632						



**10н-дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет
8 день**

№ реч. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	С	6	7	
18\2017 М	Каша манная молочная с сахаром и маслом	300	8,67	14,61	57,75				396,16
14\2017 М	Масло порционное	10	0,08	7,25	0,13				66,00
68\2004 Л	Чай с сахаром и лимоном	205	0,13	0,02	15,2				62
701\2017 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47				110
	Итого	555	12,63	23,74	90,55				634,16
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 3%	550	18,22,5	18,23	78,6-95,75				544-690

Завтрак

№ реч. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	С	6	7	
33\2011 М	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,18	5,07	6,96				78,3
103\2011 М	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,75	3,22				117,5
247\2011 М	Рыба тушеная с овощами	100	10,6	5,1	5,6				112
171\2017 М	Каша рассыпчатая пшеничная	180	13,85	9,00	48,06				292,50
389\2017 М	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2				84,8
701\2010 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47				110
702\2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4				87,6
	Итого	910	35,66	24,227	118,91				882,73
	Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%	800	27,31,5	27,32,2	114,9-134,05				816-952
	Всего	48,29	47,967	209,46					1516,89
	Норма по СанПиНу ± 5%	45-54	45-55,2	191,5-229,8					1360-1632

Обед



Утверждено:
 Директор ООО «Литани»
[Подпись] Кортонюкко В.Ю.



меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет
 9 день

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г					Энерг. ценность
			Б	Ж	У	Y	7	
Завтрак								
182\2017М	Каша ячневая молотая жидкая с сахаром и маслом	250	8,306	12,48	55,88			369,31
338\2017 М	Яблоки свежие	100	0,40	9,80	44,00			44,00
376\2017М	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15			60
701\2010 М	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64			72,6
	Итого	580	11,206	13,2	95,32			545,91
	Норма завтрака по СанПиН	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75			544-680
Обед								
71\2017М	Огурец свежий	100	0,58	0,08	1,58			10
104\2017М	Сул картофельный с крутой (пшено)	250	2,5	3,0	18,3			113,0
493\2004Л	Птица тушеная в сметанном соусе	100	8,697	8,133	2,836			119
203\2017М	Макаронны отварные с маслом	180	6,88	7,3	38,35			246,6
342\2011 М	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5			112,7
701\2010 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47			110
702\2017 М	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,16	0,56	21,75			109,5
	Итого	920	25,667	21,133	127,7			820,8
	Норма обеда по СанПиН	800	27-31,3	27-32,2	114,9-134,05			816-952
	Всего	36,873	34,333	223,056	1366,71			1360-1632
	Норма по СанПиНу ± 5%	45-54	45-55,2	191,5-229,8				



Утверждено
 Директор ЮОЗ "Питание"
 Корголюк В.Ю.



10-дневное меню для обеспечения двукратным питанием детей возрастной группы 12-18 лет
 10 дней.

№ реч. гто сбор.	1	2	Выход	Пищевые вещества/			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
		Напиточный блок	3				
Завтрак							
160\2017М		Суп молочный сладкий с макаронными изделиями	300	10,44	11,376	35,57	203,04
382\2017М		Каша с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6
142\2017М		Масло порционное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
		Печенье	30	4,35	16,95	15,6	117
701\2010 М		Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
		Итого	580	22,69	40,976	86,35	614,64
		Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
Обед							
23\2017М		Нарезка овощная (огурец, помидор свежий)	100	0,08	0,08	5,07	12,0
82\2017М		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,9	6,2	10,5	105,2
423\2004Л		Петрули с соусом	100	6,96	16,11	11,61	223
171\2017М		Каша пшеница с маслом	150	6,84	9,19	39,23	267
639\2017М		Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
701\2010 М		Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
702\2010 М		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6
		Итого	830	22,68	33,85	132,66	928,8
		Норма обеда по СанПиН 30% - 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
		Всего		45,374	74,83	219,006	1543,44

Норма по СанПиНу ± 5% 45-54 45-55,2 191,5-229,8 1360-1632



ІТГОГО ПО ПРІМЕРНОМУ МЕНЮ

	ІТГОГО	Выход в гр	Пищевые вещества						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	У	У	У	
І	2	3	4	5	6	7			
ЗАВТРАК	Ітого за весь период	5700,00	79,92	119,13	462,73		6115,36		
	Среднее значение за период	570,00	15,982	21,8252	92,546		611,536		
ОБЕД	Ітого за весь период	8710,00	18,22,5	18,23	76,6-95,75		544-880		
	Среднее значение за период	871,00	18,225	18,23	76,6-95,75		544,880		
ІТГОГО за завтрак и обед	Ітого за весь период		215,877	242,59	1073,432		14584,7		
	Среднее значение за период		215,877	242,59	1073,432		14584,7		
Норма по СанПинУ ± 5%			45-54	45-55,2	191,5-229,8		1458-1632		

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Липинской. - М.: Хлебпромформ, 2004. - 64с.
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ОГФУ НИИД Минздрава России, НИИ ГИЗОД ИП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора Б.Р. Кучмы. - М.: Издатель. Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.
 Сборник рецептов на продукцию для обучающихся по всем образовательным уровням / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тугельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 544с.
 Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Суринский И.М., Тугельян В.А.