

Согласовано:

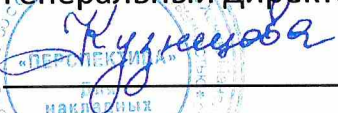
Директор МБОУ «СОШ №6»

  
\_\_\_\_\_ Ю.Д. Никонов

«  » \_\_\_\_\_ 2024г

Утверждаю:

Генеральный директор ООО «Перспектива»

  
\_\_\_\_\_ О. А. Кузнецова

«  » \_\_\_\_\_ 2024г

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ  
РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ  
(ЗАВТРАК НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД)

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НЕ ОТНОСЯЩИХСЯ К ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 1-4 КЛАССОВ

(гипоаллергенная диета 4 класс, исключить из питания: курицу, рыбу, яйцо, молочные продукты)

МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ГОРОДА МЕГИОНА

**Меню приготавливаемых блюд**

День: *понедельник*

Неделя: *первая*

Сезон: *весенне-летний*

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тк№96	Сосиска отварная	50	63,00	5,10	4,60	0,30	63	0,10	0,08	0,00	0,000	0,000	17,5	68,0	10,00	0,09	110,0	0,000	0,000	0,000	0,000
тк № 36	Рагу из овощей	150	45,00	2,94	5,64	15,90	126	0,08	0,08	2,60	0,02	0,06	47,35	74,37	21,77	1,03	0,27	0,006	0,001	0,30	
тк№98/1	Какао без молока	200	20,00	1,00	0,60	10,78	56	0,32	0,37	21,60	0,130	0,002	0,7	30,8	3,60	0,47	86,8	0,000	0,000	0,000	
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	60	8,00	3,80	0,68	24,80	120	0,06	0,03	0,00	0,150	0,00	9,90	58,20	17,10	1,36	73,20	0,000	0,000	0,00	
инстр№2	Сок с трубочкой (1 шт)	200	39,00	1,00	0,20	20,20	92	0,02	0,02	4,00	0,000	0,000	14,0	14,0	8,00	2,80	240,0	0,000	0,000	0,000	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>660</b>	<b>175,00</b>	<b>13,84</b>	<b>11,72</b>	<b>71,98</b>	<b>457</b>	<b>0,58</b>	<b>0,58</b>	<b>28,2</b>	<b>0,3</b>	<b>0,062</b>	<b>89,47</b>	<b>245,4</b>	<b>60,5</b>	<b>5,75</b>	<b>510,29</b>	<b>0,006</b>	<b>0,001</b>	<b>0,3</b>	

День: *вторник*

Неделя: *первая*

Сезон: *весенне-летний*

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тк№187	Бутерброд (батон, колбаса в/к)	30/20	45,00	5,72	8,70	15,04	161	0,06	0,04	0,00	0,000	0,000	12,0	62,3	8,60	0,93	92,7	0,000	0,002	0,600	
тк№179	Каша овсянная с изюмом и растительным маслом (без молока)	210	45,00	3,74	6,10	25,58	172	0,14	0,04	0,12	0,000	0,00	19,22	107,00	42,00	1,21	139,5	0,000	0,010	0,03	
тк№127	Чай с сахаром	210	10,00	0,20	0,00	10,13	42	0,00	0,01	0,00	0,000	0,000	0,3	0,0	0,87	0,03	2,3	0,000	0,000	0,000	
тк№166	Батон нарезной	30	5,00	2,28	0,90	15,00	78	0,03	0,01	0,00	0,000	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	27,90	0,000	0,000	0,600	
инстр№1	Фрукт свежий	100	53,00	0,40	0,40	9,80	47	0,04	0,02	9,99	0,000	0,000	16,0	11,0	9,67	1,70	12,6	0,000	0,000	0,800	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>600</b>	<b>158,00</b>	<b>12,34</b>	<b>16,10</b>	<b>75,55</b>	<b>500</b>	<b>0,27</b>	<b>0,12</b>	<b>10,11</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>53,5</b>	<b>199,8</b>	<b>65,3</b>	<b>4,20</b>	<b>275,0</b>	<b>0,000</b>	<b>0,012</b>	<b>2,030</b>	

День: *среда*

Неделя: *первая*

Сезон: *весенне-летний*

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тк№96	Сосиска отварная	50	63,00	5,10	4,60	0,30	63	0,10	0,08	0,00	0,000	0,000	17,5	68,0	10,00	0,09	110,0	0,000	0,000	0,000	
тк №93	Макарони отварные с растительным маслом	150	20,00	5,02	8,89	34,07	236	0,06	0,02	0,00	0,000	0,00	12,00	34,50	7,50	0,75	36,00	0,000	0,000	0,000	
тк№127	Чай с сахаром	210	10,00	0,20	0,00	10,13	42	0,00	0,01	0,00	0,000	0,000	0,3	0,0	0,87	0,03	2,3	0,000	0,000	0,000	
тк№117	Булочка "Домашняя"	60	25,00	1,11	3,22	48,75	187	0,03	0,02	0,00	0,030	0,000	7,2	32,5	6,83	0,43	0,7	0,001	0,002	0,008	
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	4,00	1,90	0,34	12,40	60	0,06	0,03	0,00	0,150	0,000	9,9	58,2	17,10	1,36	73,2	0,000	0,000	0,000	
инстр№1	Фрукт свежий	100	53,00	0,40	0,40	9,80	47	0,05	0,03	15,00	0,000	0,000	24,0	16,5	14,50	2,56	19,0	0,030	0,000	0,112	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>600</b>	<b>175,00</b>	<b>13,73</b>	<b>17,45</b>	<b>115,45</b>	<b>635</b>	<b>0,30</b>	<b>0,19</b>	<b>15,00</b>	<b>0,180</b>	<b>0,000</b>	<b>70,9</b>	<b>209,7</b>	<b>56,80</b>	<b>5,22</b>	<b>241,2</b>	<b>0,031</b>	<b>0,002</b>	<b>0,120</b>	

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тгк№167	Горошек зеленый отварной (консервированный)	50	30,00	1,55	0,1	3,25	20	0,05	0,03	5,00	0,000	0,000	10,0	31,0	10,50	0,016	1,6	0,000	0,000	0,025	
тгк№31	Картофель запеченный по-деревенски	150	40,00	2,25	7,33	32,47	197	0,10	0,06	14,50	0,000	0,000	12,0	54,0	22,00	0,80	499,0	0,000	0,000	0,000	
тгк№180	Кофейный напиток без молока с сахаром	200	16,00	0,49	0,13	12,87	55	0,01	0,01	0,00	0,000	0,00	2,40	17,75	20,31	0,29	18,40	0,000	0,000	0,00	
тгк№166	Батон нарезной	60	10,00	4,56	1,80	30,00	156	0,07	0,02	0,00	0,000	0,000	12,0	39,0	8,40	0,66	55,8	0,000	0,000	1,200	
тгк№170	Кондитерские изделия	25	30,00	0,25	0,00	29,85	80	0,08	0,45	0,00	0,011	0,000	0,0	154,5	34,00	0,75	231,0	0,003	0,000	0,025	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>485</b>	<b>126,00</b>	<b>9,10</b>	<b>9,36</b>	<b>108,44</b>	<b>508</b>	<b>0,31</b>	<b>0,57</b>	<b>19,50</b>	<b>0,011</b>	<b>0,000</b>	<b>36,4</b>	<b>296,3</b>	<b>95,21</b>	<b>2,52</b>	<b>805,8</b>	<b>0,003</b>	<b>0,000</b>	<b>1,250</b>	

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тгк№5	Биточки мясные (говядина)	90	123,00	15,90	14,40	16,00	261	0,04	0,01	0,91	0,010	0,030	24,3	25,2	13,66	3,35	113,6	0,001	0,000	0,110	
тгк№185	Картофельное пюре с растительным маслом	150	30,00	2,56	5,60	21,90	148	0,12	0,07	18,05	0,000	0,000	15,0	67,0	27,00	1,00	621,0	0,000	0,000	0,000	
тгк№101	Чай с сахаром и лимоном	210/5	10,00	0,25	0,06	10,39	43	0,00	0,01	2,80	0,000	0,000	2,7	1,3	1,60	0,06	11,8	0,000	0,000	0,000	
тгк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	4,00	1,90	0,34	24,80	60	0,06	0,03	0,00	0,150	0,000	9,9	58,2	17,10	1,36	73,2	0,000	0,000	0,000	
инстр№1	Фрукт свежий	100	53,00	0,40	0,40	9,80	47	0,04	0,02	9,99	0,000	0,000	16,0	11,0	9,67	1,70	12,6	0,000	0,000	0,800	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>585</b>	<b>220,00</b>	<b>21,01</b>	<b>20,80</b>	<b>82,89</b>	<b>559</b>	<b>0,26</b>	<b>0,14</b>	<b>31,75</b>	<b>0,160</b>	<b>0,030</b>	<b>67,9</b>	<b>162,7</b>	<b>69,03</b>	<b>7,47</b>	<b>832,1</b>	<b>0,001</b>	<b>0,000</b>	<b>0,910</b>	

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тгк№28	Колбасные изделия, тушеные с овощами	50/50	72,00	6,54	17,06	5,80	203	0,10	0,08	0,00	0,000	0,00	17,50	68,00	10,00	0,90	110,00	0,000	0,000	0,000	
тгк№14	Каша гречневая рассыпчатая	150	25,00	8,40	10,80	41,25	280	0,30	0,12	0,00	0,017	0,060	12,7	129,8	20,69	0,23	26,2	0,001	0,003	0,550	
тгк№101	Чай с сахаром	210	10,00	0,06	0,01	9,27	37	0,00	0,01	2,80	0,000	0,000	2,7	1,3	1,60	0,06	11,8	0,000	0,000	0,000	
тгк№166	Батон нарезной	30	5,00	2,28	0,90	15,00	78	0,03	0,01	0,00	0,000	0,000	6,0	19,5	4,20	0,33	27,9	0,000	0,000	0,600	
инстр№2	Сок с трубочкой (1 шт)	200	39,00	1,00	0,20	20,20	92	0,02	0,02	4,00	0,000	0,000	14,0	14,0	8,00	2,80	240,0	0,000	0,000	0,000	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>690</b>	<b>151,00</b>	<b>18,28</b>	<b>28,97</b>	<b>91,52</b>	<b>690</b>	<b>0,45</b>	<b>0,24</b>	<b>6,80</b>	<b>0,017</b>	<b>0,060</b>	<b>53,0</b>	<b>232,6</b>	<b>44,49</b>	<b>4,32</b>	<b>415,9</b>	<b>0,001</b>	<b>0,003</b>	<b>1,150</b>	

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тгк№188	Плов из риса с курагой	200	53,00	4,40	13,60	67,40	410	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	20,00	102,00	36,00	0,80	68	0,000	0,000	0,00	
тгк№101	Чай с сахаром	210	10,00	0,06	0,01	9,27	37	0,00	0,01	2,80	0,000	0,000	2,7	1,3	1,60	0,06	11,8	0,000	0,000	0,000	
тгк№170	Кондитерские изделия	25	30,00	0,25	0,00	29,85	80	0,08	0,45	0,00	0,011	0,000	0,0	154,5	34,00	0,75	231,0	0,003	0,000	0,025	
тгк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	4,00	1,90	0,34	24,80	60	0,06	0,03	0,00	0,150	0,000	9,9	58,2	17,10	1,36	73,2	0,000	0,000	0,000	
инстр№1	Фрукт свежий	100	53,00	0,40	0,40	9,80	47	0,04	0,02	9,99	0,000	0,000	16,0	11,0	9,67	1,70	12,6	0,000	0,000	0,800	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>565</b>	<b>150,00</b>	<b>7,01</b>	<b>14,35</b>	<b>141,12</b>	<b>634</b>	<b>0,22</b>	<b>0,53</b>	<b>12,79</b>	<b>0,161</b>	<b>0,000</b>	<b>48,6</b>	<b>327,0</b>	<b>98,37</b>	<b>4,67</b>	<b>396,6</b>	<b>0,003</b>	<b>0,000</b>	<b>0,825</b>	

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

для обучающихся 1-4 классов (всеобуч) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																				
тгк№3	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/50	86,00	8,25	8,9	9,98	153	0,04	0,07	1,57	0,010	0,060	12,0	92,8	16,5	1,20	122,1	0,003	0,001	0,220	
тгк №93	Макарони отварные с растительным маслом	150	20,00	5,02	8,89	34,07	236	0,06	0,02	0,00	0,000	0,00	12,00	34,50	7,50	0,75	36,00	0,000	0,000	0,000	
тгк№37	Витаминизированный напиток	200	25,00	0,00	0,00	20,00	80	0,02	0,02	4,00	0,000	0,000	14,0	8,0	14,00	0,00	56,0	0,000	0,000	0,000	
тгк№166	Батон нарезной	30	5,00	2,28	0,90	15,00	78	0,03	0,01	0,00	0,000	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	27,90	0,000	0,000	0,600	
инстр№2	Сок с трубочкой (1 шт)	200	39,00	1,00	0,20	20,20	92	0,02	0,02	4,00	0,000	0,000	14,0	14,0	8,00	2,80	240,0	0,000	0,000	0,000	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>700</b>	<b>175,00</b>	<b>16,55</b>	<b>18,89</b>	<b>99,25</b>	<b>639</b>	<b>0,17</b>	<b>0,14</b>	<b>9,57</b>	<b>0,010</b>	<b>0,060</b>	<b>58,0</b>	<b>168,8</b>	<b>50,20</b>	<b>5,08</b>	<b>482,0</b>	<b>0,003</b>	<b>0,001</b>	<b>0,820</b>	

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

для обучающихся 1-4 классов (всеобщ) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг												
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F					
	<b>Завтрак</b>																								
тгк№190	Каша пшеничная с сухофруктами (изюм, курага) с растительным маслом	200	46,00	4,80	5,80	45,40	242,00	0,12	0,02	0,20	0,040	0,01	22,60	94,40	44,60	1,40	203,6	0,002	0,000	0,000					
тгк№98/1	Какао без молока	200	20,00	1,00	0,60	10,78	56	0,32	0,37	21,60	0,130	0,002	0,7	30,8	3,60	0,47	86,8	0,000	0,000	0,000					
тгк№166	Батон нарезной	60	10,00	4,56	1,80	30,00	156	0,07	0,02	0,00	0,000	0,000	12,0	39,0	8,40	0,66	55,8	0,000	0,000	0,000					
инстр№1	Фрукт свежий	100	53,00	0,40	0,40	9,80	47	0,05	0,03	15,00	0,000	0,000	24,0	16,5	14,50	2,56	19,0	0,030	0,000	0,000					
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>560</b>	<b>129,00</b>	<b>10,76</b>	<b>8,60</b>	<b>95,98</b>	<b>501</b>	<b>0,56</b>	<b>0,44</b>	<b>36,80</b>	<b>0,170</b>	<b>0,008</b>	<b>59,3</b>	<b>180,7</b>	<b>71,10</b>	<b>5,09</b>	<b>365,2</b>	<b>0,032</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>					

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

для обучающихся 1-4 классов (всеобщ) гипоаллергенная диета (курица, рыба, яйца, молочные продукты)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Цена отпускная	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг												
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F					
	<b>Завтрак</b>																								
тгк№5	Биточки мясные (говядина)	90	123,00	15,90	14,40	16,00	261	0,04	0,01	0,91	0,010	0,030	24,3	25,2	13,66	3,35	113,6	0,001	0,000	0,110					
тгк№182	Картофель отварной с растительным маслом	150	21,00	2,96	4,37	23,70	146	0,10	0,06	14,50	0,000	0,000	12,0	54,0	22,00	0,80	499,0	0,000	0,000	0,000					
тгк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	60	8,00	3,80	0,68	24,80	120	0,06	0,03	0,00	0,150	0,000	9,9	58,2	17,10	1,36	73,2	0,000	0,000	0,000					
тгк№101	Чай с сахаром	210	10,00	0,06	0,01	9,27	37	0,00	0,01	2,80	0,000	0,000	2,7	1,3	1,60	0,06	11,8	0,000	0,000	0,000					
инстр№2	Сок с трубочкой (1 шт)	200	39,00	1,00	0,20	20,20	92	0,02	0,02	4,00	0,000	0,000	14,0	14,0	8,00	2,80	240,0	0,000	0,000	0,000					
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>710</b>	<b>201,00</b>	<b>23,72</b>	<b>19,66</b>	<b>93,97</b>	<b>656</b>	<b>0,22</b>	<b>0,13</b>	<b>22,21</b>	<b>0,160</b>	<b>0,030</b>	<b>63,0</b>	<b>152,7</b>	<b>62,36</b>	<b>8,37</b>	<b>937,5</b>	<b>0,001</b>	<b>0,000</b>	<b>0,110</b>					

	<b>Итого за 2 недели (10 дней)</b>		<b>1660,00</b>	<b>146,34</b>	<b>165,90</b>	<b>976,15</b>	<b>5780</b>	<b>3,35</b>	<b>3,08</b>	<b>192,73</b>	<b>1,169</b>	<b>0,250</b>	<b>600,0</b>	<b>2175,7</b>	<b>673,4</b>	<b>52,69</b>	<b>5261,6</b>	<b>0,08</b>	<b>0,019</b>	<b>8,836</b>					
	<b>Средние показатели в день</b>		<b>166,00</b>	<b>14,63</b>	<b>16,59</b>	<b>97,62</b>	<b>578,01</b>	<b>0,33</b>	<b>0,31</b>	<b>19,27</b>	<b>0,12</b>	<b>0,03</b>	<b>60,00</b>	<b>217,57</b>	<b>67,34</b>	<b>5,27</b>	<b>526,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,88</b>					
	<b>Выполнение в процентах среднее</b>	<b>СанПиН</b>		<b>76</b>	<b>84</b>	<b>117</b>	<b>98</b>	<b>112</b>	<b>88</b>	<b>128</b>	<b>69</b>	<b>1</b>	<b>22</b>	<b>79</b>	<b>108</b>	<b>176</b>	<b>191</b>	<b>32</b>	<b>24</b>	<b>118</b>					

\* Примерное цикличное меню рассчитано на один прием пищи (завтрак), норматив потребления пищевых веществ и энергии 25%

\* Для профилактики дефицита микронутриентов (йода, кальция, железа, фосфора и пр.), были включены в рацион питания для учащихся специализированные, обогащённые незаменимыми ингредиентами пищевые продукты: соль пищевая йодированная, хлеб пшеничный йодированный, говядина, мука пшенич. в/с, консервы овощные, соки, витаминизированные напитки, фрукты свежие.

\* Использованная литература: - И.М. Скурихин, В.А. Тутельян (таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания);

Методические рекомендации по проведению оценки соответствия меню обязательным требованиям МР 2.4.0260-21

Методические рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий ПОП при общеобразовательных школах (г. Москва 2004 г)

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий ПОП (г. Москва 1996 г)

Цикличное двухнедельное меню при его практическом использовании может корректироваться с учетом особенности питания учащихся,

при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных пищевых веществ (см. таблицу замены

пищевых продуктов, приложение 11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)