

Начальник Территориального отдела Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Республике Татарстан (Татарстан) в городе Набережные Челны, Актанышском, Тукаевском, Муслимовском, Мензелинском районах (Н.Челнинский ТО)

И.Г. Бариев



Примерное двухнедельное меню
одноразового горячего питания (завтраки) учащихся



Г.Наб. Челны

Р.Н.Хузин

Начальник
Управления образования

общееобразовательных школ на 2021 учебный год (сезон весна - лето)

№ по об. ред.	Наименование блюда	Масса			Пищевые вещества, г			Энерг. ценность, ккал			Витамины, мг										Минеральные вещества, мг							
		Млад-шце кл.*	стар-шце кл.*	Мед-шце кл.*	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.					
43/04.	Салат из белокочанной капусты	60	100	0,84	1,40	3,05	5,09	5,33	8,89	52,21	87,01	0,01	0,02	0,01	0,02	4,30	7,12	0,02	0,04	0,04	3,36	5,6	1,1	1,8	10,2	17,0	0,00	0,00
ТТКн	Колбасные изделия отварные с маслом	75/5	100/5	6,0	7,9	9,0	12,0	0,3	0,4	106,2	141,1	0,05	0,06	0,04	0,05	0,00	0,00	0,30	0,40	0,40	167,1	182,3	111,2	146,0	11,0	22,0	0,15	0,30
332/04	Макаронны отварные	150	180	5,3	6,4	6,2	7,4	35,3	42,3	218,0	261,4	0,09	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,80	0,96	0,20	19,8	23,8	45,4	54,5	8,9	10,7	0,36	0,43
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	21,6	21,6	87,2	87,2	0,00	0,00	0,14	0,14	5,80	5,80	0,20	0,20	0,20	13,8	13,8	9,5	9,5	5,0	5,0	0,8	0,28
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Итого:			14,97	18,51	18,43	20,67	80,78	91,49	548,95	662,05	0,21	0,25	0,19	0,21	10,10	12,92	1,82	2,10	2,10	215,20	236,64	236,66	281,26	39,26	58,86	1,06	1,28

День 1

День 2

№ по об. ред.	Наименование блюда	Масса			Пищевые вещества, г			Энерг. ценность, ккал			Витамины, мг										Минеральные вещества, мг							
		Млад-шце кл.*	стар-шце кл.*	Мед-шце кл.*	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.
ГТ-с-994	Салат "Тестердй" (свежая оть, фасоль оть, яблоко, масло раст.)	60	100	4,0	6,7	2,7	4,5	11,1	18,5	84,2	140,4	0,05	0,08	0,01	0,03	4,99	8,33	0,30	0,50	0,50	37,1	61,9	13,8	23,0	4,9	8,2	1,41	2,35
ТТК28н	Запеканка картофельная с мясом "Школьный" с маслом	150/5	200/5	11,2	14,9	19,0	23,8	25,8	34,4	313,6	406,2	0,2	0,26	0,04	0,04	0,3	0,39	0,8	1,00	1,00	25,3	33,4	185	272,6	46,3	61,7	2,7	3,61
685/04	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	15,0	15,0	58,0	58,0	0,01	0,01	0,00	0,00	0,10	0,10	0,00	0,00	0,00	5,3	5,3	8,3	8,3	4,4	4,4	0,01	0,01
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Итого:			18,47	22,64	21,91	24,43	80,87	105,43	583,18	719,50	0,39	0,46	0,05	0,07	24,88	33,94	1,74	2,26	2,26	101,46	152,41	241,88	350,95	68,49	82,10	4,60	6,60

День 3

№ по об. ред.	Наименование блюда	Масса			Пищевые вещества, г			Энерг. ценность, ккал			Витамины, мг										Минеральные вещества, мг							
		Млад-шце кл.*	стар-шце кл.*	Мед-шце кл.*	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.	стар-шце кл.	Млад-шце кл.
510/04.	Огурец свежий порционный	60	75	0,0	0,0	0,0	0,0	1,7	2,1	9,0	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00	6,00	7,50	0,06	0,08	0,08	13,8	17,3	25,2	31,5	8,4	10,5	0,54	0,68
ТТК 658	Коглетты "Любимые" с маслом	75/5.	2,5/0,5.	13,9	18,6	17,0	22,7	4,9	6,5	224,5	299,3	0,1	0,1	0,1	0,1	0,0	0,0	0,3	0,4	0,4	84,0	112,0	153,2	204,3	10,6	14,1	1,10	1,47
510/04.	Каша рисовая вязкая	150	180	2,25	2,70	5,85	7,02	22,95	27,54	153,45	184,14	0,02	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,18	0,22	0,22	4,50	5,40	23,00	27,60	16,40	19,70	0,34	0,41
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00	0,01	0,01	0,20	0,20	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	23,30	23,30	38,40	38,40	18,40	18,40	0,65	0,65
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27

Итого:			19,38	21,97	19,03	24,87	29,25	85,87	596,29	658,06	0,16	0,19	0,29	0,31	6,45	7,95	1,04	1,20	136,70	169,05	259,30	321,27	58,00	66,93	2,90	3,48
---------------	--	--	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	--------	------	------	------	------	------	------	------	------	--------	--------	--------	--------	-------	-------	------	------

День 4

ТТК-130	Салат "Метелка" (капуста св., морковь св., свежая отв., масло раст.)	60	100	0,6	1,0	2,4	4,0	4,8	8,0	42,0	70,0	0,04	0,07	0,00	0,00	4,30	7,12	0,25	0,41	16,7	27,9	18,0	30,0	11,1	18,5	0,78	1,30
ТТК 734к	Коглеты рыбные "Морзячка" с маслом	75/5	2/50/5	11,0	14,7	8,0	10,7	7,3	9,7	117,0	156,0	0,06	0,08	0,20	0,27	0,72	1,20	0,72	0,97	96,6	128,8	168,3	214,4	26,6	35,5	0,79	1,06
520/04	Картофельное пюре	150	180	3,2	3,8	6,8	8,2	21,9	26,3	140,0	160,0	0,16	0,19	0,09	0,11	10,90	13,08	0,37	0,44	48,3	58,0	97,0	116,4	30,0	36,0	1,23	1,48
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	200/7	0,3	0,3	0,0	0,0	15,2	15,2	60,0	60,0	0,01	0,01	0,00	0,00	2,83	2,83	0,00	0,00	8,5	8,5	10,0	10,0	1,4	1,4	0,07	0,07
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Пряник	38	38	1,9	1,9	1,1	1,1	31,0	31,0	141,9	141,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,7	5,7	25,9	25,9	0,0	0,0	0,4	0,4
Итого:				19,63	21,77	18,52	20,14	98,50	108,52	586,20	673,20	0,33	0,41	0,29	0,38	18,75	19,23	1,84	2,32	186,89	239,91	338,67	416,20	73,26	83,56	3,54	4,58

День 5

	Десерт фруктовый "Банан"	100	150	0,8	1,2	0,5	0,8	21,0	31,5	96,0	144,0	0,04	0,06	0,01	0,02	9,00	13,50	0,40	0,60	8,0	12,0	28,0	42,0	32,0	48,0	0,60	0,90
340/04	Омлет натуральный с маслом	150/5	200/5	15,03	20,03	18,59	24,59	2,85	3,80	213,0	284,0	0,11	0,14	0,30	0,55	0,23	0,31	2,49	3,16	387,8	512,9	581,7	769,4	18,6	24,6	1,25	1,86
692/04	Кофейный напиток	200	200	2,5	2,5	3,6	3,6	16,0	16,0	101,0	101,0	0,01	0,01	0,02	0,02	0,30	0,30	0,14	0,14	64,0	64,0	22,9	22,9	14,0	14,0	0,13	0,13
ТТК-726	Блинчики с повидлом	63	63	3,5	3,5	1,5	1,5	30,6	30,6	149,4	149,4	0,05	0,05	0,05	0,05	0,03	0,03	0,00	0,00	132,0	132,0	135,0	135,0	23,0	23,0	1,00	1,00
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
Итого:				24,42	28,82	24,32	26,57	88,72	100,17	644,71	717,71	0,27	0,32	0,38	0,63	9,56	14,14	3,53	4,40	602,90	732,00	787,10	988,75	88,44	101,80	3,25	4,16

День 6

ТТК-172	Винегрет с фасолью (картофель отв., свежая отв., морковь отв., сол. огурцы коне., лук репч., масло раст., фасоль красная)	60	100	1,1	1,9	7,2	12,0	6,7	11,2	96,5	160,9	0,04	0,06	0,00	0,00	5,88	9,80	0,19	0,33	16,7	27,9	24,3	40,5	11,1	18,5	0,78	1,30
437/04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	13,9	13,9	6,5	6,5	4,0	4,0	132,0	132,0	0,03	0,03	0,13	0,13	0,01	0,01	0,42	0,42	79,2	79,2	165,0	165,0	27,2	27,2	1,15	1,15
302/04	Каша гречневая вязкая	150	180	4,5	5,4	6,8	8,2	19,6	26,9	150,0	180,0	0,20	0,24	0,09	0,10	0,00	0,00	0,40	0,48	190,0	208,8	112,0	134,4	31,7	38,0	1,00	1,20
	Сок	200	200	0,0	0,0	0,0	0,0	16,0	16,0	80,0	80,0	0,01	0,01	0,00	0,00	0,20	0,20	0,01	0,01	79,0	79,0	5,1	5,1	0,1	0,1	0,14	0,14
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
Итого:				18,63	21,27	16,68	21,28	64,62	76,40	543,88	638,24	0,34	0,40	0,22	0,23	6,09	10,01	1,52	1,74	376,04	406,00	325,86	364,49	74,26	76,00	3,34	4,06

День 7

45/04	Салат из крапеной капусты	60	100	0,7	1,1	3,0	5,0	4,8	8,0	48,8	81,4	0,00	0,00	0,02	0,03	14,46	24,10	0,38	0,63	55,6	92,6	25,1	41,9	3,8	6,3	0,00	0,00
ТТК633к	Спазы "Любимые с сыром" с маслом	75/5	2/60/5	8,25	13,25	11,3	21,9	4,5	7,23	152,5	279,5	0,06	0,09	0,03	0,15	0,6	0,94	0,2	1,34	87,6	141,24	142,7	229,3	21,5	34,51	1	1,61
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	150	180	7,5	9,0	14,0	16,8	22,40	26,90	168,80	202,50	0,12	0,14	0,06	0,07	0,00	0,00	0,89	1,07	21,2	25,4	19,20	23,00	29,42	35,30	2,36	2,84
685/04	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	15,0	15,0	58,0	58,0	0,01	0,01	0,00	0,00	0,10	0,10	0,00	0,00	5,3	5,3	8,3	8,3	4,4	4,4	0,01	0,01
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Печенье сахарное	17	34	1,9	3,8	1,2	2,4	12,5	25,0	86,2	172,4	0,05	0,09	0,00	0,00	0,08	0,15	0,00	0,00	7,7	15,4	0,0	0,0	7,1	14,1	0,35	0,70
Итого:				21,14	25,94	29,68	39,82	77,50	90,43	599,68	779,16	0,30	0,39	0,11	0,25	15,24	24,29	1,97	3,54	188,41	291,01	214,79	321,95	70,35	86,79	3,99	5,43

День 8

	Десерт фруктовый "Яблоко"	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	8,1	12,1	32,3	48,4	0,07	0,10	0,00	0,00	11,00	16,50	0,20	0,30	60,0	90,1	19,9	29,9	5,5	8,2	0,27	0,40
--	---------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------	------	------	-----	-----	------	------

ТК-62	Салат из отварной свеклы	60	100	0,6	1,0	3,6	6,0	4,8	8,0	54,0	90,0	0,02	0,04	0,00	0,00	5,70	9,50	1,67	2,78	21,1	35,2	17,4	29,0	12,5	20,9	0,78	1,30
ТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/100	50/150	19,77	26,36	11,62	15,50	44,23	58,98	394,05	525,40	0,07	0,07	0,06	0,06	0,38	0,51	0,63	0,63	55,0	55,0	390,00	390,00	43,00	43,00	1,29	1,29
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,4	0,4	0,0	0,0	23,6	23,6	94,0	94,0	0,00	0,00	0,00	0,00	5,90	5,90	0,10	0,10	1,4	1,4	5,0	5,0	1,1	1,1	0,07	0,07
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Итого:			23,40	30,39	15,40	21,68	89,00	102,98	644,69	743,14	0,22	0,27	0,06	0,06	22,98	22,41	3,10	4,31	148,66	192,80	451,83	473,40	66,31	77,40	2,68	3,33

День 9

17/10.	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	100	0,54	0,90	4,6	7,6	1,7	2,9	63,6	106,0	0,02	0,05	0,00	0,00	9,78	16,30	1,60	2,67	24,0	40,0	27,5	45,9	10,0	16,7	0,75	1,25
436/04	Жаркое по-домашнему	200	200	14,2	14,2	9,8	9,8	23,0	23,0	237,0	237,0	0,18	0,18	0,01	0,01	0,00	0,00	0,96	0,96	57,9	57,9	198,0	198,0	28,7	28,7	0,90	0,90
ТК-147	Компот из черной смородины	200	200	0,2	0,2	0,0	0,0	21,6	21,6	87,2	87,2	0,00	0,00	0,14	0,14	5,80	5,80	0,20	0,20	13,8	13,8	9,5	9,5	5,0	5,0	0,28	0,28
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Итого:			16,57	17,93	14,54	17,58	64,64	65,80	473,14	515,54	0,26	0,29	0,15	0,15	15,58	17,10	3,26	4,33	106,84	122,83	254,52	272,90	47,88	54,57	2,20	2,70

День 10

	Десерт фруктовый "Банан"	100	150	0,8	1,2	0,5	0,8	21,0	31,5	96,0	144,0	0,04	0,06	0,01	0,02	9,00	13,50	0,40	0,60	8,0	12,0	28,0	42,0	32,0	48,0	0,60	0,90
ТТК08н	Запеканка из творога "Угливер" с вареньем	150/30	150/50	15,6	17,3	17,0	17,1	49,8	64,6	433,5	490,5	0,09	0,09	0,18	0,18	1,40	1,40	1,50	1,50	215,6	239,6	309,6	309,6	35,0	35,0	1,20	1,20
648/04	Кисель	200	200	0,0	0,0	0,0	0,0	30,6	30,6	118,0	118,0	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	2,00	0,10	0,10	0,0	0,0	0,2	0,2	0,0	0,0	0,30	0,30
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Итого:			18,99	21,12	17,71	17,98	100,14	127,00	717,84	737,84	0,19	0,21	0,19	0,19	12,40	14,90	2,50	2,70	234,70	262,70	357,30	371,30	71,20	87,20	2,37	2,67

День 11

ТТКЭн	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	60	100	1,5	2,5	3,1	5,2	4,0	6,7	46,9	78,2	0,05	0,08	0,02	0,03	4,30	7,12	0,50	0,90	24,1	40,2	12,9	21,5	12,7	21,2	0,36	0,60
374/04	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	75/50	9,6	14,4	5,5	8,3	5,6	8,4	80,4	120,6	0,01	0,01	0,08	0,09	3,00	3,21	1,30	1,54	189,0	236,3	257,0	278,0	21,1	31,1	0,80	1,25
520/04	Картофельное пюре	150	180	3,2	3,8	6,8	8,2	21,9	26,3	140,0	160,0	0,16	0,19	0,09	0,11	10,90	13,08	0,37	0,44	48,3	58,0	97,0	116,4	30,0	36,0	1,23	1,48
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	200/7	0,3	0,3	0,0	0,0	15,2	15,2	60,0	60,0	0,01	0,01	0,00	0,00	2,83	2,83	0,00	0,00	8,5	8,5	10,0	10,0	1,4	1,4	0,07	0,07
	Пряник	38	38	1,9	1,9	1,1	1,1	31,0	31,0	141,9	141,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,7	5,7	25,9	25,9	0,0	0,0	0,4	0,4
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27
	Итого:			17,11	19,93	16,74	22,93	88,00	94,88	554,48	645,96	0,29	0,35	0,19	0,23	19,03	19,24	2,67	3,38	286,67	359,66	422,31	471,30	69,36	93,86	3,13	4,07

День 12

ТК-1025	Салат "Радужный" (морковь отв. свекла отв.гор. зел.консерв. масло раст.)	60	100	1,2	2,0	3,1	5,2	5,0	8,3	52,9	88,2	0,04	0,07	0,02	0,03	4,56	7,60	0,30	0,50	19,1	31,8	13,8	23,0	4,9	8,2	0,45	0,75
ТК-738	Копченый "Крестьянский" с маслом	75/5	2150/5	10,05	13,05	3,12	5,20	4,98	8,30	52,92	88,20	0,04	0,07	0,02	0,03	4,56	7,60	0,30	0,50	19,08	31,80	13,80	23,00	4,92	8,20	0,45	0,75
332/04	Макароны отварные	150	180	5,3	6,4	6,2	7,4	35,3	42,3	218,0	261,4	0,09	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,80	0,96	19,8	23,8	45,4	54,5	8,9	10,7	0,36	0,43
638/04	Компот из кураги	200	200	1,2	1,2	0,0	0,0	28,0	28,0	126,0	126,0	0,03	0,03	0,00	0,00	1,90	1,90	1,10	1,10	39,6	39,6	4,0	4,0	0,3	0,3	0,01	0,01
	Хлеб пшеничный	30	30	2,6	2,6	0,2	0,2	18,3	18,3	85,3	85,3	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	11,1	11,1	19,5	19,5	4,2	4,2	0,27	0,27

Итого:	18,38	19,68	12,62	17,98	83,51	94,20	535,18	649,14	0,26	0,34	0,04	0,06	11,02	15,10	3,00	3,56	108,66	138,10	146,50	174,00	23,24	31,60	1,54	2,21
Итого за 12 дней	231,09	269,97	225,58	275,93	995,53	1143,17	7028,22	8139,55	3,23	3,88	2,15	2,78	172,08	211,23	28,00	35,85	2693,13	3303,11	4036,72	4807,77	750,05	900,67	34,60	44,56
Средняя величина за 12 дней	19,26	22,50	18,80	22,99	82,96	95,26	585,68	678,30	0,27	0,32	0,18	0,23	14,34	17,60	2,33	2,99	224,43	275,26	336,39	400,65	62,50	75,06	2,88	3,71
Соотношение белков жиров и углеводов	1,0	1,0	1,0	1,0	4,0	4,0																		

* Младшие классы - с 7 до 11 лет

* Старшие классы - с 11 лет и старше

Примечание: при составлении меню использованы:

1. СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования"
 2. Сборник технических нормативов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общ. питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапиной, 2004 г. г. Москва
 3. Сборник технических нормативов: Сборник рецептов, блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под общей редакцией М.П. Моргиной и В.А. Тутельяна, 2010 г. г. Москва
 4. Технико-технологические карты, разработанные ООО "Школьное питание"
- Согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 с 1 марта блюда из овощей урожая прошлого года заменяются на другие блюда, в которых овощи проходят термическую обработку.
- Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 7 до 11 лет, с 11 лет и старше в пищевых веществах и энергии для завтрака согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования"

Нормы физиологических потребностей для завтрака, рекомендуемые детям	с 7 до 11 лет		с 11 лет и старше	
	Белки, гр	15,4-19,25	18,0-22,5	
Жиры, гр	15,8-19,8	18,4-23,0		
Углеводы, гр	67,0-83,8	76,6-95,75		
Энергетич. ценность, ккал	470-587,5	542,6-678,25		
Витамин В ₁ (мг)	0,24-0,3	0,28-0,35		
Витамин А(мг)	0,14-0,18	0,18-0,23		
Витамин С(мг)	12,0-15,0	14,0-17,5		
Витамин Е(мг)	2,0-2,5	2,4-3,0		
Кальций(мг)	220-275	240-300		
Фосфор(мг)	330-412,5	360-450		
Магний(мг)	50,0-62,5	60-75		
Железо(мг)	2,4-3,0	3,4-4,3		

Генеральный директор ООО "Школьное питание"

В.П.Гусева

Мартьянова Г.Н. т.53-72-48

Мартьянова Г.Н.

