

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАОУ "Лицей №11 "

В.О. Потапова



# ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ПЕРИОД ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕТНИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПЛОЩАДОК

на 2024 год

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ПЕРИОД ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕТНИХ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПЛОЩАДОК**

| №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                               | Выход, гр       | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энерг.<br>Ценность<br>ккал | Витамины    |             | Минеральные в-ва |               |              |  |
|----------------|------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|------------------|---------------|--------------|--|
|                | <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                  |                 |              |              |               |                            | B1          | B2          | C                | Ca            | Fe           |  |
|                | <b>1 ДЕНЬ</b>                                                    |                 |              |              |               |                            |             |             |                  |               |              |  |
|                | <b>ЗАВТРАК</b>                                                   |                 |              |              |               |                            |             |             |                  |               |              |  |
| 182М           | Каша рисовая мол с м/с и сах                                     | 250/10/5        | 5,80         | 12,18        | 25,42         | 331,00                     | 0,07        | 0,20        | 1,33             | 149,00        | 0,57         |  |
| 15М            | Сыр Российский (порц)                                            | 10              | 2,32         | 2,95         | 0,00          | 36,00                      | 0,01        | 0,05        | 0,10             | 88,00         | 0,10         |  |
| 14М            | Масло сливочное (порц)                                           | 15              | 0,12         | 10,88        | 0,20          | 99,00                      | 0,00        | 0,02        | 0,00             | 3,60          | 0,03         |  |
| 473/2012       | Булочка "Веснушка"                                               | 100             | 5,60         | 4,10         | 46,40         | 311,00                     | 0,00        | 0,00        | 0,00             | 0,00          | 0,00         |  |
| ТТК            | Батон домашний                                                   | 40              | 3,20         | 0,40         | 19,30         | 93,50                      | 0,01        | 0,00        | 0,00             | 9,20          | 0,60         |  |
| 382М           | Какао с молоком                                                  | 200             | 4,10         | 3,50         | 17,60         | 118,60                     | 0,06        | 0,19        | 1,59             | 152,20        | 0,48         |  |
|                | <b>Итого:</b>                                                    | <b>630</b>      | <b>21,14</b> | <b>34,01</b> | <b>108,92</b> | <b>989,10</b>              | <b>0,15</b> | <b>0,46</b> | <b>3,02</b>      | <b>402,00</b> | <b>1,78</b>  |  |
|                | <b>ОБЕД</b>                                                      |                 |              |              |               |                            |             |             |                  |               |              |  |
| 82М            | Борщ с капустой, картофелем, мясом(говядина), сметаной и зеленью | 200/20/10/<br>2 | 10,80        | 5,62         | 8,75          | 138,00                     | 0,05        | 0,04        | 10,70            | 29,67         | 1,23         |  |
| 290М/330М      | Филе птицы тушеное в сметанном соусе                             | 100             | 13,17        | 15,61        | 12,85         | 248,00                     | 0,20        | 0,09        | 1,48             | 45,38         | 5,15         |  |
| 309М           | Макароны отварные с м/с                                          | 150/5           | 5,64         | 5,98         | 31,48         | 202,00                     | 0,06        | 0,03        | 0,00             | 12,55         | 0,84         |  |
| 71М            | Овощи по сезону                                                  | 60              | 0,67         | 0,06         | 2,10          | 12,00                      | 0,01        | 0,01        | 0,02             | 1,20          | 0,01         |  |
|                | Сок фруктовый                                                    | 300             | 0,20         | 0,03         | 22,80         | 93,00                      | 0,00        | 0,00        | 4,25             | 2,13          | 0,54         |  |
| 338М,<br>339М  | Фрукты по сезону                                                 | 100             | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00                      | 0,03        | 0,02        | 10,00            | 16,00         | 1,80         |  |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 20              | 1,10         | 0,20         | 9,80          | 46,00                      | 0,02        | 0,00        | 0,00             | 4,60          | 0,62         |  |
| ТТК            | Батон домашний                                                   | 40              | 3,20         | 0,40         | 19,30         | 93,50                      | 0,01        | 0,00        | 0,00             | 9,20          | 0,60         |  |
|                | <b>Итого:</b>                                                    | <b>1007</b>     | <b>35,18</b> | <b>28,30</b> | <b>116,88</b> | <b>879,50</b>              | <b>0,38</b> | <b>0,19</b> | <b>26,45</b>     | <b>120,73</b> | <b>10,79</b> |  |
|                | <b>2 ДЕНЬ</b>                                                    |                 |              |              |               |                            |             |             |                  |               |              |  |
|                | <b>ЗАВТРАК</b>                                                   |                 |              |              |               |                            |             |             |                  |               |              |  |
| 15М            | Сыр Российский (порц)                                            | 10              | 2,32         | 2,95         | 0,00          | 36,00                      | 0,01        | 0,05        | 0,10             | 88,00         | 0,10         |  |

|                        |                                                          |          |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
|------------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|--------|-------|
| 278М/31М               | Тфтели (из филе птицы) с соусом                          | 110      | 11,20 | 16,70 | 6,60   | 222,50 | 0,03 | 0,09 | 0,80  | 39,60  | 5,04  |
| 302М                   | Каша гречневая рассыпчатая с м/сл                        | 150/10   | 9,30  | 8,45  | 39,05  | 264,30 | 0,31 | 0,60 | 0,00  | 15,03  | 5,02  |
| 71М                    | Овощи по сезону                                          | 60       | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
| 379М                   | Кофейный напиток с молоком                               | 200      | 3,17  | 2,68  | 15,94  | 100,60 | 0,12 | 0,16 | 1,30  | 125,78 | 0,13  |
| ТТК                    | Батон домашний                                           | 40       | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                        | Итого:                                                   | 580      | 29,86 | 31,24 | 82,99  | 728,90 | 0,49 | 0,91 | 2,22  | 278,81 | 10,90 |
|                        | ОБЕД                                                     |          |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
|                        |                                                          |          |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| 103М                   | Суп картофельный с вермишелью, мясом(говядина) и зеленью | 200/20/2 | 11,56 | 3,98  | 14,00  | 150,00 | 0,11 | 0,06 | 8,25  | 29,20  | 1,13  |
| 268М                   | Котлета из мяса (свинина), м.сл.                         | 100/10   | 7,35  | 16,76 | 8,54   | 221,00 | 0,20 | 0,10 | 2,84  | 16,00  | 1,20  |
| 302М                   | Каша пшеничная рассыпчатая с м/сл                        | 150/10   | 6,90  | 7,20  | 39,50  | 242,00 | 0,13 | 0,61 | 0,00  | 24,60  | 3,08  |
| 71М                    | Овощи по сезону                                          | 60       | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
| 342М, 344М, 348М, 349М | Компот из свежих или свежемороженых плодов и ягод        | 200      | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,60 | 0,01 | 0,01 | 0,90  | 14,18  | 0,95  |
| 338М, 339М             | Фрукты по сезону                                         | 100      | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00  | 0,03 | 0,02 | 10,00 | 16,00  | 1,80  |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                     | 20       | 1,10  | 0,20  | 9,80   | 46,00  | 0,02 | 0,00 | 0,00  | 4,60   | 0,62  |
| ТТК                    | Батон домашний                                           | 40       | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                        | Итого:                                                   | 912      | 31,34 | 29,16 | 130,92 | 926,10 | 0,52 | 0,81 | 22,01 | 114,98 | 9,39  |
|                        | 3 ДЕНЬ                                                   |          |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
|                        | ЗАВТРАК                                                  |          |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| 288М                   | Птица отварная                                           | 90       | 21,01 | 23,24 | 0,40   | 295,00 | 0,43 | 0,02 | 2,12  | 50,40  | 1,71  |
| 309М                   | Макаронны отварные с м/с                                 | 150/10   | 6,64  | 7,98  | 32,40  | 232,00 | 0,07 | 0,03 | 0,00  | 12,59  | 0,91  |
| 71М                    | Овощи по сезону                                          | 60       | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
| 377М                   | Чай с сахаром и лимоном                                  | 200/15/7 | 0,13  | 0,02  | 15,20  | 62,00  | 0,00 | 0,00 | 2,83  | 14,20  | 0,36  |
| ТТК                    | Батон домашний                                           | 40       | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                        | Итого:                                                   | 572      | 31,65 | 31,70 | 69,40  | 694,50 | 0,52 | 0,06 | 4,97  | 87,59  | 3,59  |

[illegible]

[illegible]

[illegible]

|                       |                                                           |             |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-------------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|--------|-------|
| 102М                  | Суп картофельный с бобовым, мясом(говядина) и зеленью     | 200/20/2    | 13,60 | 5,88  | 13,20  | 174,00 | 0,23 | 0,07 | 5,83  | 42,68  | 0,88  |
| 291М                  | Плов из филе птицы                                        | 250         | 28,05 | 28,10 | 42,80  | 435,00 | 0,10 | 1,67 | 2,13  | 23,70  | 4,42  |
| 71М                   | Овощи по сезону                                           | 60          | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
|                       | Сок фруктовый                                             | 200         | 0,13  | 0,02  | 15,20  | 62,00  | 0,00 | 0,00 | 2,83  | 14,20  | 0,36  |
| 338М, 339М            | Фрукты по сезону                                          | 100         | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00  | 0,03 | 0,02 | 10,00 | 16,00  | 1,80  |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                                      | 20          | 1,10  | 0,20  | 9,80   | 46,00  | 0,02 | 0,00 | 0,00  | 4,60   | 0,62  |
| ТТК                   | Батон домашний                                            | 40          | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                       | Итого:                                                    | 892         | 47,15 | 35,06 | 112,20 | 869,50 | 0,40 | 1,77 | 20,81 | 111,58 | 8,69  |
| <b>2 ДЕНЬ</b>         |                                                           |             |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| <b>ЗАВТРАК</b>        |                                                           |             |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| 15М                   | Сыр Российский (порц)                                     | 10          | 2,32  | 2,95  | 0,00   | 36,00  | 0,01 | 0,05 | 0,10  | 88,00  | 0,10  |
| 14М                   | Масло сливочное (порц)                                    | 15          | 0,12  | 10,88 | 0,20   | 99,00  | 0,00 | 0,02 | 0,00  | 3,60   | 0,03  |
| 294М                  | Котлета из филе птицы м/сл                                | 90/5        | 8,55  | 11,38 | 8,75   | 172,00 | 0,06 | 0,13 | 0,46  | 30,38  | 26,00 |
| 302М                  | Каша гречневая рассыпчатая с м/сл                         | 150/5       | 8,60  | 6,45  | 38,64  | 243,00 | 0,21 | 0,50 | 0,00  | 14,82  | 4,56  |
| 71М                   | Овощи по сезону                                           | 60          | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
| 379М                  | Кофейный напиток с молоком                                | 200         | 3,17  | 2,68  | 15,94  | 100,60 | 0,12 | 0,16 | 1,30  | 125,78 | 0,13  |
|                       | Кондитерские изделия                                      | 30          | 1,73  | 9,57  | 19,23  | 78,67  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 8,00   | 0,30  |
| ТТК                   | Батон домашний                                            | 40          | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                       | Итого:                                                    | 605         | 28,36 | 44,36 | 104,16 | 834,77 | 0,43 | 0,87 | 1,88  | 280,98 | 31,73 |
| <b>ОБЕД</b>           |                                                           |             |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| 82М                   | Борщ с кап, картоф, мясом (говядина) , сметаной и зеленью | 200/20/10/2 | 10,80 | 5,62  | 8,75   | 138,00 | 0,05 | 0,04 | 10,70 | 29,67  | 1,23  |
| 260М                  | Гуляш (говядина)                                          | 100         | 19,22 | 25,02 | 37,00  | 316,00 | 0,10 | 1,67 | 2,13  | 23,70  | 4,42  |
| 302М                  | Каша пшениная рассыпч с м/сл                              | 150/5       | 6,60  | 5,70  | 37,80  | 230,00 | 0,20 | 0,02 | 0,00  | 16,64  | 1,54  |
| 71М                   | Овощи по сезону                                           | 60          | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
| 342М, 344М,348М, 349М | Компот из свежих или свежемороженых плодов и ягод         | 200         | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,60 | 0,01 | 0,01 | 0,90  | 14,18  | 0,95  |

|                             |                                                                |                 |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|--------|-------|
| 338М,<br>339М               | Фрукты по сезону                                               | 100             | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00  | 0,03 | 0,02 | 10,00 | 16,00  | 1,80  |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                                           | 20              | 1,10  | 0,20  | 9,80   | 46,00  | 0,02 | 0,00 | 0,00  | 4,60   | 0,62  |
| ТТК                         | Батон домашний                                                 | 40              | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                             | Итого:                                                         | 752             | 42,15 | 37,56 | 152,43 | 997,10 | 0,43 | 1,77 | 23,75 | 115,19 | 11,17 |
|                             | 3 ДЕНЬ                                                         |                 |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
|                             | ЗАВТРАК                                                        |                 |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| 14М                         | Масло сливочное (пору)                                         | 10              | 0,08  | 7,25  | 0,13   | 66,00  | 0,00 | 0,01 | 0,00  | 2,4    | 0,02  |
| 290М/330М                   | Филе птицы тушеное в сметанном соусе                           | 100             | 13,17 | 15,61 | 12,85  | 248,00 | 0,20 | 0,09 | 1,48  | 45,38  | 5,15  |
| 309М                        | Макароны отварные с м/сл                                       | 150/5           | 5,64  | 5,98  | 31,48  | 202,00 | 0,06 | 0,03 | 0,00  | 12,55  | 0,84  |
| 71М                         | Овощи по сезону                                                | 60              | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
| 377М                        | Чай с сахаром и лимоном                                        | 200/15/7        | 0,13  | 0,02  | 15,20  | 62,00  | 0,00 | 0,00 | 2,83  | 14,20  | 0,36  |
|                             | Кондитерские изделия                                           | 40              | 2,75  | 14,30 | 29,15  | 264,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00  |
| ТТК                         | Батон домашний                                                 | 40              | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                             | Итого:                                                         | 627             | 25,64 | 43,62 | 110,21 | 947,50 | 0,28 | 0,14 | 4,33  | 82,53  | 6,98  |
|                             | ОБЕД                                                           |                 |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| 96М                         | Рассолыник ленинградский с мясом(говядина), сметаной и зеленью | 200/20/10/<br>2 | 10,96 | 5,78  | 9,60   | 141,00 | 0,09 | 0,06 | 8,40  | 29,20  | 0,90  |
| 287М/331М                   | Тефтели (свинина) с соусом                                     | 110             | 13,70 | 15,61 | 12,85  | 248,00 | 0,20 | 0,10 | 1,48  | 45,38  | 5,15  |
| 312М                        | Пюре картофельное с м/сл                                       | 150/5           | 2,98  | 4,00  | 18,50  | 122,40 | 0,11 | 0,09 | 0,16  | 34,50  | 0,95  |
| 71М                         | Овощи по сезону                                                | 60              | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00  | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01  |
| 342М,<br>344М,348М,<br>349М | Компот из свежих или свежемороженых плодов и ягод              | 200             | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,60 | 0,01 | 0,01 | 0,90  | 14,18  | 0,95  |
| 338М,<br>339М               | Фрукты по сезону                                               | 100             | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00  | 0,03 | 0,02 | 10,00 | 16,00  | 1,80  |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                                           | 20              | 1,10  | 0,20  | 9,80   | 46,00  | 0,02 | 0,00 | 0,00  | 4,60   | 0,62  |
| ТТК                         | Батон домашний                                                 | 40              | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50  | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60  |
|                             | Итого:                                                         | 917             | 33,17 | 26,61 | 109,83 | 824,50 | 0,48 | 0,29 | 20,96 | 154,26 | 10,98 |
|                             | 4 ДЕНЬ                                                         |                 |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
|                             | ЗАВТРАК                                                        |                 |       |       |        |        |      |      |       |        |       |
| 15М                         | Сыр Российский (пору)                                          | 10              | 2,32  | 2,95  | 0,00   | 36,00  | 0,01 | 0,05 | 0,10  | 88,00  | 0,10  |

|                        |                                                     |          |       |       |        |         |      |      |       |        |      |
|------------------------|-----------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|--------|------|
| 14М                    | Масло сливочное (порц)                              | 10       | 0,08  | 7,25  | 0,13   | 66,00   | 0,00 | 0,01 | 0,00  | 2,4    | 0,02 |
| 223М/358(04)           | Запеканка из творога с соусом клубничным            | 150      | 21,92 | 16,58 | 42,00  | 405,00  | 0,09 | 0,45 | 0,70  | 291,00 | 0,10 |
| 338М, 339М             | Фрукты по сезону                                    | 100      | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 0,03 | 0,02 | 10,00 | 16,00  | 1,80 |
|                        | Кондитерские изделия                                | 30       | 1,73  | 9,57  | 19,23  | 78,67   | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 8,00   | 0,30 |
| 382М                   | Какао с молоком                                     | 200      | 4,10  | 3,50  | 17,60  | 118,60  | 0,06 | 0,19 | 1,59  | 152,20 | 0,48 |
| ТТК                    | Батон домашний                                      | 40       | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50   | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60 |
|                        | Итого:                                              | 540      | 33,75 | 40,65 | 108,06 | 844,77  | 0,21 | 0,72 | 12,39 | 564,40 | 3,40 |
|                        | ОБЕД                                                |          |       |       |        |         |      |      |       |        |      |
| 103М                   | Суп картоф с вермишелью, мясом (говядина) и зеленью | 200/20/2 | 11,56 | 3,98  | 14,00  | 150,00  | 0,11 | 0,06 | 8,25  | 29,20  | 1,13 |
| 259М                   | Жаркое по-домашнему (свинина)                       | 200      | 14,10 | 33,70 | 18,90  | 438,00  | 0,42 | 0,17 | 7,73  | 32,80  | 3,45 |
| 71М                    | Овощи по сезону                                     | 60       | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00   | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01 |
| 338М, 339М             | Фрукты по сезону                                    | 100      | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 0,03 | 0,02 | 10,00 | 16,00  | 1,80 |
| 342М, 344М, 348М, 349М | Компот из свежих или свежемороженных плодов и ягод  | 200      | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,60  | 0,01 | 0,01 | 0,90  | 14,18  | 0,95 |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                | 20       | 1,10  | 0,20  | 9,80   | 46,00   | 0,02 | 0,00 | 0,00  | 4,60   | 0,62 |
| ТТК                    | Батон домашний                                      | 40       | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50   | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60 |
|                        | Итого:                                              | 842      | 31,19 | 38,90 | 101,78 | 901,10  | 0,61 | 0,27 | 26,90 | 107,18 | 8,56 |
|                        | 5 ДЕНЬ                                              |          |       |       |        |         |      |      |       |        |      |
|                        | ЗАВТРАК                                             |          |       |       |        |         |      |      |       |        |      |
| 14М                    | Масло сливочное( порц)                              | 10       | 0,08  | 7,25  | 0,13   | 66,00   | 0,00 | 0,01 | 0,00  | 2,4    | 0,02 |
| 288М                   | Птица отварная                                      | 90       | 21,01 | 23,24 | 0,40   | 295,00  | 0,43 | 0,02 | 2,12  | 50,40  | 1,71 |
| 302М                   | Каша пшеничная рассыпчатая с м/сл                   | 150/5    | 6,30  | 5,70  | 38,80  | 221,00  | 0,10 | 0,50 | 0,00  | 24,00  | 2,69 |
| 71М                    | Овощи по сезону                                     | 60       | 0,67  | 0,06  | 2,10   | 12,00   | 0,01 | 0,01 | 0,02  | 1,20   | 0,01 |
| ТТК                    | Булочка с корицей                                   | 100      | 5,10  | 23,50 | 35,40  | 235,00  | 0,01 | 0,05 | 0,00  | 18,00  | 1,30 |
| 382М                   | Какао с молоком                                     | 200      | 4,10  | 3,50  | 17,60  | 118,60  | 0,06 | 0,19 | 1,59  | 152,20 | 0,48 |
| ТТК                    | Батон домашний                                      | 40       | 3,20  | 0,40  | 19,30  | 93,50   | 0,01 | 0,00 | 0,00  | 9,20   | 0,60 |
|                        | Итого:                                              | 655      | 40,46 | 63,65 | 113,73 | 1041,10 | 0,62 | 0,78 | 3,73  | 255,00 | 6,81 |

[illegible]

|  |                         |  |        |        |         |          |      |       |        |         |        |
|--|-------------------------|--|--------|--------|---------|----------|------|-------|--------|---------|--------|
|  | Итого за неделю         |  | 392,18 | 435,10 | 1294,59 | 10391,56 | 5,12 | 7,93  | 186,92 | 2128,21 | 114,55 |
|  | Итого среднее за неделю |  | 65,36  | 72,52  | 215,77  | 1731,93  | 0,85 | 1,32  | 31,15  | 354,70  | 19,09  |
|  | Итого за период         |  | 761,07 | 818,34 | 2589,38 | 20846,08 | 9,94 | 16,21 | 390,52 | 4331,28 | 225,36 |
|  | Итого среднее за период |  | 63,42  | 68,19  | 215,78  | 1737,17  | 0,83 | 1,35  | 32,54  | 360,94  | 18,78  |

**ПРИМЕЧАНИЕ:**

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. М.2017г
2. Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения. СанПиН2.3/2.4.3590-20

Для приготовления блюд используется продукция с йодсодержащими элементами — с целью поддержания микронутриентов в организме детей. В рационе — йодированная соль, морская рыба.