

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО "Школьное питание"



В.П.Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

Директор
ГБОУ "Набережночелнинской школы
№68 для детей с ограниченными
возможностями здоровья"

Е.Б.Доценко

**Примерное двухнедельное меню трехразового горячего питания
учащихся общеобразовательной специальной (коррекционной) школы № 68 на 2023 год**

№ рец., ТТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции*		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)	
				Белки		Жиры		Углеводы			
1 день											
Завтрак											
		младш	старш	млад	старш	млад	стар	млад	старш	млад	старш
	Десерт фруктовый "Яблоко"	150.	100.	0,90	0,60	0,00	0,00	12,45	8,30	53,40	35,60
3./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10.	30/5/10	5,00	5,00	12,60	12,60	15,60	15,60	195,80	195,80
311./04	Каша молочная ячневая с маслом	200/5.	200/5	4,27	4,27	8,70	8,70	28,70	28,70	210,18	210,18
ТТК343Н	Кофейный напиток полусладкий	200	200	1,88	1,88	2,12	2,12	15,41	15,41	88,25	88,25
	Итого			12,05	11,75	23,42	23,42	72,16	68,01	547,63	529,83
Обед											
ТТК130	Салат "Метелка" (капуста св., морковь св., свекла отв., масло растит)	100.	100	1,50	1,50	6,00	6,00	12,00	12,00	105,00	105,00
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мясными фрикадельками	250/25	250/25	9,95	9,95	9,60	9,60	22,30	22,30	215,40	215,40
ТТК992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	50/50	16,07	16,07	13,30	13,30	3,30	3,30	197,60	197,60
516/04	Макароны отварные	150	180	3,34	4,01	4,89	5,87	32,40	38,88	185,00	222,00
ТТК 268Н	Компот "Фруктово-Ягодный" из изюма	200	200	0,49	0,49	0,00	0,00	21,22	21,22	84,65	84,65
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			35,81	36,48	24,55	30,53	121,52	128,00	932,50	969,50
Полдник											
	Сок	200	200	0,10	0,10	0,00	0,00	22,00	22,00	88,00	88,00
	Печенье сахарное	36	36	2,61	2,61	4,77	4,77	24,64	24,64	151,90	151,90
	Итого			2,71	2,71	4,77	4,77	46,64	46,64	239,90	239,90
	Итого за день			50,57	50,94	52,74	58,72	240,32	242,65	1720,03	1739,23
2 день											
Завтрак											
	Десерт фруктовый "Банан"	200.	100.	0,00	0,00	0,80	0,40	43,60	21,80	181,60	90,80
3./04	Бутерброд с маслом	30/10.	30/10.	2,50	2,50	9,15	9,15	15,60	15,60	154,75	154,75
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/5.	200/5	20,00	20,00	33,40	33,40	3,80	3,80	398,00	398,00
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	200/7	0,30	0,30	0,00	0,00	15,20	15,20	60,00	60,00
	Итого			22,80	22,80	43,35	42,95	78,20	56,40	794,35	703,55
Обед											
ТТК-65	Морковь тертая с сахаром	100.	100	1,00	1,00	0,10	0,10	11,60	11,60	50,00	50,00
110/04	Борщ из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	250/25/10	250/25/10	7,41	7,41	9,35	9,35	13,26	13,26	165,70	165,70
ТТК84к	Котлеты "Татарские" запеченные с овощами (мексиканская смесь)	75/15.	2/50/15	10,50	13,75	9,78	13,03	9,40	11,90	168,00	221,00
510/04	Каша перловая вязкая	150	180.	3,00	3,60	5,85	7,02	21,30	25,56	151,50	181,80
ТТК-257Н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200.	200.	0,49	0,49	0,024	0,024	19,45	19,45	79,70	79,70
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			26,86	30,71	25,86	30,28	105,31	117,07	759,75	843,05
Полдник											
458/10.	Ватрушка с повидлом	75.	75.	4,78	4,78	3,19	3,19	47,27	47,27	237,86	237,86
631/04	Молоко кипяченое	200	200.	5,80	5,80	5,00	5,00	9,60	9,60	178,00	178,00

	Итого			10,58	10,58	8,19	8,19	56,87	56,87	415,86	415,86
	Итого за день			60,24	64,09	77,40	81,42	240,38	230,34	1969,96	1962,00
	3 день										
	Завтрак										
3./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10.	30/5/10	5,00	5,00	12,60	12,60	15,60	15,60	195,80	195,80
337/04	Яйцо вареное	1 шт.	1 шт.	3,08	3,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,84	62,84
161./04	Суп молочный с крупой "Геркулесовой"	250	250.	6,60	6,60	8,60	8,60	18,30	18,30	176,00	176,00
ТТК198н	Какао с молоком полусладкий	200	200	3,40	3,40	2,80	2,80	17,00	17,00	106,70	106,70
	Итого			18,08	18,08	28,60	28,60	51,18	51,18	541,34	541,34
	Обед										
ТТК172	Винегрет с фасолью (картофель отв., свекла отв., морковь отв., сол. огурцы конс., лук репч., масло раст., фасоль красная)	100.	100.	1,90	1,90	12,00	12,00	11,20	11,20	160,90	160,90
134./04	Суп крестьянский с мякотью птицы со сметаной	250/25/10	250/25/10	7,64	7,64	9,91	9,91	11,93	11,93	167,47	167,47
ТТК 730к	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50.	12,30	12,30	6,50	6,50	3,70	3,70	107,00	107,00
520/04	Картофельное пюре	150	180	3,15	3,78	6,75	8,10	21,90	26,28	163,50	196,20
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	200	0,16	0,16	0,00	0,00	19,00	19,00	78,38	78,38
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			29,61	30,24	25,92	32,27	98,03	107,41	822,10	854,00
	Полдник										
ТТК272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	200.	0,09	0,09	0,00	0,00	19,68	19,68	78,70	78,70
734/04	Булочка "Домашняя"	50	50.	3,55	3,55	7,40	7,40	28,10	28,10	194,00	194,00
	Итого			3,64	3,64	7,40	7,40	47,78	47,78	272,70	272,70
	Итого за день			51,33	51,96	61,92	68,27	196,99	206,37	1636,14	1668,00
	4 день										
	Завтрак										
	Десерт фруктовый "Яблоко"	150.	100.	0,90	0,60	0,00	0,00	12,45	8,30	53,40	35,60
3./04	Бутерброд с маслом	30/10.	30/10.	2,50	2,50	9,15	9,15	15,60	15,60	154,75	154,75
ТТК98н	Запеканка из творога "Гулливвер" с повидлом	150/50.	150/50	14,00	14,00	18,90	18,90	55,30	55,30	447,30	447,30
ТТК 475	Чай полусладкий	200	200.	0,18	0,18	0,00	0,00	4,78	4,78	19,90	19,90
	Итого			17,58	17,28	28,05	28,05	88,13	83,98	675,35	657,50
	Обед										
ТТК62	Салат из отварной свеклы	100.	100	1,8	1,8	10,20	10,20	10,3	10,3	139,2	139,2
135/04	Суп из овощей с мясными фрикадельками со сметаной	250/25/10	250/25/10	5,31	5,31	7,93	7,93	13,38	13,38	146,00	146,00
ТТК417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/150	37,56	37,56	15,50	15,50	58,98	58,98	525,40	525,40
ТТК-264н	Компот "Фруктово-ягодный" из черной смородины	200	200	0,00	0,00	0,08	0,08	16,46	16,46	68,50	68,50
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			49,13	49,10	24,47	24,47	129,42	129,45	1023,95	1023,95
	Полдник										
	Бифилайф	200	200	5,80	5,80	5,00	5,00	9,40	9,40	106,00	106,00
	Пряник	40.	40.	1,92	1,92	3,20	3,20	30,80	30,80	159,7	159,7
	Итого			7,72	7,72	8,20	8,20	40,20	40,20	265,68	265,68
	Итого за день			74,43	74,10	60,72	60,72	257,75	253,63	1964,98	1947,00
	5 день										
	Завтрак										
ТТК 67	Салат из тертой моркови с изюмом	100.	100	0,20	0,20	10,00	10,00	20,00	20,00	85,00	85,00
3./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10.	30/5/10	5,00	5,00	12,60	12,60	15,60	15,60	195,80	195,80

311./04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5.	200/5	4,27	4,27	8,50	8,50	28,70	28,70	208,38	208,38
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	200	1,63	1,63	1,25	1,25	7,18	7,18	46,00	46,00
	Итого			11,10	11,10	32,35	32,35	71,48	71,48	535,18	535,18
	Обед										
16/10.	Салат из свежих огурцов	100.	100	0,60	0,60	7,40	7,40	3,00	3,00	79,00	79,00
148/04	Суп -лапша по домашнему с мякотью птицы	250/25	250/25	6,75	6,75	5,25	5,25	23,20	23,20	168,25	168,25
ТТК200н	Зразы "Любимые с сыром" запеченные с овощами (фасоль стручковая)	75/15.	2/60/15.	8,91	13,86	11,35	18,05	6,39	9,09	162,85	254,35
541./04	Рагу овощное	150	180.	2,92	3,50	6,40	7,67	15,70	18,84	121,20	145,44
ТТК 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из кураги	200	200	0,50	0,50	0,07	0,07	19,39	19,39	75,95	75,95
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			24,14	29,67	21,23	34,20	97,98	108,82	752,10	867,84
	Полдник										
	Десерт фруктовый "Апельсин"	150.	100.	1,35	0,90	0,00	0,00	12,60	8,40	57,00	38,00
	Сок	200	200	0,80	0,80	0,00	0,00	23,00	23,00	80,00	80,00
770/04	Булочка "Дорожная"	50	50.	3,55	3,55	7,40	7,40	28,10	28,10	194,00	194,00
	Итого			5,70	5,25	7,40	7,40	63,70	59,50	331,00	312,00
	Итого за день			40,94	46,02	60,98	73,95	233,16	239,80	1618,28	1715,02
	6 день										
	Завтрак										
	Десерт фруктовый "Яблоко"	150.	100.	0,90	0,60	0,00	0,00	12,45	8,30	53,40	35,60
3./04	Бутерброд с маслом	30/10.	30/10.	2,50	2,50	9,15	9,15	15,60	15,60	154,75	154,75
ТТК-301н	Каша молочная "Дружба" вязкая с маслом	200/5.	200/5	4,40	4,40	8,60	8,60	26,00	26,00	186,40	186,40
ТТК198н	Какао с молоком полусладкий	200	200	3,40	3,40	2,80	2,80	17,00	17,00	106,70	106,70
	Итого			11,20	10,90	20,55	20,55	71,05	66,90	501,25	483,45
	Обед										
43/04.	Салат из белокочанной капусты	100.	100.	1,40	1,40	5,09	5,09	9,00	9,00	88,00	88,00
ТТК51н	Уха "Рыбацкая"	250/25	250/25	7,32	7,32	2,01	2,01	14,80	14,80	111,35	111,35
437/04	Гуляш	50/50	50/50	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00
ТТК 446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	180	15,50	18,60	10,40	12,48	29,20	35,04	172,40	207,00
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200.	200.	0,49	0,49	0,024	0,024	19,45	19,45	79,70	79,70
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			43,07	46,17	24,78	26,86	106,75	112,59	728,30	762,90
	Полдник										
	Печенье сахарное	36	36	2,61	2,61	4,77	4,77	24,64	24,64	151,90	151,90
631/04	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,80	5,00	5,00	9,60	9,60	178,00	178,00
	Итого			8,41	8,41	9,77	9,77	34,24	34,24	329,90	329,90
	Итого за день			62,68	65,48	55,10	57,18	212,04	213,73	1559,45	1576,25
	7 день										
	Завтрак										
ТТК956	Салат "Фруктовый коктейль" (апельсины, яблоки, груши, сахар)	100	100	0,44	0,44	9,98	9,98	8,14	8,14	124,14	124,14
3./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10.	30/5/10	5,00	5,00	12,60	12,60	15,60	15,60	195,80	195,80
240/10.	Пудинг из творога с яблоками с повидлом	150/50.	150/50	20,64	20,64	16,09	16,09	30,19	30,19	347,00	347,00
ТТК 475	Чай полусладкий	200	200	0,18	0,18	0,00	0,00	4,78	4,78	19,90	19,90
	Итого			26,26	26,26	38,67	38,67	58,71	58,71	686,84	686,84
	Обед										
612/04	Маринад овощной	100.	100	1,24	1,24	10,00	10,00	8,80	8,80	130,16	130,16

110/04	Борщ из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	250/25/10	250/25/10	7,41	7,41	9,35	9,35	13,26	13,26	165,70	165,70
ТТК202н	Котлеты "Крестьянские" запеченные с овощами (мексиканская смесь)	75/15.	2/50/15.	9,66	12,66	6,05	8,05	9,39	11,89	130,35	170,35
510/04	Каша гречневая вязкая	150	180	4,50	5,40	6,80	8,16	22,35	26,82	171,00	205,20
ТТК 268н	Компот "Фруктово-Ягодный" из изюма	200	200	0,49	0,49	0,00	0,00	21,22	21,22	84,65	84,65
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			27,76	31,66	22,96	31,32	105,32	117,29	826,71	900,91
	<u>Полдник</u>										
ТТК272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	200.	0,09	0,09	0,00	0,00	19,68	19,68	78,70	78,70
734/04	Булочка "Домашняя"	50	50.	3,55	3,55	7,40	7,40	28,10	28,10	194,00	194,00
	Итого			3,64	3,64	7,40	7,40	47,78	47,78	272,70	272,70
	Итого за день			57,66	61,56	69,03	77,39	211,81	223,78	1786,25	1860,45
	<u>8 день</u>										
	<u>Завтрак</u>										
	Десерт фруктовый "Банан"	200.	100.	0,00	0,00	0,80	0,40	43,60	21,80	181,60	90,80
3./04	Бутерброд с маслом	30/10.	30/10.	2,50	2,50	9,15	9,15	15,60	15,60	154,75	154,75
ТТК 418	Омлет с кашей пшениной маслом	200/5.	200/5.	16,73	16,73	25,60	25,60	19,20	19,20	375,10	375,10
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	200/7	0,30	0,30	0,00	0,00	15,20	15,20	60,00	60,00
	Итого			19,53	19,53	35,55	35,15	93,60	71,80	771,45	680,65
	<u>Обед</u>										
ТТК-994	Салат "Пестрый" (свекла отв, фасоль отв., яблоко, масло раст.)	100	100	6,70	6,70	4,50	4,50	18,50	18,50	140,40	140,40
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	250/25/10	250/25/10	5,37	5,37	8,20	8,20	13,38	13,38	146,25	146,25
ТТК241н	Минтай тушеный с овощами (из филе промышленного производства)	100	100	8,40	8,40	5,50	5,50	4,40	4,40	102,50	102,50
ТТК11н	Картофель "По-деревенски"	150	180	3,78	4,50	12,20	14,60	20,40	24,50	207,10	248,50
ТТК 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из кураги	200	200	0,50	0,50	0,07	0,07	19,39	19,39	75,95	75,95
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			29,21	29,93	21,23	28,63	106,37	114,67	817,05	858,45
	<u>Полдник</u>										
	Бифилайф	200	200	5,80	5,80	5,00	5,00	9,40	9,40	106,00	106,00
	Пряник	40.	40.	1,92	1,92	3,20	3,20	30,80	30,80	159,7	159,7
	Итого			7,72	7,72	8,20	8,20	40,20	40,20	265,68	265,68
	Итого за день			56,46	57,18	64,98	71,98	240,17	226,67	1854,18	1804,78
	<u>9 день</u>										
	<u>Завтрак</u>										
39/10.	Салат из моркови с яблоками и курагой	100.	100.	1,3	1,3	5,12	5,12	10,94	10,94	95,10	95,10
3./04	Бутерброд с маслом	30/10.	30/10.	2,50	2,50	9,15	9,15	15,60	15,60	154,75	154,75
311./04	Каша молочная "Геркулес" вязкая с маслом	200/5.	200/5	4,40	4,40	8,60	8,60	26,00	26,00	186,40	186,40
ТТК343н	Кофейный напиток полусладкий	200	200	1,88	1,88	2,12	2,12	15,41	15,41	88,25	88,25
	Итого			10,08	10,08	24,99	24,99	67,95	67,95	524,50	524,50
	<u>Обед</u>										
63/04	Салат "Несвижский" (сельдь, свекла, морковь, картофель, лук, масло раст.)	100	100	2,27	2,27	10,03	10,03	9,82	9,82	138,65	138,65
ТТК 425	Суп "Гречишное зернышко" с мясными фрикадельками	250/25	250/25	7,62	7,62	9,95	9,95	10,87	10,87	163,51	163,51
ТТК85н	Биточки "Рябушка" запеченные с овощами (фасоль стручковая)	75/15.	2/50/15	9,80	12,80	10,53	14,03	13,20	16,90	183,00	241,00

516/04	Макароны отварные	150	180	3,34	4,01	4,89	5,87	32,40	38,88	186,97	224,36
ТТК-264н	Компот "Фруктово-ягодный" из черной смородины	200	200	0,00	0,00	0,08	0,08	16,46	16,46	68,50	68,50
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			27,49	31,16	26,24	35,72	113,05	128,23	872,38	980,87
	Полдник										
	Десерт фруктовый "Яблоко"	150.	100.	0,90	0,60	0,00	0,00	12,45	8,30	53,40	35,60
	Сок	200	200	0,80	0,80	0,00	0,00	23,00	23,00	80,00	80,00
770/04	Булочка "Дорожная"	50	50.	3,55	3,55	7,40	7,40	28,10	28,10	194,00	194,00
	Итого			5,25	4,95	7,40	7,40	63,55	59,40	327,40	309,60
	Итого за день			42,82	46,19	58,63	68,11	244,55	255,58	1724,28	1814,97
	10 день										
	Завтрак										
337/04	Яйцо вареное	1 шт.	1 шт.	3,08	3,08	4,60	4,60	0,28	0,28	62,84	62,84
3./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10.	30/5/10	5,00	5,00	12,60	12,60	15,60	15,60	195,80	195,80
161/04	Суп молочный с рисовой крупой	250	250	5,20	5,20	8,20	8,20	23,20	23,20	187,40	187,40
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	200	1,63	1,63	1,25	1,25	7,18	7,18	46,00	46,00
	Итого			14,91	14,91	26,65	26,65	46,26	46,26	492,04	492,04
	Обед										
15/10.	Салат из свежих огурцов и помидор	100.	100.	0,89	0,89	7,10	7,10	3,90	3,90	83,06	83,06
132/04	Рассольник "Ленинградский" с мякотью птицы со сметаной	250/25/10	250/25/10	7,51	7,51	9,26	9,26	16,74	16,74	180,45	180,45
ТТК28н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная" с маслом	200/5	200/5	14,93	14,93	23,80	23,80	34,35	34,35	406,20	406,20
ТТК826	Компот из яблок и вишни	200	200	0,1	0,1	0,0	0,0	17,0	17,0	69,0	69,0
	Хлеб пшеничный	1/30	1/30.	2,43	2,43	0,36	0,36	14,60	14,60	70,36	70,36
	Хлеб ржаной	1/36,25	1/36,25	2,03	2,03	0,40	0,40	15,70	15,70	74,49	74,49
	Итого			27,91	27,91	37,46	37,46	102,32	102,32	883,56	883,56
	Полдник										
458/10.	Ватрушка с повидлом	75.	75.	4,78	4,78	3,19	3,19	47,27	47,27	237,86	237,86
631/04	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,80	5,00	5,00	9,60	9,60	178,00	178,00
	Итого			10,58	10,58	8,19	8,19	56,87	56,87	415,86	415,86
	Итого за день			53,40	53,40	72,30	72,30	205,45	205,45	1791,46	1791,46
	Итого за 10 дней			550,53	570,92	592,51	690,04	2282,62	2298,00	17625,01	17880,61
	В среднем в день			55,05	57,09	59,25	69,00	228,26	229,80	1762,50	1788,06
	Соотношение белков, жиров и углеводов			1,00	1,00	1,00	1,00	4,00	4,00		

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".
2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общ. питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапшиной, 2004 г. г. Москва.
3. Сборник технологических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Издательство Дели принт, Москва, 2010.
4. Техничко-технологические карты, разработанные ООО "Школьное питание".
5. Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 7 до 11 лет, с 12 лет и старше в пищевых веществах и энергии, согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".
6. С 1 марта блюда из овощей урожая прошлого года заменяются на другие блюда, в которых овощи проходят термическую обработку.
7. Меню допускается корректировать с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ (согласно п.8.1.5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

*- допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1 образовательных организаций (согласно п.8.1.5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Нормы физиологических потребностей для детей рекомендуемые для завтрака, обеда, полдника				
возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры, г	углеводы, г
7-11 лет	1410-1762,5	46,2-57,8	47,4-59,3	201-251,3
с 12 лет и старше	1632-2040	54-67,5	55,2-69	229,8-287,3

Исп. Маргынова Г.Н.

53-72-48