

Утверждаю
Директор МКОУ
«Краснооктябрьская СОШ»
А.Ю. Мелехина
«2» сентября 2024 г.

Меню
приготавливаемых блюд для обучающихся 1-4 классов
(возрастная категория: 7-11 лет)
в МКОУ «Краснооктябрьская средняя общеобразовательная школа»
(осенне-зимний период)

Меню приготавливаемых блюд

| Прием пищи | наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|------------|---|------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | |
| итого | овощи свежие (порциями) | 100 | 0,85 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 19 |
| | плов из птицы | 110/200 | 22,7 | 26,1 | 33,2 | 314,6 | 311 |
| | сыр | 20 | 5,12 | 4,64 | 9,0 | 63,48 | 42 |
| | сок | 200 | 0 | 0 | 10,6 | 120,0 | |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| | | 700 | 35,48 | 33,68 | 85,7 | 701,88 | |
| День 2 | овощи свежие (порциями) | 90 | 0,76 | 0,15 | 2,75 | 14,85 | 19 |
| | котлета мясная | 90 | 16,2 | 20,68 | 1,42 | 197 | 608 |
| | капуста тушеная | 200 | 4 | 4,8 | 16,6 | 189,2 | 131 |
| | кисель | 200 | 0,01 | 0 | 23,1 | 96,3 | 874 |
| | фрукты | 100 | 2,3 | 5 | 34,83 | 156 | |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| итого | | 750 | 30,08 | 33,42 | 108,85 | 840,65 | |
| День 3 | икра морковная | 100 | 1,43 | 2,58 | 23,98 | 74,73 | 126 |
| | гуляш мясной | 90/35 | 10,18 | 12,01 | 2,83 | 111,08 | 591 |
| | каша рассыпчатая | 180 | 3,77 | 4,07 | 15,76 | 157,6 | 679 |
| | чай с сахаром | 200 | - | - | 14,97 | 75,20 | 943 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| | кондитерское изделие | 25 | 1,87 | 2,5 | 10,05 | 101,5 | |
| итого | | 700 | 24,06 | 23,95 | 97,74 | 707,41 | |
| День 4 | овощи свежие (порциями) | 70 | 0,6 | 0,10 | 1,92 | 11,5 | 19 |
| | рыба запеченная | 90 | 4,3 | 7,0 | - | 98,0 | 255 |
| | картофель отварной | 180 | 5,05 | 3,88 | 35,01 | 86,1 | 692 |
| | соус сметанный с томатом | 30 | 0,81 | 5,17 | 6,09 | 75,9 | 833 |
| | йогурт питьевой | 200 | 5,08 | 3,75 | 8,0 | 106,00 | 966 |
| | фрукты | 100 | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 847 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| итого | | 740 | 24,95 | 27,69 | 116,0 | 720,8 | |
| День 5 | овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 60 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 13 |
| | печень по - строгановски | 90/30 | 16,2 | 9,3 | 3,7 | 179,4 | 690 |
| | макаронные изделия отварные | 180 | 5,83 | 4,38 | 9,01 | 203,94 | 688 |
| | какао с молоком гущеным | 200 | 1,84 | 3,01 | 17,92 | 152,1 | 960 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| | фрукты свежие | 100 | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 847 |
| итого | | 730 | 34,98 | 24,6 | 106,29 | 921,94 | |
| День 6 | овощи консервированные | 100 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 13 |

| | | | | | | | |
|--|---|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-----|
| | (зеленый горошек, кукуруза) | | | | | | |
| | тефтели мясные | 90 | 7,19 | 20,56 | 1,2 | 158,36 | 286 |
| | каша рассыпчатая | 180 | 4,41 | 45 | 1,42 | 131,8 | 679 |
| | соус красный основной | 50 | 0,3 | 2,23 | 5,35 | 41,26 | 544 |
| | кофейный напиток с молоком сгущенным | 200 | 1,84 | 3,01 | 44,74 | 152,1 | 952 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| | сыр (порциями) | 10 | 2,61 | 3,32 | 4,5 | 31,74 | 42 |
| итого | | 700 | 25,16 | 77,03 | 98,04 | 745,76 | |
| День 7 | овощи свежие (соленые) в нарезке | 100 | 0,85 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 18 |
| | котлета мясная | 90 | 16,2 | 18,36 | 1,42 | 197 | 608 |
| | макароны отварные | 200 | 6,4 | 5,3 | 39,1 | 202 | 694 |
| | соус красный основной | 50 | 0,9 | 2,23 | 5,35 | 41,26 | 544 |
| | кисель | 200 | - | - | 22,0 | 96,3 | 874 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| итого | | 710 | 31,16 | 28,83 | 100,77 | 740,36 | |
| День 8 | овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 100 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 69 | 13 |
| | биточки мясные | 110 | 16,2 | 18,36 | 1,42 | 180,88 | 286 |
| | капуста тушеная | 200 | 4 | 4,8 | 16,6 | 207,51 | 336 |
| | сок | 200 | 0 | 0 | 29,03 | 120,0 | |
| | сыр | 20 | 5,12 | 4,68 | 9,0 | 63,48 | 42 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| итого | | 700 | 34,13 | 30,75 | 96,88 | 828,16 | |
| День 9 | овощи свежие (соленые) порциями | 100 | 2 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 19 |
| | рыба запеченная | 90 | 4,0 | 4,5 | 0 | 75,88 | 245 |
| | рис рассыпчатый | 190 | 1,2 | 3,9 | 16,19 | 178,27 | 679 |
| | соус сметанный с томатом | 30 | 0,81 | 5,17 | 6,09 | 75,9 | 833 |
| | компот из кураги | 200 | 0,68 | - | 18,51 | 93,2 | 157 |
| | Фрукты свежие | 100 | 2,3 | 5 | 34,83 | 156 | 847 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| итого | | 780 | 17,8 | 21,51 | 108,52 | 783,05 | |
| День 10 | овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 60 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 13 |
| | птица отварная | 90 | 14,4 | 4,95 | 0 | 99,0 | 637 |
| | картофель отварной | 180 | 5,07 | 3,85 | 12,98 | 86,1 | 692 |
| | соус сметанный с томатом | 30 | 0,81 | 5,17 | 6,09 | 75,9 | 833 |
| | чай с молоком сгущенным | 200 | 3,0 | 3,2 | 9,81 | 77,79 | 945 |
| | хлеб | 70 | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | |
| | фрукты свежие | 100 | 2,3 | 5 | 34,83 | 156 | 847 |
| итого | | 730 | 34,39 | 25,08 | 104,54 | 725,29 | |
| Среднее значение за период: 10 дней | | 724 | 29,219 | 32,654 | 102,33 | 771,531 | |

Десятидневное меню приготавливаемых блюд для обучающихся 1-4 классов разработано с учетом сезонности, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, согласно СанПиН 2.3./2.4.3590-20

При составлении примерного десятидневного меню приготавливаемых блюд для обучающихся 1-4 классов были учтены:

- а) нормы потребности в пищевых веществах и энергии обучающихся;
- б) рекомендуемая масса порций блюд;
- в) наборы пищевых продуктов, в том числе используемые для приготовления блюд и напитков для обучающихся;
- г) ассортимент продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании обучающихся.

Перечень блюд и расчеты рационов питания для обучающихся 1-4 классов прилагаются.

День: понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|-------------|---|---------------------------------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------------------|--------------|---------------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В ₂ | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | |
| 19 | Овощи свежие (порциями) | 100 | | | | | | | | | | | | | | |
| 311 | Плов из птицы | 110/200 | | | | | | | | | | | | | | |
| 42 | Сыр | 20 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Сок | 200 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 700 | | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи свежие (томаты, огурцы) | 100 | 0,85 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 0,17 | 0,03 | 12 | 0,08 | 0,54 | 15,5 | 33,0 | 12,5 | 0,44 | |
| | Итого | | 0,85 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 0,17 | 0,03 | 12 | 0,08 | 0,54 | 15,5 | 33,0 | 12,5 | 0,44 | |
| | - бройлер-цыпленок филе | 106,7 | 19,1 | 1,8 | 0,4 | 112,3 | 0,05 | 0,06 | 0,77 | 5,8 | 6,57 | 8 | 159 | 80 | 1,3 | |
| | - крупа рисовая | 45,3 | 3 | 0,4 | 30,5 | 137,5 | 0,03 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 1,2 | 3 | 59 | 20 | 0,4 | |
| | - томатная паста | 10 | 0,4 | 0,0 | 1,1 | 6,0 | 0,00 | 0,00 | 1,11 | 12,8 | 0,09 | 2 | 7 | 4 | 0,2 | |
| | - лук репчатый | 7 | 0,1 | 0,0 | 0,5 | 2,5 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 0,0 | 0,03 | 2 | 3 | 1 | 0,1 | |
| | - морковь | 11 | 0,1 | 0,0 | 0,7 | 3,3 | 0,00 | 0,01 | 0,21 | 128,4 | 0,09 | 3 | 5 | 4 | 0,1 | |
| | - масло подсолнечное рафинированное | 7 | 0,0 | 5,9 | 0,0 | 53,0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,0 | 0,00 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | |
| | - соль поваренная йодированная | 0,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,0 | 0,00 | 1 | 0 | 0 | 0,0 | |
| | Итого | | 22,7 | 26,1 | 33,2 | 314,6 | 0,1 | 0,2 | 3,1 | 261,6 | 3,5 | 27,8 | 239,6 | 47,3 | 2,5 | |
| | - сыр массовая доля жирности 45% | 20 | 5,12 | 4,64 | 9,0 | 63,48 | 0,6 | 0,06 | 0,32 | 0,52 | 0,2 | 200,0 | 108,8 | 5,14 | 0,12 | |
| | Итого | | 5,12 | 4,64 | 9,0 | 63,48 | 0,6 | 0,06 | 0,32 | 0,52 | 0,2 | 200,0 | 108,8 | 5,14 | 0,12 | |
| | - сок | 200 | 0 | 0 | 10,6 | 120,0 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 0 | 22,0 | 28,0 | 20,0 | 0,6 | |
| | Итого | | 0 | 0 | 10,6 | 120,0 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 0 | 22,0 | 28,0 | 20,0 | 0,6 | |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 | |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 | |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 | |
| | Всего | | 35,48 | 33,68 | 85,7 | 701,88 | 1,13 | 1,08 | 15,08 | 147,6 | 10,18 | 327,4 | 491,9 | 174,04 | 5,45 | |

День: вторник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

| № рецепта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|-----------|---|---------------------------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | |
| 19 | Овощи свежие (порциями) | 90 | | | | | | | | | | | | | | |
| 608 | Котлета мясная | 90 | | | | | | | | | | | | | | |
| 131 | Капуста тушеная | 200 | | | | | | | | | | | | | | |
| 874 | Кисель | 200 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Фрукты | 100 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 750 | | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи свежие (томаты, огурцы) | 90 | 0,76 | 0,15 | 2,75 | 14,85 | 0,15 | 0,03 | 10,8 | 0,07 | 0,48 | 13,95 | 29,7 | 11,25 | 0,40 | |
| | Итого | | 0,76 | 0,15 | 2,75 | 14,85 | 0,15 | 0,03 | 10,8 | 0,07 | 0,48 | 13,95 | 29,7 | 11,25 | 0,40 | |
| | - котлета мясная | 100 | 16,2 | 18,36 | 1,42 | 174,52 | 0,064 | 0,074 | 0,8 | 0,008 | 1,49 | 22,00 | 110,80 | 24,06 | 1,68 | |
| | - масло растительное | 5 | - | 2,5 | - | 22,48 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | |
| | Итого | | 16,2 | 20,68 | 1,42 | 197 | 0,064 | 0,074 | 0,8 | 0,008 | 1,49 | 22,0 | 110,80 | 24,06 | 1,68 | |
| | -капуста белокочанная | 250 | 1,8 | 0,1 | 4,7 | 28,0 | 0,03 | 0,04 | 45 | 3 | 0,06 | 48 | 31 | 16 | 1 | |
| | -лимонная кислота | 0,48 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | -масло подсолнечное рафинированное | 10 | 0 | 10 | 0 | 89,9 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | |
| | -томатная паста | 7 | 0,4 | 0,0 | 0,9 | 5,5 | - | - | 2,5 | - | - | 7,8 | 6,8 | - | 0,05 | |
| | -морковь красная | 10 | 0,1 | 0,1 | 0,4 | 3,7 | 0,004 | 0,08 | 0,4 | - | - | 4,32 | 4,4 | 3,04 | 0,01 | |
| | -лук репчатый | 15 | 0,2 | 0 | 1,6 | 7 | 0,014 | 0,01 | - | 0,16 | 0,08 | 17,98 | 4,64 | 1,12 | 0,06 | |
| | -лавровый лист | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0,01 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| | -мука пшеничная высший сорт | 4 | 0,4 | 0,1 | 2,8 | 13,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | |
| | -сахар песок | 5 | 0 | 0 | 5,0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | -соль йодированная | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | 36,8 | 7,5 | 2,2 | 0,29 | |
| | Итого | | 4 | 4,8 | 16,6 | 189,2 | 0,1 | 0,1 | 38,4 | 100,7 | 0,2 | 100,6 | 69,9 | 34,7 | 2,2 | |
| | - кисель | 16 | 0,01 | - | 13,12 | 58,9 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | |
| | - сахар | 10 | 0 | 0 | 9,98 | 37,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,03 | |
| | Итого | | 0,01 | 0 | 23,1 | 96,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,03 | |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 | |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 | |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 | |
| | - фрукты свежие | 100 | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 0,04 | 0,07 | 0,5 | 0,05 | 0,19 | 132,0 | 60,0 | 23,0 | 0,3 | |
| | Итого | | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 0,04 | 0,07 | 0,5 | 0,05 | 0,19 | 132,0 | 60,0 | 23,0 | 0,3 | |
| | Всего | | 30,08 | 33,42 | 108,85 | 840,65 | 0,634 | 0,464 | 50,7 | 100,82 | 4,02 | 561,6 | 418,21 | 79,69 | 4,23 | |

Неделя: первая
 День среда
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № рецепта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал). | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-----------|---|----------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------------------------|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------|--------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 126 | Икра морковная | 100 | | | | | | | | | | | | | |
| 591 | Гуляш мясной | 90/35 | | | | | | | | | | | | | |
| 679 | Каша рассыпчатая | 180 | | | | | | | | | | | | | |
| 943 | Чай с сахаром | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | |
| | Кондитерское изделие | 25 | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 700 | | | | | | | | | | | | | |
| | - морковь | 100 | 1,04 | 0,08 | 21,6 | 41,0 | 0,1 | 0,1 | 5,9 | 0,7 | - | 40,8 | 44,00 | 20,4 | 0,96 |
| | - лук репчатый | 15 | 0,19 | - | 1,43 | 6,45 | 0,001 | 0,003 | 1,5 | - | - | 4,65 | 8,7 | 11,7 | 1,3 |
| | - томат-паста | 5 | 0,2 | - | 0,95 | 4,8 | 0,03 | 0,001 | 2,25 | 0,1 | - | 3,9 | 3,4 | 1,5 | 0,12 |
| | - масло растительное | 2,5 | - | 2,5 | - | 22,48 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | - соль | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 1,43 | 2,58 | 23,98 | 74,73 | 0,131 | 0,104 | 9,65 | 0,8 | 0 | 49,35 | 56,1 | 24,0 | 1,20 |
| | - говядина категории А | 90 | 9,29 | 8,06 | - | 61,0 | 0,001 | 0,004 | * | 0 | 1,4 | 163,42 | 28,7 | 13,65 | 1,69 |
| | - мука пшеничная | 5 | 0,5 | 0,05 | 0,45 | 16,35 | 0,014 | 0,01 | 0 | 0 | 0,13 | 0,9 | 4,3 | 0,8 | 0,06 |
| | - томат-паста | 5 | 0,2 | - | 0,95 | 4,8 | 0,03 | 0,001 | 2,25 | 0,1 | - | 3,9 | 3,4 | 1,5 | 0,05 |
| | - лук репчатый | 15 | 0,19 | - | 1,43 | 6,45 | 0,001 | 0,003 | 1,5 | - | - | 4,65 | 8,7 | 2,1 | 0,12 |
| | - масло растительное | 2,5 | - | 2,5 | - | 22,48 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | - соль йодированная | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 10,18 | 12,01 | 2,83 | 111,08 | 0,046 | 0,018 | 3,75 | - | 1,53 | 172,87 | 45,1 | 16,58 | 1,76 |
| | - крупа перловая (гречневая) | 40 | 3,72 | 0,44 | 15,69 | 124,5 | 0,06 | 0,03 | 0 | - | 0,79 | 6,75 | 12,63 | 6,0 | 0,45 |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,05 | 3,63 | 0,07 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 |
| | - соль поваренная йодированная | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 3,77 | 4,07 | 15,76 | 157,6 | 0,061 | 0,031 | 0 | 0,12 | 0,79 | 7,95 | 13,63 | 6,15 | 0,46 |
| | - чай | 1 | 0,2 | - | 0,1 | 1,1 | 0,001 | 0,01 | 0,1 | - | - | 4,95 | 8,25 | 4,4 | 0,82 |
| | - сахар | 15 | - | - | 14,97 | 56,1 | - | - | - | - | - | 0,3 | - | - | 0,045 |
| | Итого | | 0,2 | - | 14,97 | 75,2 | 0,001 | 0,01 | 0,1 | 0 | 0 | 5,25 | 8,25 | 4,4 | 0,86 |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 |
| | - печенье (вафли, зефир, мармелад) | 25 | 1,87 | 2,5 | 10,05 | 101,5 | 0,03 | 0,02 | - | - | - | 25,0 | 13,75 | 4,5 | 0,37 |
| | Итого | | 1,87 | 2,5 | 10,05 | 101,5 | 0,03 | 0,02 | - | - | - | 25,0 | 13,75 | 4,5 | 0,37 |
| | Всего | | 24,06 | 23,95 | 97,74 | 707,41 | 0,41 | 0,44 | 13,4 | 0,2 | 2,32 | 332,32 | 179,1 | 70,77 | 2,49 |

Неделя: первая
 День: четверг
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № рецепта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|-----------|---|---------------------------------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|----------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | |
| 19 | Овощи свежие (порциями) | 70 | | | | | | | | | | | | | | |
| 255 | Рыба запеченная | 90 | | | | | | | | | | | | | | |
| 692 | Картофель отварной | 180 | | | | | | | | | | | | | | |
| 355 | Соус сметанный с томатом | 30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 966 | Йогурт питьевой | 200 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Фрукты | 100 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 740 | | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи свежие (томаты, огурцы) | 70 | 0,6 | 0,10 | 1,92 | 11,5 | 0,12 | 0,02 | 8,4 | 0,06 | 0,37 | 10,85 | 23,1 | 8,75 | 0,30 | |
| | Итого | | 0,6 | 0,10 | 1,92 | 11,5 | 0,12 | 0,02 | 8,4 | 0,06 | 0,37 | 10,85 | 23,1 | 8,75 | 0,30 | |
| | - филе минтая | 110 | 4,3 | 2,0 | - | 53,4 | 0,07 | 0,07 | 3,2 | - | 0,37 | 61,04 | 33,2 | 13,8 | 0,36 | |
| | - масло растительное | 5 | - | 5,00 | - | 44,96 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | |
| | - соль поваренная йодированная | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Итого | | 4,3 | 7,0 | - | 98,0 | 0,07 | 0,07 | 3,2 | - | 0,37 | 61,04 | 33,2 | 13,8 | 0,36 | |
| | - картофель | 210 | 5,0 | 0,25 | 12,94 | 53,0 | 0,06 | 0,03 | 5,5 | - | 0,79 | 25,0 | 62,65 | 36,0 | 1,25 | |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,05 | 3,63 | 0,07 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,0 | 0,15 | 0,01 | - | |
| | - соль поваренная йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Итого | | 5,05 | 3,88 | 35,01 | 86,1 | 0,061 | 0,031 | 5,5 | 0,02 | 0,79 | 26,0 | 62,8 | 36,01 | 1,25 | |
| | - томатная паста | 5 | - | - | 0,3 | 3,25 | - | - | 1,25 | - | - | 3,4 | - | 0,12 | 0,05 | |
| | - сметана массовая доля жирности 15% | 10 | 0,21 | 1,5 | 1,8 | 23,1 | 0,003 | 0,01 | 0,1 | - | - | 48,38 | 4,5 | 6,75 | 0,02 | |
| | - мука пшеничная | 5 | 0,53 | 0,07 | 3,66 | 16,45 | 0,013 | 0,01 | - | - | 0 | 1,2 | 5,75 | 2,2 | 0,01 | |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,07 | 3,6 | 0,04 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 | |
| | - соль йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Итого | | 0,81 | 5,17 | 6,09 | 75,9 | 0,017 | 0,021 | 1,35 | 0,02 | 0 | 54,18 | 11,25 | 9,22 | 0,09 | |
| | -йогурт массовая доля жирности 2.5% | | 5,08 | 3,75 | 8 | 106 | 0,08 | - | 1,4 | 0,04 | - | 240 | 84 | 18 | 0,2 | |
| | Итого | | 5,08 | 3,75 | 8,0 | 106,00 | 0,08 | - | 1,4 | 0,04 | - | 240,0 | 84,0 | 18,00 | 0,2 | |
| | - фрукты свежие | 100 | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 0,04 | 0,07 | 0,5 | 0,05 | 0,19 | 132,0 | 60,0 | 23,0 | 0,3 | |
| | Итого | | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 0,04 | 0,07 | 0,5 | 0,05 | 0,19 | 132,0 | 60,0 | 23,0 | 0,3 | |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 | |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 | |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 | |
| | Всего | | 24,95 | 27,69 | 116,0 | 720,8 | 0,66 | 0,43 | 19,75 | 0,73 | 1,63 | 561,6 | 363,45 | 69,69 | 4,23 | |

День: пятница
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № рецепта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-----------|---|---------------------------------|------------------|-------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 13 | Овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 60 | | | | | | | | | | | | | |
| 690 | Печень по - Строгановски | 100/20 | | | | | | | | | | | | | |
| 688 | Макаронные изделия отварные | 180 | | | | | | | | | | | | | |
| 960 | Какао с молоком сгущенным | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | |
| 847 | Фрукты свежие | 100 | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 730 | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 60 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 33,2 | 10,2 | 0,42 |
| | Итого | | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 33,2 | 10,2 | 0,42 |
| | - печень говяжья | 110 | 15,56 | 5,41 | 0 | 114,3 | 0,27 | 1,687 | 11,85 | 6063,53 | 1,22 | 11,41 | 259,85 | 14,43 | 5,68 |
| | - сметана 15% | 15 | 0,038 | 0,225 | 0,051 | 3,09 | 0,0 | 0,002 | 0,045 | 2,25 | 0,08 | 1,29 | 0,9 | 0,12 | 0,003 |
| | - мука пшеничная | 5 | 0,53 | 0,065 | 3,66 | 16,45 | 0,013 | 0,01 | - | - | 0 | 1,2 | 5,75 | 2,2 | 0,1 |
| | - масло сливочное мдж 72,5% | 5 | 0,07 | 3,6 | 0,04 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 |
| | - соль пищевая йодированная | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | - томатная паста | 5 | - | - | 0,3 | 3,25 | - | - | 1,25 | - | - | 3,4 | - | 0,115 | 0,05 |
| | Итого | | 16,2 | 9,3 | 3,7 | 179,4 | 0,2 | 1,7 | 11,9 | 6065,8 | 1,3 | 23,2 | 267,5 | 16,9 | 5,8 |
| | - макаронные изделия | 70 | 5,76 | 0,78 | 8,97 | 170,84 | 0,15 | 0,07 | - | - | - | 14,4 | 52,2 | 9,6 | 0,72 |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,07 | 3,6 | 0,04 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 |
| | - соль пищевая йодированная | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 5,83 | 4,38 | 9,01 | 203,94 | 0,151 | 0,71 | 0 | 0,02 | 0 | 15,6 | 53,2 | 9,75 | 0,73 |
| | - какао порошок | 4 | 0,44 | 1,41 | 0,6 | 67,0 | 0,01 | 0,01 | - | - | - | 9,22 | 12,85 | 5,92 | 0,08 |
| | - молоко сгущенное массовая доля жирности 8% | 40 | 1,4 | 1,6 | 11,35 | 66,4 | 0,005 | 0,065 | 2,0 | 0,01 | * | 60,5 | 45,5 | 7,0 | 0,05 |
| | - сахар | 5 | - | - | 5,0 | 18,7 | - | - | - | - | - | 0,3 | - | - | 0,045 |
| | Итого | | 1,84 | 3,01 | 17,92 | 152,1 | 0,015 | 0,075 | 2,0 | 0,01 | - | 70,02 | 58,35 | 12,92 | 0,17 |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 |
| | - фрукты свежие | 100 | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 0,04 | 0,07 | 0,5 | 0,05 | 0,19 | 132,0 | 60,0 | 23,0 | 0,3 |
| | Итого | | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 0,04 | 0,07 | 0,5 | 0,05 | 0,19 | 132,0 | 60,0 | 23,0 | 0,3 |
| | Всего | | 34,98 | 24,6 | 106,29 | 921,94 | 0,886 | 2,855 | 29,6 | 0,52 | 5,62 | 344,86 | 342,92 | 77,53 | 2,71 |

День: понедельник
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------|---|---------------------------------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|-------------|---------------------------|--------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 13 | Овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 100 | | | | | | | | | | | | | |
| 286 | Тефтели мясные | 90 | | | | | | | | | | | | | |
| 679 | Каша рассыпчатая (пшено) | 180 | | | | | | | | | | | | | |
| 54-4 | Соус красный основной | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| 952 | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | |
| 42 | Сыр (порциями) | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 700 | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 100 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 73,2 | 10,2 | 0,42 |
| | Итого | | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 73,2 | 10,2 | 0,42 |
| | - тефтели мясные | 120 | 7,19 | 18,36 | 1,42 | 135,88 | 0,064 | 0,074 | 0,8 | 0,008 | 1,49 | 22,00 | 30,80 | 24,06 | 1,68 |
| | - масло растительное | 5 | - | 2,5 | - | 22,48 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | Итого | | 7,19 | 20,56 | 1,2 | 158,36 | 0,064 | 0,074 | 0,8 | 0,008 | 1,49 | 22,0 | 30,80 | 24,06 | 1,68 |
| | - крупярисовая (пшено) | 50 | 3,78 | 0,78 | 9,11 | 98,7 | 0,16 | 0,06 | 0 | - | 2,0 | 21,0 | 89,4 | 29,4 | 0,69 |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,05 | 3,63 | 0,07 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 |
| | -соль пищевая йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 4,41 | 45 | 1,42 | 131,8 | 0,161 | 0,061 | 0 | 0,02 | 0 | 22,2 | 90,4 | 29,19 | 0,70 |
| | - томатная паста | 10 | 0,35 | - | 1,05 | 5,65 | 0,005 | - | 1,04 | 12 | - | 2 | 6,1 | 4 | 0,2 |
| | - лук репчатый | 5 | 0,05 | - | 0,15 | 0,75 | 0,0 | 0,00 | 0,8 | 0,0 | 0,08 | 0,5 | 1,0 | 0,025 | 0,0 |
| | - мука пшеничная | 2,5 | 0,25 | 0,025 | 1,6 | 7,65 | 0,005 | 0,0 | - | - | 0 | 0,5 | 1,85 | 0,35 | 0,05 |
| | - морковь | 4 | 0,05 | 0,00 | 0,25 | 1,25 | 0,00 | 0,0 | 0,8 | * | * | 1 | 1,9 | 1,3 | 0,05 |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 3 | 0,2 | 2,2 | 0,0 | 19,8 | 0,001 | 0,001 | 0 | 11,75 | * | 1,2 | 0,025 | 0,15 | 0,01 |
| | -сахар - песок | 1,5 | 0,0 | 0,0 | 2,3 | 6,06 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | -лавровый лист | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | -соль пищевая йодированная | 0,25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 0,3 | 2,23 | 5,35 | 41,26 | 0,011 | 0,001 | 2,64 | 23,75 | 0,08 | 5,2 | 10,88 | 5,83 | 0,31 |
| | - кофейный напиток порошок | 6 | 0,98 | 1,41 | 4,17 | 16,4 | 0,01 | 0,01 | - | - | - | 9,22 | 22,85 | 5,92 | 0,08 |
| | - молоко сгущенное массовая доля жирности 8% | 40 | 1,4 | 1,6 | 11,35 | 66,4 | 0,01 | 0,13 | 4,0 | 0,2 | * | 121,0 | 91,0 | 14,0 | 0,1 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|----|--------------|--------------|-------------------|---------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| - сахар | 5 | - | - | 5,0 | 18,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,3 | 0 | 0 | 0,04 5 |
| Итого | | 1,84 | 3,01 | 44,7 4 | 152,1 | 0,02 | 0,14 | 4,00 | 0,2 | - | 130,5 | 143,9 | 19,92 | 0,22 |
| - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,07 6 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 |
| - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,7 5 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 |
| Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,1 5 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 |
| - сыр массовая доля жирности 45% | 10 | 2,61 | 3,32 | 4,5 | 31,74 | 0,3 | 0,03 | 0,16 | 0,026 | 0,1 | 100,0 | 54,4 | 4,7 | 0,06 |
| Итого | | 2,61 | 3,32 | 4,5 | 31,74 | 0,3 | 0,03 | 0,16 | 0,026 | 0,1 | 100,0 | 54,4 | 4,7 | 0,06 |
| Всего | | 25,16 | 77,03 | 98,0 4 | 745,76 | 1,036 | 0,606 | 22,8 | 24,24 | 4,89 | 367,4 | 492,68 | 122,3 | 5,68 |

День: вторник
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

| № реце пта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергети ческая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|------------------|---|--|------------------|--------------|---------------|--|----------------|----------------|--------------|--------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 18 | Овощи свежие (соленые) в нарезке | 100 | | | | | | | | | | | | | |
| 608 | Котлета мясная | 90 | | | | | | | | | | | | | |
| 694 | Макароны отварные | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| 54-4 | Соус красный основной | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| 874 | Кисель | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 710 | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи свежие или соленые (томаты, огурцы) | 100 | 0,85 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 0,17 | 0,03 | 12 | 0,08 | 0,54 | 15,5 | 33,0 | 12,5 | 0,44 |
| | Итого | | 0,85 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 0,17 | 0,03 | 12 | 0,08 | 0,54 | 15,5 | 33,0 | 12,5 | 0,44 |
| | - котлета мясная | 100 | 16,2 | 18,36 | 1,42 | 197 | 0,064 | 0,074 | 0,8 | 0,008 | 1,49 | 22,00 | 110,80 | 24,06 | 1,68 |
| | - масло растительное | 5 | - | 2,5 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | Итого | | 16,2 | 18,36 | 1,42 | 197 | 0,064 | 0,074 | 0,8 | 0,008 | 1,49 | 22,0 | 110,8 | 24,06 | 1,68 |
| | - макаронные изделия | 61 | 5,3 | 0,6 | 32,7 | 157,2 | 0,06 | 0,03 | 5,5 | 26,6 | 0,79 | 11 | 40 | 7 | 0,7 |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 6 | 1,1 | 4,7 | 6,4 | 44,8 | 0,09 | 0,001 | 0 | 0,8 | * | 0 | 8,8 | 1,1 | 0,4 |
| | - соль пищевая йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 6,4 | 5,3 | 39,1 | 202 | 0,1 | 0,0 | 0 | 27,4 | 0 | 11 | 48,8 | 8,8 | 1,1 |
| | - томатная паста | 10 | 0,35 | - | 1,05 | 5,65 | 0,005 | - | 1,04 | 12 | - | 2 | 6,1 | 4 | 0,2 |
| | - лук репчатый | 5 | 0,05 | - | 0,15 | 0,75 | 0,0 | 0,0 | 0,8 | 0 | 0,08 | 0,5 | 1,0 | 0,03 | 0,0 |
| | - мука пшеничная | 2,5 | 0,25 | 0,025 | 1,6 | 7,65 | 0,005 | 0,0 | - | - | 0,0 | 0,5 | 1,85 | 0,35 | 0,05 |
| | - морковь | 4 | 0,05 | 0,0 | 0,25 | 1,25 | 0,0 | 0,0 | 0,8 | * | * | 1 | 1,9 | 1,3 | 0,05 |
| | - масло сливочное 72,5% | 3 | 0,2 | 2,2 | 0,0 | 19,8 | 0,001 | 0,001 | 0 | 14,5 | * | 1,0 | 0,15 | 0,01 | 0,01 |
| | -лавровый лист | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | -сахар песок | 1,5 | 0 | 0 | 2,3 | 6,06 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | -соль пищевая йодированная | 0,25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 0,9 | 2,23 | 5,35 | 41,26 | 0,011 | 0,001 | 2,64 | 23,75 | 0,08 | 5,2 | 10,88 | 5,83 | 0,31 |
| | - кисель | 16 | 0,01 | - | 13,12 | 58,9 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | - сахар | 10 | 0 | 0 | 9,98 | 37,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 0 | 0,03 |
| | Итого | | - | - | 22,0 | 96,3 | - | - | - | - | - | 0,2 | - | 0 | 0,03 |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 |
| | Всего | | 31,16 | 28,83 | 100,77 | 740,36 | 0,38 | 0,42 | 20,95 | 0,25 | 2,55 | 134,86 | 207,45 | 89,5 | 4,21 |

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № реце пта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукт а (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергети ческая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|------------------|---|---|------------------|--------------|--------------|--|----------------|----------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|--------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| 13 | Овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 100 | | | | | | | | | | | | | |
| 286 | Биточки мясные | 110 | | | | | | | | | | | | | |
| 336 | Капуста тушеная | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | Сок | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| 42 | Сыр | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 700 | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 100 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 69 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 73,2 | 10,2 | 0,42 |
| | Итого | | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 69 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 73,2 | 10,2 | 0,42 |
| | - биточки мясные | 140 | 16.2 | 18.36 | 1.42 | 135.88 | 0.064 | 0.074 | 0.8 | 0.008 | 1.49 | 22.00 | 110.80 | 24.06 | 1.68 |
| | - масло растительное | 5 | - | 2,5 | - | 45 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | Итого | | 16,2 | 18,36 | 1,42 | 180,88 | 0,064 | 0,074 | 0,8 | 0,008 | 1,49 | 22,0 | 110,8 | 24,06 | 1,68 |
| | -капуста белокочанная | 250 | 1,8 | 0,1 | 4,7 | 67 | 0,03 | 0,04 | 45 | 3 | 0,06 | 48 | 31 | 16 | 1 |
| | -лимонная кислота | 0,48 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | 0 | 0 | 0 |
| | -масло подсолнечное рафинированное | 10 | 0 | 10 | 0 | 90 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 |
| | -томатная паста | 7 | 0,4 | 0,0 | 0,9 | 5,5 | - | - | 2,5 | - | - | 7,8 | 6,8 | - | 0,05 |
| | -морковь красная | 10 | 0,1 | 0,1 | 0,4 | 4 | 0,004 | 0,08 | 0,4 | - | - | 4,32 | 4,4 | 3,04 | 0,01 |
| | -лук репчатый | 15 | 0,2 | 0 | 1,6 | 7 | 0,014 | 0,01 | - | 0,16 | 0,08 | 17,98 | 4,64 | 1,12 | 0,06 |
| | -лавровый лист | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0,01 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | -мука пшеничная высший сорт | 4 | 0,4 | 0,1 | 2,8 | 14 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| | -сахар песок | 5 | 0 | 0 | 5,0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | -соль йодированная | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | 36,8 | 7,5 | 2,2 | 0,29 |
| | Итого | | 4 | 4,8 | 16,6 | 207,51 | 0,1 | 0,1 | 38,4 | 100,7 | 0,2 | 100,6 | 69,9 | 34,7 | 2,2 |
| | -сок | 200 | 0 | 0 | 29,03 | 120 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 0 | 22,0 | 28,0 | 16,0 | 0,6 |
| | Итого | | 0 | 0 | 29,03 | 120 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 0 | 22,0 | 28,0 | 16,0 | 0,6 |
| | -сыр массовая доля жирности 45% | 20 | 5,12 | 4,68 | 9,0 | 63,48 | 0,6 | 0,06 | 0,32 | 0,52 | 0,2 | 200 | 108,8 | 5,14 | 0,12 |
| | Итого | | 5,12 | 4,68 | 9,0 | 63,48 | 0,6 | 0,06 | 0,32 | 0,52 | 0,2 | 200 | 108,8 | 5,14 | 0,12 |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 |
| | Всего | | 34,13 | 30,75 | 96,88 | 828,17 | 1,244 | 0,534 | 54,92 | 101,47 | 5,11 | 432,1 | 451,8 | 102,5 | 7,31 |

День: четверг
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № рецепта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|-----------|---|---------------------------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | |
| 19 | Овощи свежие (соленые) порциями | 100 | | | | | | | | | | | | | | |
| 245 | Рыба запеченная | 90 | | | | | | | | | | | | | | |
| 679 | Рис рассыпчатый | 190 | | | | | | | | | | | | | | |
| 833 | Соус сметанный с томатом | 30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 157 | Компот из кураги | 200 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Фрукты | 100 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 780 | | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи свежие или соленые (томаты, огурцы) | 100 | 2 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 0,17 | 0,03 | 12 | 0,08 | 0,54 | 15,5 | 33,0 | 12,5 | 0,44 | |
| | Итого | | 2 | 0,15 | 2,75 | 16,5 | 0,17 | 0,03 | 12 | 0,08 | 0,54 | 15,5 | 33,0 | 12,5 | 0,44 | |
| | - минтай | 130 | 4,0 | 2,0 | - | 53,4 | 0,07 | 0,07 | 3,2 | - | 0,37 | 61,04 | 133,2 | 13,8 | 0,36 | |
| | - масло растительное | 2,5 | - | 2,5 | - | 22,48 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | |
| | - соль йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Итого | | 4,0 | 4,5 | 0 | 75,88 | 0,07 | 0,07 | 3,2 | - | 0,37 | 61,04 | 133,2 | 13,8 | 0,36 | |
| | - крупа рисовая | 53 | 1,15 | 0,27 | 16,12 | 145,17 | 0,16 | 0,18 | 0 | - | 2,07 | 97,2 | 31,5 | 0,72 | 0,8 | |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,05 | 3,63 | 0,07 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,0 | 0,15 | 0,01 | 0,064 | |
| | - соль йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Итого | | 1,2 | 3,9 | 16,19 | 178,27 | 0,16 | 0,18 | 0 | 0,02 | 2,07 | 98,2 | 31,65 | 0,73 | 0,86 | |
| | - томатная паста | 5 | - | - | 0,3 | 3,25 | - | - | 1,25 | - | - | 3,4 | - | 0,12 | 0,05 | |
| | - сметана массовая доля жирности 15% | 10 | 0,21 | 1,5 | 1,8 | 23,1 | 0,003 | 0,01 | 0,1 | - | - | 48,38 | 4,5 | 6,75 | 0,02 | |
| | - мука пшеничная | 5 | 0,53 | 0,07 | 3,66 | 16,45 | 0,013 | 0,01 | - | - | 0 | 1,2 | 5,75 | 2,2 | 0,01 | |
| | - масло сливочное мдж 72,5% | 5 | 0,07 | 3,6 | 0,04 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 | |
| | - соль йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Итого | | 0,81 | 5,17 | 6,09 | 75,9 | 0,017 | 0,021 | 1,35 | 0,02 | 0 | 54,18 | 11,25 | 9,22 | 0,09 | |
| | - курага | 20 | 0,68 | - | 8,53 | 55,8 | - | - | - | - | - | 32,2 | 29,4 | 2,36 | 0,064 | |
| | - сахар | 10 | 0 | 0 | 9,98 | 37,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2 | - | - | 0,03 | |
| | Итого | | 0,68 | - | 18,51 | 93,2 | - | - | - | - | - | 29,2 | 29,4 | 2,38 | 0,21 | |
| | - фрукты свежие | 100 | 2,3 | 5,0 | 34,83 | 156,0 | 0,04 | 0,07 | 0,5 | 0,05 | 0,19 | 132,0 | 60,0 | 23,0 | 0,3 | |
| | Итого | | - | 22,4 | 91,0 | 0,04 | 0,06 | 10,0 | * | * | 8,0 | 28,0 | 22,0 | 0,6 | | |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 | |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 | |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 186,13 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 | |
| | Всего | | 17,8 | 21,51 | 108,52 | 783,05 | 0,29 | 0,42 | 17,85 | 0,64 | 2,65 | 237,66 | 356,49 | 47,93 | 3,38 | |

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № реце пта | Прием пищи Наименование блюда Наименование продукта | Масса порции продукта (нетто) г | Пищевые вещества | | | Энергети ческая. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|------------------|---|--|------------------|--------------|---------------|---|----------------|----------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 13 | Овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 60 | | | | | | | | | | | | | |
| 637 | Птица отварная | 90 | | | | | | | | | | | | | |
| 692 | Картофель отварной | 180 | | | | | | | | | | | | | |
| 833 | Соус сметанный с томатом | 30 | | | | | | | | | | | | | |
| 945 | Чай с молоком сгущенным | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб | 70 | | | | | | | | | | | | | |
| 847 | Фрукты свежие | 100 | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | 730 | | | | | | | | | | | | | |
| | - овощи консервированные (зеленый горошек, кукуруза) | 100 | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 73,2 | 10,2 | 0,42 |
| | Итого | | 2,00 | 0,12 | 10,68 | 43,2 | 0,2 | 0,11 | 15,0 | 0,24 | 1,56 | 15,6 | 73,2 | 10,2 | 0,42 |
| | - мясо птицы | 110 | 14,4 | 4,95 | 0 | 99,0 | 1,68 | 0,048 | 39,6 | 0,48 | 0,48 | 39,6 | 60,2 | 22,8 | 1,92 |
| | - соль йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 14,4 | 4,95 | 0 | 99,0 | 1,68 | 0,048 | 39,6 | 0,48 | 0,48 | 39,6 | 60,2 | 22,8 | 1,92 |
| | - картофель | 250 | 5,0 | 0,25 | 12,94 | 53,0 | 0,06 | 0,03 | 5,5 | - | 0,79 | 26,0 | 62,8 | 36,01 | 1,25 |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,07 | 3,6 | 0,04 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 |
| | - соль йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 5,07 | 3,85 | 12,98 | 86,1 | 0,061 | 0,01 | 5,5 | 0,02 | 0,79 | 27,2 | 63,8 | 36,16 | 1,26 |
| | - томатная паста | 5 | - | - | 0,3 | 3,25 | - | - | 1,25 | - | - | 3,4 | - | 0,12 | 0,05 |
| | - сметана массовая доля жирности 15% | 10 | 0,21 | 1,5 | 1,8 | 23,1 | 0,003 | 0,01 | 0,1 | - | - | 48,38 | 4,5 | 6,75 | 0,02 |
| | - мука пшеничная | 5 | 0,53 | 0,07 | 3,66 | 16,45 | 0,013 | 0,01 | - | - | 0 | 1,2 | 5,75 | 2,2 | 0,01 |
| | - масло сливочное массовая доля жирности 72,5% | 5 | 0,07 | 3,6 | 0,04 | 33,1 | 0,001 | 0,001 | 0 | 0,02 | * | 1,2 | 1,0 | 0,15 | 0,01 |
| | - соль йодированная | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | | 0,81 | 5,17 | 6,09 | 75,9 | 0,017 | 0,021 | 1,35 | 0,02 | 0 | 54,18 | 11,25 | 9,22 | 0,09 |
| | - чай | 1 | 0,2 | - | 0,11 | 1,09 | 0,001 | 0,001 | 0,1 | * | * | 4,95 | 8,25 | 4,4 | 0,82 |
| | - сахар | 5 | - | - | 5,0 | 18,7 | - | - | - | - | - | 0,3 | 0 | 0 | 0,045 |
| | - молоко сгущенное мдж 8% | 40 | 2,8 | 3,2 | 4,7 | 58,0 | 0,03 | 0,13 | 4,0 | 0,02 | * | 121,0 | 87,6 | 14,0 | 0,1 |
| | Итого | | 3,0 | 3,2 | 9,81 | 77,79 | 0,03 | 0,13 | 4,1 | 0,02 | - | 126,25 | 95,85 | 18,4 | 0,94 |
| | - фрукты | 100 | 2,3 | 5 | 34,83 | 91,0 | 0,04 | 0,06 | 10,0 | * | * | 8,0 | 28,0 | 22,0 | 0,6 |
| | Итого | | 2,3 | 5 | 34,83 | 156 | 0,04 | 0,06 | 10,0 | * | * | 8,0 | 28,0 | 22,0 | 0,6 |
| | - хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,16 | 0,1 | 0,08 | - | 0,076 | 50,0 | 51,6 | 16,4 | 1,44 |
| | - хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 0,99 | 12,75 | 77,7 | 0,12 | 0,09 | 0,12 | - | 0,09 | 21,9 | 37,5 | 12,0 | 0,85 |
| | Итого | | 6,81 | 2,79 | 30,15 | 187,3 | 0,28 | 0,19 | 0,2 | 0 | 1,66 | 71,9 | 89,1 | 28,4 | 2,29 |
| | Всего | | 34,39 | 25,08 | 104,54 | 725,29 | 0,29 | 0,43 | 16,8 | 0,21 | 0,23 | 339,42 | 372,41 | 69,64 | 3,21 |

МКОУ «Краснооктябрьская СОШ»

Сводная ведомость

десятидневного меню приготавливаемых блюд для обучающихся 1-4 классов по химическому составу, содержанию витаминов и микроэлементов

Возрастная категория: 7-11 лет

Сезон: осеннее-зимний

| Химический состав продуктов | Дни | | | | | | | | | | за 10 дней | за 1 день |
|---|--------|--------|--------|-----------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|------------|-----------|
| | первый | второй | третий | четвертый | пятый | шестой | седьмой | восьмой | девятый | десятый | | |
| Белки (граммы) | 35,48 | 30,08 | 24,26 | 24,95 | 34,98 | 25,16 | 31,16 | 34,13 | 17,8 | 34,39 | 292,19 | 29,219 |
| Жиры (граммы) | 33,68 | 33,42 | 23,95 | 27,69 | 24,6 | 77,03 | 28,83 | 30,75 | 21,51 | 25,08 | 326,54 | 32,654 |
| Углеводы (граммы) | 85,7 | 108,85 | 97,74 | 116,0 | 106,29 | 98,04 | 100,77 | 96,88 | 108,52 | 104,54 | 1023,3 | 102,33 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 701,88 | 840,65 | 707,41 | 720,8 | 921,94 | 745,76 | 740,36 | 828,17 | 783,05 | 725,29 | 7715,31 | 771,531 |
| Витамины (миллиграммы) | | | | | | | | | | | | |
| В-1 | 1,13 | 0,594 | 0,41 | 0,66 | 0,886 | 1,36 | 0,38 | 1,24 | 0,29 | 0,29 | 6,916 | 0,69 |
| В-2 | 1,08 | 0,4 | 0,44 | 0,43 | 2,855 | 0,606 | 0,42 | 0,53 | 0,42 | 0,43 | 7,61 | 0,76 |
| С | 15,08 | 50,2 | 13,4 | 19,75 | 29,6 | 22,8 | 20,95 | 54,92 | 17,85 | 16,8 | 261,35 | 26,13 |
| А | 147,6 | 0,27 | 0,2 | 0,73 | 0,52 | 24,24 | 0,25 | 101,47 | 0,64 | 0,21 | 276,12 | 27,61 |
| Е | 10,18 | 2,13 | 2,32 | 1,63 | 5,62 | 4,89 | 2,55 | 5,11 | 2,65 | 0,23 | 37,31 | 3,7 |
| Минеральные вещества (миллиграммы) | | | | | | | | | | | | |
| Са | 327,4 | 561,6 | 332,32 | 561,6 | 344,86 | 367,4 | 134,86 | 432,1 | 237,66 | 339,42 | 3639,22 | 364 |
| Р | 491,9 | 418,21 | 179,15 | 363,45 | 342,92 | 492,68 | 207,45 | 451,8 | 356,49 | 372,41 | 3676,46 | 368 |
| Mg | 174,04 | 79,69 | 70,77 | 69,69 | 77,53 | 122,3 | 89,5 | 102,5 | 47,93 | 69,64 | 903,59 | 90 |
| Fe | 5,45 | 4,23 | 2,49 | 4,23 | 2,71 | 5,68 | 4,21 | 7,31 | 3,38 | 3,21 | 42,9 | 4,3 |

Список использованной литературы

1. Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
2. Методические рекомендации МР2.4 0179-20. «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций». Москва 2020г.
3. Справочник диетологии. Москва «Медицина» 1981г под редакцией АМН СССР А.А. Покровского и члена-корреспондента АМН СССР М.А. Самсонова.
4. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений. Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.; ДеЛипринт. 2010, с.258.
5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Авт-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный-К.: АСК., 2005,с. 276.
6. 2.4.Гигиена детей и подростков. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1 – 4 –х классов общеобразовательных организаций. Новосибирск 2020 год.