СОГЛАСОВАНО :

Директор МБОУ СОШ

г. Иркутска

_____

"_____"_____

УТВЕРЖДАЮ :

Генеральный директор АО "Комбинат питания г. Иркутска"

_____Л.А. Пронина

"06" 07 2026г.

Основное меню приготавливаемых блюд для учащихся

МБОУ СОШ 2-х недельное (6 - ти дневная учебная неделя),

период : круглогодичное, 2026-2027 уч.год

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						**День: 1**
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК №2377	Каша жидкая молочная манная	200	5,40	4,49	23,80	157,21
ТТК №2147	Бутерброд "Школьный"	45	4,28	5,13	13,75	118,29
№54-3гн Н2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	28,00
пром. выпуск	Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28
Итого за Завтрак		**565**	**10,46**	**10,1**	**56,01**	**356,78**
Обед						
ТТК №2419	Суп рыбный	250	6,10	6,94	15,75	149,86
ТТК №2063 ТТК№2277	Котлета "Домашняя" п/ф АО КП с соусом "Помидорка"	70/30	10,76	11,42	15,92	209,50
№309 М2017	Макароны отварные	180	9,20	7,61	56,22	330,17
ТТК №2097	Напиток из свежемороженной ягоды (горячий или холодный)	200	0,21	0,95	22,80	100,59
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
пром. выпуск	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44
Итого за Обед		**800**	**31,26**	**27,68**	**141,98**	**942,08**
Полдник						
№395 М2017	Вареники с картофелем с маслом сливочным	150	15,14	6,12	25,54	217,80
№342 М2017	Компот из плодов свежих	180	0,14	0,14	25,09	102,18
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
Итого за Полдник		**350**	**16,5**	**6,5**	**58,61**	**358,94**
Итого за день		**1715**	**58,22**	**44,28**	**256,60**	**1657,80**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						**День: 2**
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№392 М2017	Пельмени отварные с маслом сливочным	220	11,53	25,61	39,82	435,89
ТТК №2160	Бутерброд "Сырный"	45	8,46	6,09	15,01	148,69
ТТК №2464	Напиток "Каркаде" (горячий)	200	0,00	0,00	9,98	39,92
пром. выпуск	Хлебобулочные изделия (баранка)	40	4,16	0,52	25,68	124,04
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
	Итого за Завтрак	**555**	**28,10**	**32,72**	**114,64**	**865,44**
Обед						
№102 М2017	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,27	16,54	135,55
№123 М2016	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,49	0,32	15,21	73,68
№54-25м Н2022	Курица тушенная с морковью	100	14,12	5,78	4,46	126,34
№303 М2017	Каша гречневая вязкая	180	5,50	6,01	24,62	174,57
ТТК №2140	Компот из компотной смеси	200	0,70	0,30	19,30	82,70
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Обед	**800**	**29,52**	**17,92**	**88,11**	**631,80**
Полдник						
ТТК №2379	Каша молочная вязкая пшенная	150	6,15	8,37	26,20	204,73
пром. выпуск	Сок фруктовый в ассортименте	180	0,90	0,18	18,18	77,94
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Полдник	**350**	**8,27**	**8,79**	**52,36**	**321,63**
	Итого за день	**1705**	**65,89**	**59,43**	**255,11**	**1818,87**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 3
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК №2135	Макароны отварные с сыром	250	13,55	13,49	74,45	473,41
пром. выпуск	Батон	25	1,88	0,72	12,85	65,40
№14 М2017	Масло порциями	5	0,04	3,62	0,06	32,98
№684 М2004	Чай без сахара	200	0,40	0,10	0,08	2,82
пром. выпуск	Кондитерское изделие (Пряник глазированный)	40	2,36	1,88	30,00	146,36
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Итого за Завтрак	**550**	**20,60**	**20,11**	**131,93**	**791,11**
Обед						
№34 П2001	Свекольник со сметаной	250/10	2,23	7,43	10,52	117,87
№260 М2017	Гуляш из свинины	100	10,64	28,19	2,89	307,83
№312 М2017	Картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,64
№508 П2013	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	22,70	93,20
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
пром. выпуск	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44
	Итого за Обед	**800**	**21,34**	**42,04**	**87,10**	**812,12**
Полдник						
ТТК №907 ТТК №2162	Сырники из творога с соусом "Шоколадным"	2/60/30	16,17	13,26	24,32	281,30
ТТК №2345	Напиток с витаминами	200	0,00	0,00	18,60	74,40
пром. выпуск	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40
	Итого за Полдник	**400**	**19,22**	**13,86**	**62,87**	**453,10**
	Итого за день	**1750**	**61,16**	**76,01**	**281,90**	**2056,33**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 4
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№395 М2017	Вареники с картофелем с маслом сливочным	200	20,19	8,16	34,05	290,40
пром. выпуск	Батон	25	1,88	0,72	12,85	65,40
№54-2гн Н2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,40
пром. выпуск	Фрукты свежие (Яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72
Итого за Завтрак		**555**	**22,79**	**9,40**	**66,04**	**439,92**
Обед						
№88 М2017	Щи из свежей капусты	250	1,76	4,95	7,90	83,19
пром. выпуск	Сметана порциями	10	0,26	1,50	0,36	15,98
ТТК №2259	Плов "Детский"	220	24,80	16,99	50,20	452,91
№342 М2017	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	113,60
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
пром. выпуск	Хлеб ржаной	60	3,66	0,72	23,94	116,88
Итого за Обед		**800**	**35,38**	**24,92**	**139,26**	**922,84**
Полдник						
№174 М2017	Каша молочная вязкая кукурузная	150	5,45	7,93	36,27	238,25
ТТК №2097	Напиток из свежемороженной ягоды (горячий или холодный)	180	0,19	0,86	20,52	90,58
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
Итого за Полдник		**350**	**6,86**	**9,03**	**64,77**	**367,79**
Итого за день		**1705**	**65,03**	**43,35**	**270,07**	**1730,55**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 5
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№173 М2017	Каша вязкая молочная овсяная	220	9,14	13,73	39,42	317,81
ТТК №2147	Бутерброд "Школьный"	45	4,28	5,13	13,75	118,29
ТТК №2463	Напиток фруктовый (горячий)	200	0,14	0,06	21,78	88,22
пром. выпуск	Хлебобулочные изделия (баранка)	40	4,16	0,52	25,68	124,04
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого за Завтрак		**555**	**21,67**	**19,94**	**124,78**	**765,26**
Обед						
ТТК №2485	Рассольник "Семейный" со сметаной	250/10	2,31	6,90	17,28	140,46
ТТК №2186 ТТК№2277	Котлета "Классика" п/ф АО КП с соусом "Помидорка"	70/30	9,75	12,02	12,60	197,58
№309 М2017	Макароны отварные	180	9,20	7,61	56,22	330,17
ТТК №2345	Напиток с витаминами	200	0,00	0,00	18,60	74,40
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
пром. выпуск	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44
Итого за Обед		**800**	**25,46**	**27,19**	**131,16**	**871,19**
Полдник						
№289 М2017	Рагу из мяса птицы	150	10,76	10,05	10,03	173,61
№684 М2004	Чай без сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,53
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
Итого за Полдник		**350**	**12,34**	**10,38**	**18,08**	**215,10**
Итого за день		**1705**	**59,47**	**57,51**	**274,02**	**1851,55**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						**День: 6**
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК №2306	Салат из моркови по-корейски*	60	0,88	8,22	6,06	101,74
ТТК №2255	Омлет "Минутка"	150	13,22	25,47	2,54	292,27
ТТК №2160	Бутеброд "Сырный"	45	8,46	6,09	15,01	148,69
№54-3гн Н2020	Чай с лимоном и сахаром	180	0,27	0,00	6,03	25,20
Пром. выпуск	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	15	1,12	1,47	11,16	62,35
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
пром. выпуск	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40
	Итого за Завтрак	**550**	**30,95**	**42,35**	**84,90**	**844,55**
Обед						
№23 М2017	Салат из помидор**	100	1,1	6,12	4,57	77,76
№392 М2017	Пельмени отварные с маслом сливочным	200	10,48	23,28	36,20	396,24
пром. выпуск	Сок фруктовый в ассортименте	200	1,00	0,20	20,20	86,60
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
пром. выпуск	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40
пром. выпуск	Фрукты свежие (Апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	75,60
	Итого за Обед	**800**	**21,38**	**31,10**	**121,27**	**850,50**
Полдник						
ТТК №2379	Каша молочная вязкая пшенная	150	6,15	8,37	26,20	204,73
ТТК №2097	Напиток из свежемороженной ягоды (горячий или холодный)	180	0,19	0,86	20,52	90,58
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Полдник	**350**	**7,56**	**9,47**	**54,70**	**334,27**
	Итого за день	**1700**	**59,89**	**82,92**	**260,87**	**2029,32**
*Замена с 01.03.2027 на Маринад овощной в связи с сезонностью		100	1,1	6,13	6	12,84
*Замена в случае отсутствия свежего овоща(помидор) на Салат из моркови		100	1,23	1	11,6	60,32
	Итого за день с заменой	**1700**	**59,89**	**82,93**	**262,30**	**2035,13**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 7
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№54-16к-2020	Каша "Дружба"	150	3,75	5,18	17,93	133,34
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
№54-2гн Н2020	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	5,76	23,76
пром. выпуск	Фрукты свежие (Апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	75,60
	Итого за Завтрак	**550**	**7,31**	**5,78**	**49,55**	**279,46**
Обед						
№103 М2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,45	106,12
ТТК №2380 ТТК №2277	Котлета "Деревенская" п/ф АО КП с соусом "Помидорка"	70/30	10,42	7,47	16,34	174,27
№303 М2017	Каша гречневая вязкая	180	5,50	6,01	24,62	174,57
№508 П2013	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	22,70	93,20
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
пром. выпуск	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44
	Итого за Обед	**800**	**24,20**	**17,08**	**112,40**	**700,12**
Полдник						
№395 М2017	Вареники с картофелем с маслом сливочным	150	15,14	6,12	25,54	217,80
пром. выпуск	Сок фруктовый в ассортименте	180	0,90	0,18	18,18	77,94
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Полдник	**350**	**17,26**	**6,54**	**51,7**	**334,70**
	Итого за день	**1700**	**48,77**	**29,4**	**213,65**	**1314,28**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 8
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК №820/1 ТТК №2162	Запеканка из творога с соусом "Шоколадный"	100/30	20,24	11,06	25,86	283,94
ТТК №2147	Бутерброд "Школьный"	45	4,28	5,13	13,75	118,29
№684 М2004	Чай без сахара	200	0,40	0,10	0,08	2,82
пром. выпуск	Фрукты свежие (Яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
	Итого за Завтрак	**555**	**29,39**	**17,31**	**76,58**	**579,67**
Обед						
№82 М2017	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	2,10	6,74	11,28	114,18
ТТК №2310	Соте "Курочка Ряба"	100	13,34	12,04	8,72	196,60
№305 М2017	Рис припущенный	180	4,37	5,16	44,00	239,92
ТТК №2257	Кисель из ягоды	200	0,20	0,50	27,60	115,70
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Обед	**800**	**24,39**	**25,08**	**118,90**	**798,88**
Полдник						
ТТК №2377	Каша жидкая молочная манная	150	4,05	3,37	17,85	117,93
№54-3гн Н2020	Чай с лимоном и сахаром	180	0,27	0,00	6,03	25,20
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Полдник	**350**	**5,54**	**3,61**	**31,86**	**182,09**
	Итого за день	**1705**	**59,32**	**46,00**	**227,34**	**1560,64**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						**День: 9**
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК №2135	Макароны отварные с сыром	250	13,55	13,49	74,45	473,41
№1 М2017	Бутерброд с маслом	35	2,06	6,55	13,03	119,31
ТТК №2463	Напиток фруктовый (горячий)	200	0,14	0,06	21,78	88,22
Пром. выпуск	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	15	1,12	1,47	11,16	62,35
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого за Завтрак		**550**	**20,82**	**22,07**	**144,57**	**860,19**
Обед						
№88 М2017	Щи из свежей капусты	250	1,76	4,95	7,90	83,19
пром. выпуск	Сметана порциями	10	0,26	1,50	0,36	15,98
ТТК №2342	Гречка по-купечески	220	23,76	45,98	46,03	692,98
ТТК №2345	Напиток с витаминами	200	0,00	0,00	18,60	74,40
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
пром. выпуск	Хлеб ржаной	60	3,66	0,72	23,94	116,88
Итого за Обед		**800**	**34,18**	**53,75**	**125,81**	**1123,71**
Полдник						
ТТК №2379	Каша молочная вязкая пшенная	150	6,15	8,37	26,20	204,73
ТТК №2097	Напиток из свежемороженной ягоды (горячий или холодный)	180	0,19	0,86	20,52	90,58
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
Итого за Полдник		**350**	**7,56**	**9,47**	**54,70**	**334,27**
Итого за день		**1700**	**62,56**	**85,29**	**325,08**	**2318,17**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 10
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№71 М2017	Овощи натуральные свежие (огурец)*	60	0,42	0,06	1,14	6,78
ТТК №510	Биточки "Нежные" п/ф	50	11,09	2,69	8,15	101,17
пром. выпуск	Булочка "Пикник"	40	2,10	3,76	22,20	131,04
№54-2гн Н2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,40
пром. выпуск	Фрукты свежие (Апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	75,60
	Итого за Завтрак	**550**	**15,61**	**6,91**	**54,09**	**340,99**
Обед						
№45 М2017	Салат из белокочанной капусты**	100	1,31	3,25	6,47	60,37
ТТК №2491	Суп томатный с рисом	250	1,84	2,80	22,22	121,44
№289 М2017	Рагу из мяса птицы	180	12,91	12,06	12,04	208,34
ТТК №2097	Напиток из свежемороженной ягоды (горячий или холодный)	200	0,21	0,95	22,80	100,59
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
пром. выпуск	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44
	Итого за Обед	**800**	**21,26**	**19,82**	**94,82**	**642,70**
Полдник						
№174 М2017	Каша молочная вязкая кукурузная	150	5,45	7,93	36,27	238,25
ТТК №2140	Компот из компотной смеси	180	0,63	0,27	17,37	74,43
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Полдник	**350**	**7,3**	**8,44**	**61,62**	**351,64**
	Итого за день	**1700**	**44,17**	**35,17**	**210,53**	**1335,33**
*Замена в случае отсутствия свежего овоща(огурец) на огурец консервированный		60	0,48	0,06	1,02	6,54
*Замена с 01.03.2027 на Маринад овощной в связи с сезонностью		100	1,1	6,13	6	12,84
	Итого за день с заменой	**1600**	**44,23**	**35,17**	**210,41**	**1335,09**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						**День: 11**
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№174 М2017	Каша рисовая молочная вязкая	220	6,28	11,35	44,99	307,23
ТТК №2160	Бутерброд "Сырный"	45	8,46	6,09	15,01	148,69
ТТК №2464	Напиток "Каркаде" (горячий)	200	0,00	0,00	9,98	39,92
пром. выпуск	Хлебобулочные изделия (баранка)	40	4,16	0,52	25,68	124,04
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90
	Итого за Завтрак	**555**	**22,85**	**18,46**	**119,81**	**736,78**
Обед						
ТТК №2485	Рассольник "Семейный" со сметаной	250/10	2,31	6,90	17,28	140,46
№260 М2017	Гуляш из свинины	100	10,64	28,19	2,89	307,83
№309 М2017	Макароны отварные	180	9,20	7,61	56,22	330,17
№342 М2017	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	113,60
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
пром. выпуск	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92
	Итого за Обед	**800**	**26,33**	**43,54**	**129,89**	**1016,74**
Полдник						
№392 М2017	Пельмени отварные с маслом сливочным	150	7,86	17,46	27,15	297,18
ТТК №2345	Напиток с витаминами	180	0,00	0,00	16,74	66,96
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Полдник	**350**	**9,08**	**17,70**	**51,87**	**403,10**
	Итого за день	**1705**	**58,26**	**79,7**	**301,57**	**2156,62**

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						**День: 12**
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№23 М2017	Салат из помидор*	100	1,1	6,12	4,57	77,76
№392 М2017	Пельмени отварные с маслом сливочным	150	7,86	17,46	27,15	297,18
пром. выпуск	Батон	25	1,88	0,72	12,85	65,40
№54-2гн Н2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,40
пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
пром. выпуск	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44
Пром. выпуск	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	15	1,12	1,47	11,16	62,35
	Итого за Завтрак	**550**	**16,36**	**26,43**	**88,59**	**657,67**
Обед						
ТТК №2009 ТТК №2277	Котлета рыбная "Мечта" п/ф АО КП с соусом "Помидорка"	70/30	12,20	4,22	7,56	117,02
№305 М2017	Рис припущенный	180	4,37	5,16	44,00	239,92
ТТК №2097	Напиток из свежемороженной ягоды (горячий или холодный)	200	0,21	0,95	22,80	100,59
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
пром. выпуск	Хлеб ржаной	60	3,66	0,72	23,94	116,88
пром. выпуск	Фрукты свежие (Апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	75,60
	Итого за Обед	**800**	**26,98**	**12,05**	**143,48**	**790,29**
Полдник						
№173 М2017	Каша вязкая молочная овсяная	150	6,23	9,37	26,88	216,77
пром. выпуск	Сок фруктовый в ассортименте	180	0,90	0,18	18,18	77,94
пром. выпуск	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96
	Итого за Полдник	**350**	**8,35**	**9,79**	**53,04**	**333,67**
	Итого за день	**1700**	**51,69**	**48,27**	**285,11**	**1781,63**
*Замена в случае отсутствия свежего овоща(помидор) на Салат из моркови		100	1,23	1	11,6	60,32
	Итого за день с заменами	**1700**	**51,82**	**43,15**	**292,14**	**1577,15**

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приёмам пищи в зависимости от времени пребывания в организации.

Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ЗАВТРАК (20-25%)	**Норма :**	**18-22,5**	**18,4-23**	**76,6-95,75**	**544-680**
	Факт :	**20,58**	**19,30**	**92,62**	**626,49**
Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ОБЕД (30-35%)	**Норма :**	**27-31,5**	**27,6-32,2**	**114,9-134,05**	**816-952**
	Факт :	**27,11**	**28,51**	**119,52**	**843,11**
Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ПОЛДНИК (10-15%)	**Норма :**	**9-13,5**	**9,2-13,8**	**38,3-57,45**	**272-408**
	Факт :	**10,49**	**9,67**	**51,35**	**334,33**
ИТОГО за 2 недели (завтрак:20-25%, обед: 30-35%, полдник: 10-15%)	**Норма :**	**54-67,5**	**55,2-69**	**229,8-287,25**	**1632-2040**
	Факт :	**58,17**	**57,48**	**263,49**	**1803,92**

Тип организации	**Приём пищи**	**Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии**
Общеобразовательные организации и организации профессионального образования	Завтрак	23,0
	Обед	31,0
	Полдник	12,3
Итого за 2 недели, %		**66,3**

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приёмам пищи в зависимости от времени пребывания в организации. С учетом замен.

Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ЗАВТРАК (20-25%)	Норма :	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75	544-680
	Факт :	20,61	18,70	93,20	623,50
Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ОБЕД (30-35%)	Норма :	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05	816-952
	Факт :	27,10	28,33	120,06	843,59
Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ПОЛДНИК (10-15%)	Норма :	9-13,5	9,2-13,8	38,3-57,45	272-408
	Факт :	10,49	9,67	51,35	334,33
ИТОГО за 2 недели (завтрак:20-25%, обед: 30-35%, полдник: 10-15%)	Норма :	54-67,5	55,2-69	229,8-287,25	1632-2040
	Факт :	58,20	56,69	264,61	1801,42

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приёмам пищи в зависимости от времени пребывания в организации.

Тип организации	Приём пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии
Общеобразовательные организации и организации профессионального образования	Завтрак	22,9
	Обед	31,0
	Полдник	12,3
Итого за 2 недели, %		66,2

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием :

1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. М 2017 г.

2.Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов. Новосибирск 2020 г.

3.Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений. Пермь 2001 г.

4.Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий. П 2018 г.

5. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. М 2016.

6. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий. Пермь 2013.

7. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. М 2004.

8. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях. М 2022 г.