



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ
МЕНЮ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ
7-11 лет и с 12 лет и старше
с 01 сентября 2025 года

Неделя первая

День первый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	220	10	15	31	299
692	Кофейный напиток	200	4	3	21	127
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,8	1	0	7	32
Пром.	Мандарин	146,07	1	0	9	40
	Итого:	583	16	18	68	498
	Завтрак с 12 лет и старше					
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	270	14	16	41	364
692	Кофейный напиток	200	4	3	20	123
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17	1	0	7	32
Пром.	Мандарин	165,3	1	0	9	40
	Итого:	652	20	19	77	559
	Обед 7-11 лет					
133	Суп картофельный с горбушей	215	6	4	15	120
451	Котлета из говядины	90	9	18	4	214
516	Макаронные изделия отварные	150	7	5	50	273
ТК 2	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17	1	0	7	32
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0	6	28
	Итого:	687	24	27	101	743
	Обед с 12 лет и старше					
133	Суп картофельный с горбушей	270	7	4	18	136
451	Котлета из говядины	110	11	21	6	257
516	Макаронные изделия отварные	200	7	5	50	273
ТК 2	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	34	2	0	14	64
Пром.	Хлеб ржаной	19,95	1	0	8	36
	Итого:	834	28	30	115	842
	Итого с 7 до 11 лет		40	45	169	124
	Итого с 12 лет		48	49	192	140

Неделя первая

День второй

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
З	Бутерброд с сыром	62	10	9	3	133
СРБКИ 360	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	220	2	5	40	213
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	36
	Итого:	502	15	16	74	500
	Завтрак с 12 лет и старше					
З	Бутерброд с сыром	100	13	11	5	171
СРБКИ 361	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	275	3	6	45	246
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17,5	1	0	7	32
	Итого:	593	19	19	80	567
	Обед 7-11 лет					
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	70	3	7	3	87
114	Борщ с картофелем и сметаной	205	4	3	5	63
ЕСТН 299	Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	90	13	5	9	133
СРБКИ 624	Рис пикантный	150	4	5	36	205
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	29	2	0	12	56
	Итого:	744	27	20	92	656
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	100	4	12	4	140
114	Борщ с картофелем и сметаной	265	8	7	9	131
ЕСТН 299	Рыба (минтай), тушенная в томате с овощами	100	14	6	9	146
СРБКИ 624	Рис пикантный	180	4	6	44	246
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	18	2	1	13	69
	Итого:	863	33	32	106	844
	Итого с 7 до 11 лет		42	36	166	1156
	Итого с 12 лет		52	51	186	1411

Неделя первая

День третий

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченый	335	10	13	34	293
693	Какао с молоком "Виташка"	200	4	3	26	147
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17,1	1	0	7	32
	Итого:	552	15	16	67	472
	Завтрак с 12 лет и старше					
СТН 4/6	Омлет с картофелем запеченый	380	12	14	41	338
693	Какао с молоком "Виташка"	200	4	3	26	147
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2	1	13	69
	Итого:	615	18	18	80	554
	Обед 7-11 лет					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	210	3	5	12	105
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	100	12	16	30	312
520	Пюре картофельное	150	3	4	21	132
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	100	3	6	10	106
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	29	1	0	7	32
	Итого:	789	22	31	111	811
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	16	130
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	110	14	18	32	346
520	Пюре картофельное	200	4	6	27	178
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	100	3	6	10	106
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,7	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	17	1	0	7	32
	Итого:	943	27	37	138	993
	Итого с 7 до 11 лет		37	47	178	1283
	Итого с 12 лет		45	55	218	1547

Неделя первая

День четвертый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
1	Бутерброд с сыром	60	4	8	24	184
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	220	11	14	25	270
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	57	4	1	24	121
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	737	22	25	106	737
	Завтрак с 12 лет и старше					
1	Бутерброд с сыром	102	8	16	35	316
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	260	15	17	31	337
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	23	1	0	14	60
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	785	27	35	113	875
	Обед 7-11 лет					
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	100	3	3	6	63
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	210	7	6	24	178
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	90	10	8	12	160
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,7	2	1	14	73
Пром.	Хлеб ржаной	18	1	0	7	32
	Итого:	851	30	25	125	845
	Обед с 12 лет и старше					
ЕСТН 5	Салат из б/к капусты и огурцов	120	3	4	7	76
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	260	8	7	26	199
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	120	11	9	13	177
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	220	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	16	1	0	8	36
	Итого:	953	32	28	131	904
	Итого с 7 до 11 лет		52	50	231	1582
	Итого с 12 лет		59	63	244	1779

Неделя первая

День пятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
311	Каша жидкая пшениая маслом сливочным	210	10	9	30	241
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,6	2	1	14	73
Пром.	Мандарин	120	1	0	11	48
Пром.	Сок 1 шт	200	1	0	10	44
	Итого:	764	18	16	90	576
	Завтрак с 12 лет и старше					
311	Каша жидкая пшениая маслом сливочным	265	12	11	37	295
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,6	2	1	14	73
Пром.	Мандарин	120	1	0	11	48
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	819	20	18	97	630
	Обед 7-11 лет					
СРБКИ 68	Салат "Морковь по-корейски"	100	6	8	26	200
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	3	5	14	113
451	Биточки из говядины	90	9	11	30	255
259	Картофель, запеченный со сметаной и сыром	150	8	10	11	166
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32,7	2	1	13	69
	Итого:	783	28	35	116	891
	Обед с 12 лет и старше					
СРБКИ 68	Салат "Морковь по-корейски"	100	6	8	26	200
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	4	6	21	154
451	Биточки из говядины	110	10	12	33	280
259	Картофель, запеченный со сметаной и сыром	180	9	11	13	187
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	34,5	2	1	14	73
Пром.	Хлеб ржаной	33,6	2	1	14	73
	Итого:	918	33	39	143	1055
	Итого с 7 до 11 лет		46	51	206	1467
	Итого с 12 лет		53	57	240	1685

Неделя первая

День шестой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрез" (кета)	110	14	12	27	272
520	Пюре картофельное	150	1	2	18	94
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33	2	1	14	73
	Итого:	493	17	15	68	475
	Завтрак с 12 лет и старше					
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрез" (минтай)	120	15	14	32	314
520	Пюре картофельное	220	3	4	21	132
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35,7	2	1	14	73
	Итого:	576	20	19	76	555
	Обед 7-11 лет					
133	Суп картофельный с горбушей	215	4	3	24	139
СРБКИ 555	Чиполлетти из говядины	100	11	16	24	284
СТН 27/3	Рагу из овощей	180	6	5	28	181
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	32
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,7	2	1	14	73
Пром.	Хлеб ржаной	33	2	1	14	73
	Итого:	762	25	26	112	782
	Обед с 12 лет и старше					
133	Суп картофельный с горбушей	275	4	4	25	152
СРБКИ 555	Чиполлетти из говядины	120	14	20	28	348
СТН 27/3	Рагу из овощей	200	3	5	28	169
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	32
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	28,3	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	16,9	2	0	10	48
	Итого:	840	25	30	114	826
	Итого с 7 до 11 лет		42	41	180	125
	Итого с 12 лет		45	49	190	138

Неделя вторая
 День седьмой
 Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
302	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	215	5	9	24	197
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,9	1	0	16	68
Пром.	Мандарины	135,5	4	2	14	90
	Итого:	567	16	17	88	569
	Завтрак с 12 лет и старше					
302	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	275	7	12	31	260
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,9	1	0	16	68
Пром.	Мандарины	123	4	1	11	69
	Итого:	615	18	19	92	611
	Обед 7-11 лет					
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	210	3	4	18	120
ЕСТН 341	Котлеты "Пермские"	100	17	18	14	286
516	Макаронные изделия отварные	180	6	4	38	212
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19,8	1	0	8	36
Пром.	Хлеб ржаной	16,3	1	0	6	28
	Итого:	727	28	26	103	758
	Обед с 12 лет и старше					
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	265	3	4	23	140
ЕСТН 341	Котлеты "Пермские"	120	20	22	17	346
516	Макаронные изделия отварные	200	7	5	43	245
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,7	2	0	14	64
Пром.	Хлеб ржаной	30,2	2	0	12	56
	Итого:	849	34	31	128	927
	Итого с 7 до 11 лет		44	43	191	1327
	Итого с 12 лет		52	50	220	1538

Неделя вторая

День восьмой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше						
№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
ЕСТН 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	320	20	20	60	500
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2	0	13	60
	Итого:	550	22	20	87	616
	Завтрак с 12 лет и старше					
ЕСТН 282	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	395	24	24	65	572
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	36
	Итого:	615	25	24	87	665
	Обед 7-11 лет					
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	70	0	4	8	68
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1	4	25	140
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	100	13	10	15	202
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	9	10	181
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	8	32
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	28,8	1	0	9	40
Пром.	Хлеб ржаной	16,9	2	0	11	52
	Итого:	771	32	27	86	715
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	100	1	5	10	89
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	255	1	5	28	161
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	120	16	12	18	244
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	11	9	199
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	8	32
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,8	2	0	10	48
	Итого:	876	36	33	83	773
	Итого с 7 до 11 лет		54	47	173	133
	Итого с 12 лет		61	57	170	143

Неделя вторая

День девятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи: Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
1	Бутерброд с маслом	62	5	6	26	178
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	210	8	7	25	195
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	21,6	1	0	9	40
	Итого:	494	18	19	85	583
	Завтрак с 12 лет и старше					
1	Бутерброд с маслом	100	5	6	28	186
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	255	9	8	31	232
Пром.	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	27,4	2	1	15	77
	Итого:	582	20	21	99	665
	Обед 7-11 лет					
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	60	1	4	1	44
139	Суп картофельный с горохом и гречками	210	0	5	13	97
505	Кнели из куриного филе	92	3	5	17	125
520	Пюре картофельное	150	15	12	1	172
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	2	1	15	77
	Итого:	731	22	27	74	627
	Обед с 12 лет и старше					
19	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	100	2	6	2	70
139	Суп картофельный с горохом и гречками	260	1	8	14	132
505	Кнели из куриного филе	102	4	6	21	154
520	Пюре картофельное	180	5	5	26	169
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,5	2	1	15	77
	Итого:	865	15	26	105	714
	Итого с 7 до 11 лет		40	46	159	121
	Итого с 12 лет		35	47	204	137

Неделя вторая
 День десятый
 Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			б	ж	у	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром и мясом	300	11	14	20	250
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	46,9	2	1	15	77
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	747	16	17	68	489
	Завтрак с 12 лет и старше					
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром	380	14	16	25	300
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45,4	3	1	19	97
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	825	20	19	77	559
	Обед 7-11 лет					
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	60	0	3	1	31
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	4	3	5	63
СРБКИ 588	Курица по-тайски	270	14	17	39	365
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	46,3	3	1	19	97
Пром.	Хлеб ржаной	33,7	2	1	15	77
	Итого:	815	23	25	101	721
	Обед с 12 лет и старше					
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	110	1	4	2	48
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	10	7	14	159
СРБКИ 588	Курица по-тайски	300	16	17	46	401
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,6	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	21,2	2	0	12	56
	Итого:	920	31	29	111	829
	Итого с 7 до 11 лет		39	42	169	1210
	Итого с 12 лет		51	48	188	1388

Неделя вторая

День одиннадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	215	12	10	32	266
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,8	1	0	6	28
Пром.	Мандарин	142	1	1	10	53
	Итого:	574	20	17	82	561
	Завтрак с 12 лет и старше					
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	275	13	11	40	311
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,8	1	0	7	32
Пром.	Мандарин	129,9	2	1	11	61
	Итого:	622	22	18	92	618
	Обед 7-11 лет					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	225	3	5	12	105
ВРО 43	Суфле "Рыбка"/смесь мексиканская припущенная	210	20	19	40	411
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	84
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	44,2	2	0	11	52
Пром.	Хлеб ржаной	33,7	1	0	7	32
	Итого:	713	26	24	91	684
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	16	130
ВРО 43	Суфле "Рыбка"/смесь мексиканская припущенная	270	22	21	43	449
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	84
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	21,5	4	1	25	125
Пром.	Хлеб ржаной	16,9	1	0	7	32
	Итого:	783	30	28	112	820
	Итого с 7 до 11 лет		46	41	173	1245
	Итого с 12 лет		52	46	204	1438

Неделя вторая

День двенадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
2	Бутерброд с сыром	66	3	1	5	41
312	Каша жидкая пшенная маслом сливочным	210	14	16	30	320
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17	1	0	11	48
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	693	19	17	70	509
	Завтрак с 12 лет и старше					
2	Бутерброд с сыром	100	3	1	5	41
312	Каша жидкая пшенная маслом сливочным	265	15	18	32	350
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	26,7	2	0	11	52
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	792	21	19	72	543
	Обед 7-11 лет					
135	Суп из овощей со сметаной	205	3	3	11	83
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	230	16	20	45	424
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	60	2	2	3	38
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31,9	1	0	9	40
Пром.	Хлеб ржаной	16,9	1	0	8	36
	Итого:	744	23	25	101	721
	Обед с 12 лет и старше					
135	Суп из овощей со сметаной	260	4	4	12	100
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	270	19	24	50	492
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	100	3	3	5	58
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	41,6	2	0	12	56
Пром.	Хлеб ржаной	33,6	1	0	18	76
	Итого:	905	29	31	122	882
	Итого с 7 до 11 лет		42	42	171	1230
	Итого с 12 лет		50	50	194	1425

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак + обед) с 12 лет и старше

2012

Полное наименование продукта	ед. изм.	допускается в рац. на 1 ребенка 10-17 лет (ккал/сутки)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Всего	Среднее на 12 дней	Величина % дневной нормы
За день			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Завтрак	г	80	68	92	95	98	91	68	91	95	91	91	91	95	870	72.5	90
Обед	г	91	47	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	815	67.9	83
Всего за день	г	171	115	183	186	189	182	159	182	186	182	182	182	186	1685	140.4	173
Полученная энергия, кДж	кДж	2710	1451.3	3031	1842	3779	1855	1880	1913	3159	1497.8	1919	1499	1474.3	12700	1409.4	1687

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак) с 12 лет и старше

2012

Наименование пищевой продукции	ед. изм.	допускается в рац. на 1 ребенка 10-17 лет (ккал/сутки)	Среднее значение энергетической ценности												Всего	Среднее на 12 дней	Величина % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
За день			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Завтрак	г	80	23	18	28	27	27	20	28	28	23.2	20	22	22	189.2	15.77	19
Обед	г	91	18	18	28	28	28	18	28	23	24	19	28	18	248	20.67	25
Всего за день	г	171	41	36	56	55	55	38	56	51	47.2	39	50	40	437.2	36.44	44
Полученная энергия, кДж	кДж	2710	122	90.7	214	212	171	122	214	185	187.8	157	217	140	708.8	86.66	107

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности обед) с 12 лет и старше

2012

Полное наименование продукта	ед. изм.	допускается в рац. на 1 ребенка 10-17 лет (ккал/сутки)												Всего	Среднее на 12 дней	Величина % дневной нормы
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
За день		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Завтрак	г	80	28	28	27	27	20	28	28	23	24	19	28	189.2	15.77	19
Обед	г	91	30	32	32	32	38	38	38	38	38	38	38	374	31.17	35
Всего за день	г	171	58	60	59	59	58	66	66	61	62	57	66	563.2	46.94	54
Полученная энергия, кДж	кДж	2710	852	884	883	884	1055	826	827	714	779	629	629	4669.7	567.5	697

Величина в граммах	Величина в ккал	Величина в кДж	Величина в кДж
Завтрак	80 (33.5)	337.1 к	140.56
Обед	91 (38.5)	379.3 к	158.51
Всего	171 (72.0)	716.4 к	299.07
Полученная энергия, кДж	2710 (1134.3)	1134.3 к	474.07

Ведомость контроля за реализацией питания
по рецептам производства

Приложение 050 "Книжка санитарного контроля"

на рецептах, 050, 050, 050, 050

Наименование	Единица измерения	Вид	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ												Среднее значение по 100 %		
			1 раз	2 раз	3 раз	4 раз	5 раз	6 раз	7 раз	8 раз	9 раз	10 раз	11 раз	12 раз			
Вода питьевая	120	Граммы	30,0	40,0	55,0	70,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	230,00	89,0	41
Хлеб пшеничный	200	Граммы	135,00	80,00	144,00	80,00	120,70	110,00	101,00	101,70	101,00	80,00	80,00	100,00	1 320,00	115,0	40
Мука пшеничная	20	Граммы	0,00	20,00	5,00	50,20	1,00	10,00	4,00	11,00	2,00	24,00	3,00	3,00	144,40	12,0	40
Вода питьевая	50	Граммы	70,00	0,00	25,40	20,00	50,00	0,00	25,00	20,00	0,00	0,00	10,00	80,00	200,00	20,0	40
Молоко стерилизованное	20	Граммы	80,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	80,00	0,00	0,00	100,00	10,0	40
Хлеб белый	100	Граммы	34,00	101,00	77,00	154,00	0,00	300,00	84,00	101,10	104,00	20,00	17,00	90,00	1 345,10	110,0	40
Хлеб белый из пшеницы	200	Граммы	120,00	100,00	100,00	200,00	200,00	100,00	100,00	100,00	100,00	200,00	200,00	200,00	2 200,00	100,0	40
Хлеб белый из пшеницы	100	Граммы	210,00	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1 200,00	100,0	40
Хлеб белый из пшеницы, 0,1 % пшеницы	20	Граммы	20,00	10,00	0,00	20,00	10,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	20,00	100,00	10,0	40
Хлеб белый из пшеницы, 0,1 % пшеницы, 0,1 % пшеницы	200	Граммы	200	0,00	0,00	200	200	0	200	0	200	200	0	200	1 400,00	100,0	40
Молоко стерилизованное	70	Граммы	80,0	0,00	0,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	800,00	80,0	40
Хлеб белый	40	Граммы	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	0,00	0,0	100
Хлеб белый из пшеницы, 0,1 % пшеницы, 0,1 % пшеницы	20	Граммы	0,00	100,00	0,00	0,00	80,00	0,00	0,00	100,00	100,00	0,00	0,00	0,00	200,00	20,0	40
Хлеб белый	70	Граммы	0,00	0,00	100,00	80,00	0,00	100,00	0,00	80,00	0,00	0,00	0,00	80,00	400,00	10,0	40
Хлеб белый	200	Граммы	200,0	0,00	200,0	200,0	200,0	0,00	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	2 200,00	100,0	40
Хлеб белый из пшеницы	100	Граммы													0,00	0,0	
Хлеб белый	80	Граммы	0,00	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00	0,00	100,00	0,00	0,00	400,00	10,0	40
Хлеб белый	10	Граммы	0,0	0,00	10,00	10,00	10,00	0,00	10,00	10,00	0,00	0,00	10,00	10,00	100,00	10,0	40
Хлеб белый из пшеницы	30	Граммы	20,0	20,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	300,00	30,0	40
Хлеб белый из пшеницы	10	Граммы	10,0	0,0	10,0	10,0	0,0	10,0	0,0	10,0	10,0	0,0	10,0	10,0	100,00	10,0	40
Хлеб белый	40	Граммы	0,0	20,00	100,00	2,00	0,00	30,00	0,00	10,00	70,00	10,00	0,00	0,00	200,00	20,0	40
Хлеб белый	30	Граммы	10,0	20,00	10,00	10,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	200,00	20,0	40
Хлеб белый из пшеницы	10	Граммы													0,00	0,0	100
Хлеб белый	2	Граммы	0,0	2,00	0,00	0,00	2,00	2,00	0,00	2,00	0,00	2,00	2,00	2,00	10,00	1,0	40
Хлеб белый	1,2	Граммы	0,0	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00	1,0	40
Хлеб белый из пшеницы	2	Граммы	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	1,0	40
Хлеб белый	3,5	Граммы	0,0	0,00	0,00	2,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,10	0,2	40
Хлеб белый	4	Граммы	0,0	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	2,0	40
Хлеб белый	5	Граммы	0,0	0,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	1,0	40
Хлеб белый	1	Граммы	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	10,00	1,0	40

При составлении примерного двухнедельного меню завтраков и обедов использовалась следующая литература:
1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лашинской. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 639 с.
2. Сборник технических нормативов для питания детей и организованных отдыха и оздоровления / Автор – составитель: Д.В. Григорьев, О.В. Чутунова – Министерство агропромышленного комплекса и продовольствия Свердловской области УрГЭУ Екатеринбург 2015 г. (СТН)
3. Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений/ Составители профессор Перевалов А.Я., профессор Титова Н.В. - Издание 4-е, дополненное и исправленное г. Пермь 2021г (ЕСТН)
4. Официальное справочное - информационное методическое издание Министерства общего и профессионального образования Свердловской области. Вестник регионального образования / Под редакцией Н.И. Калашова, Е.Л. Перевалова, Л.И. Ситник, Е.Г. Тетюхиной. Министерство общего и профессионального образования Свердловской области, 2006г; ГОУ "Центр" Учебная книга", 2006год (ВРО)
5. СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ / Издание 2-е, исправленное и дополненное / Под редакцией Г.Г. Овчинникова, В.А. Тутельяна (СРБКИ-22)/Москва 2022г
6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ"
7. Региональный стандарт оказания услуг по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, расположенных на территории Свердловской области. Методические рекомендации. Екатеринбург 2021.
8. Химический состав российских пищевых продуктов. Справочник / Под ред. член-корр. МАИ, проф. И.М. Скуряткина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛин принт, 2002 - 236 с.
9. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ . РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20