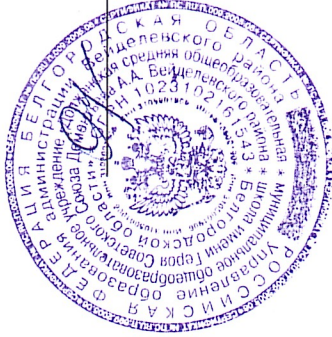


Согласовано:
Директор
МОУ «Должанская средняя
общеобразовательная школа»



Шумская О.В.

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "ФСП"



В.И. Бутикова

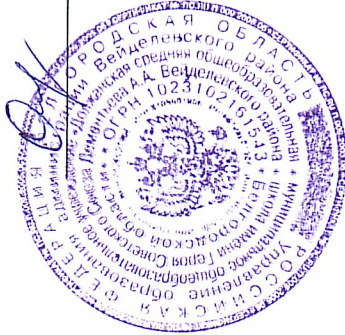
*Перспективное меню на 2024-2025 год
(осенне – зимний период)*

*В Муниципальном Общеобразовательном Учреждении «Должанская Средняя
Общеобразовательная Школа» Вейделевского района Белгородской области
для обучающихся с 12 лет и старше*

(предоставление горячих завтраков и обедов)

Согласовано:
Директор
МОУ «Должанская средняя
общеобразовательная школа»

Шумская О.В.



Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "ФСЦ"



В.И. Бутикова

*Перспективное меню на 2024-2025 год
(осенне – зимний период)*

*В Муниципальном Общеобразовательном Учреждении «Должанская Средняя
Общеобразовательная Школа» Вейделевского района Белгородской области
для обучающихся с 7 до 11 лет*

(предоставление горячих завтраков и обедов)



Перспективное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд для МОУ Вейделевского района на 2024 год

Сезон: осенне-зимний
 Возраст: с 7-11 лет, 12 и старше
 Неделя: 1
 понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Ca	P	ZN	I	Mg	Fe			
1	2	3	4,00	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Завтрак																				
71	Холодная закуска: Овощи порционно / Огурец свежий	70	0,33	0,04	1,13	6,22	0,009	0,01	3	0,003	0,03	6,90	12,60	0,064	0,001	4,20	0,18			
291	Плов с птицы	220	48,51	23,95	43,30	470,77	0,75	0,73	3,93	0,42	0	40,60	276,51	0	0	59,03	2,54			
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,52	0,160	9,840	46,880	0,020	0,010	0,440	0,000	0,700	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220			
377	Чай с лимоном	200	3,81	0,06	15,22	62,46	0,01	0,01	2,90	0	0,06	8,05	9,78	0,02	0,000	5,24	0,87			
Итого за завтрак																				
			22,60	24,21	69,49	586,33	0,78	0,76	10,27	0,42	0,79	59,55	311,89	0,09	0,00	66,47	3,81			
% от суточной нормы			25,11%	26,32%	18,14%	21,56%	55,50%	47,25%	14,67%	47,00%	6,58%	5,0%	25,99%	0,64%	2,00%	22,82%	21,2%			
Обед (полноценный рацион питания)																				
* 56	Салат из свежей капусты	100	10,44	5,2	9,3	89,83	0,167	0,167	20,50	0,033	0,833	99,8	52,2	0,7047	0,005	27,2	1,17			
102	"Молодость"/жаренная капуста/	250	10,76	6,22	21,73	147,71	0,27	0,09	9,00	0,001	0,26	54,13	183,20	1,16	0,013	49,63	1,03			
266	Суп картофельный с горохом на м/б	90	49,14	23,28	4,29	293,00	0,20	0,24	0,48	0,05	0,068	54,5	200,1	2,56	2,560	27,5	2,17			
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	14,16	7,88	38,78	231,92	0,072	0,036	0	0,036	3,06	21,74	188,44	1,068	0,002	125,34	4,26			
345	Компот из быстрозамороженных ягод	200	4,90	0,06	20,73	83,34	0,00	0,00	2,50	0,00	0,20	4,00	3,30	0,08	0,00	1,70	0,15			
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,08	2,64	13,68	69,6	0,08	0,04	0	0	2,40	14,00	63,20	1,20	0,001	9,40	0,78			
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,52	0,160	9,840	46,880	0,020	0,010	0,440	0,000	0,700	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220			
Итого за Обед (полноценный рацион питания)																				
			94,00	36,51	118	962,3	0,8	0,6	32,9	0,12	7,52	252	703,5	6,778	2,583	240,7	9,78			
% от суточной нормы			40,56%	41,44%	30,91%	35,38%	57,98%	36,17%	47,03%	13,26%	62,65%	21,0%	58,62%	48,41%	2562,62%	80,25%	54,3%			
Полдник																				
Итого за Полдник																				
			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
% от суточной нормы			0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%			
Итого в день																				
			1410	167,00	62,3	187,9	1548,6	1,59	1,33	43,2	8,31	311,8	1015,3	6,87	2,585	309,21	13,59			
суточная норма			90,00	92,0	383,0	2720,0	1,40	1,60	70	0,90	12	1200	1200	14	0,1	300	18,00			
% от суточной нормы			65,68%	67,8%	49,1%	56,9%	113,5%	83,4%	61,7%	60%	69%	26,0%	84,6%	49,0%	2565%	103,1%	75%			

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: Школа

Неделя: 1

вторник

Сезон: осенне-зимний

возраст: с 7-11 лет; 12 и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	В2	С		А	Е	Ca	P	ZN	I	Mg	Fe				
1	2	3	4,00	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18				
Завтрак																					
86	Соус сметанный	35	1,36	1,75	12,02	65,82	0,01	0,01	0,10	0,01	0,03	9,85	7,94	0,08	2,21	1,84	0,10				
222	Пудинг творожный	160	48,55	13,53	29,65	296,60	0,24	0,38	0,88	0,20	1,28	203,25	390,21	1,12	0,02	88,36	2,38				
377	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	62,46	0,01	0,01	2,90	0	0,06	8,05	9,78	0,02	0,000	5,24	0,87				
338	Фрукт порционно	115	14,11	1,50	2,10	94,50	0,04	0,02	10	0	0,20	16,00	11,00	0	0	9,00	2,20				
ПР	Молоко "Авишка"	200	5,60	6,40	9,40	117,60	0,08	0,31	2,60	0,07	0,29	240,00	180,00	0,80	0,02	28,00	0,12				
Итого за Завтрак			73,00	22,76	22,24	636,98	0,37	0,72	16,48	0,30	1,86	477,15	598,93	2,05	2,25	132,44	5,67				
% от суточной нормы			25,29%	24,17%	17,86%	23,42%	26,29%	45,25%	23,54%	32,78%	15,52%	39,8%	49,91%	14,62%	22,49,00%	44,15%	31,5%				
Обед (полноценный рацион питания)																					
71	Холодная закуска: Овощи порционно / Огурец свежий	70	17,37	0,33	1,13	6,22	0,009	0,01	3	0,003	0,03	6,90	12,60	0,064	0,001	4,20	0,18				
103	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/б	250	12,37	11,12	31,50	275,62	0,25	0,06	8,25	0,00	0,00	49,37	93,37	0,00	0,00	27,25	0,37				
293	Птица запеченная	110	44,30	13,28	0,21	213,32	0,11	0,23	0,03	0	0	23,8	1,95	0	0	20,87	2,26				
304	Рис отварной с маслом сливочным	180	12,58	6,44	44,01	251,82	0,04	0,024	0,00	0,048	0,0	17,9	95	0,0000	0,0	33,47	0,71				
689	Напиток лимонный	200	5,20	0,10	15,7	63,20	0,018	0,012	8,0	0	0,20	10,80	1,70	0,00	0,000	5,80	1,60				
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,08	0,48	13,68	69,60	0,08	0,04	0	0	2,40	14,00	63,20	1,20	0,001	9,40	0,78				
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,52	0,160	9,840	46,880	0,020	0,010	0,440	0,000	0,700	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220				
Итого за Обед (полноценный рацион питания)			94,00	44,64	31,5	926,7	0,52	0,39	19,7	0,05	3,33	126,8	281,07	1,3	0,005	101	6,12				
% от суточной нормы			49,60%	34,26%	30,30%	34,07%	37,36%	24,31%	28,17%	5,67%	27,75%	10,6%	23,42%	9,09%	5,00%	33,66%	34,0%				
Полдник																					
Итого за Полдник			0	0,00	0,0	0,0	0,00	0,00	0,0	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,000	0,0	0,00				
% от суточной нормы			0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,0%				
Итого в день			167,00	67,40	53,8	1563,6	0,89	1,11	36	0,35	5	603,9	880,0	3,3	2,254	233,43	11,79				
Суточная норма			90,00	92,0	383,0	2720,0	1,40	1,60	70	0,90	12	1200	1200	14	0,1	300	18,00				
% от суточной нормы			74,89%	58,4%	48,2%	57,8%	63,6%	69,6%	51,7%	38%	43,3%	50,3%	73,3%	23,7%	22,54%	77,9%	65%				

Литовские

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Школа

понедельник

Сезон: осенне-зимний

с 7-11 лет, 12 и старше

Неделя: 2

Возраст:

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	ZN	I	Mg	Fe			
1	2	3	4,00	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Завтрак																				
71	Холодная закуска: Овощи порционно / Огурец свежий	72	0,33	0,04	1,13	6,22	0,009	0,01	3	0,003	0,03	6,90	12,60	0,064	0,001	4,20	0,18			
291	Плов с птицей	220	20,49	23,95	43,30	470,77	0,75	0,73	3,93	0,42	0	40,60	276,51	0	0	59,03	2,54			
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,52	0,160	9,840	46,880	0,020	0,010	0,440	0,000	0,700	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220			
377	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	62,46	0,01	0,01	2,90	0	0,06	8,05	9,78	0,02	0,000	5,24	0,87			
Итого за Завтрак		522	22,60	24,2	69,5	586	0,78	0,76	10,27	0,42	0,79	59,55	311,89	0,09	0,002	68,47	3,81			
% от суточной нормы			25,11%	26,3%	18,1%	21,6%	55,5%	47,3%	14,7%	47,0%	6,6%	26,0%	0,6%	2,0%	22,8%	21,2%				
Обед (полноценный рацион питания)																				
* 56	Салат из свежей капусты	100	1,50	5,2	9,3	89,83	0,167	0,167	20,50	0,033	0,833	99,8	52,2	0,7047	0,005	27,2	1,17			
102	"Молодость"/квашенная капуста/ Суп картофельный с горохом на м/б	250	6,22	3,99	21,73	147,71	0,27	0,09	9,00	0,001	0,26	54,13	183,20	1,16	0,013	49,63	1,03			
298	Котлета "Куриная" рубленая	90	13,72	5,22	9,14	138,42	0,081	0,07	0,22	0,001	0,067	12,63	84,58	1,053	0,036	14,62	1,70			
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	14,16	7,88	38,78	231,92	0,072	0,036	0	0,036	3,06	21,74	188,44	1,065	0,002	125,34	4,26			
345	Компот из быстрозамороженных ягод	200	4,90	0,06	20,73	83,34	0,00	0,00	2,50	0,00	0,20	4,00	3,30	0,08	0,00	1,70	0,15			
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,08	0,48	13,68	69,6	0,08	0,04	0	0	2,40	14,00	63,20	1,20	0,001	9,40	0,78			
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,52	0,160	9,840	46,880	0,020	0,010	0,440	0,000	0,700	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220			
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		890	33,54	20,1	123,2	807,7	0,7	0,4	32,7	0,1	7,5	210,3	587,9	5,3	0,1	227,9	9,3			
% от суточной нормы			37,27%	21,8%	32,2%	29,7%	49,3%	25,9%	46,7%	8,4%	62,6%	17,5%	49,0%	37,6%	58,6%	76,0%	51,7%			
Полдник																				
Итого за Полдник																				
% от суточной нормы			0,00%	0,0	0,0	0,0	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,000	0,0	0,00			
Итого в день																				
суточная норма		1412	167,00	44,3	192,7	1394,0	1,47	1,17	42,9	0,50	8,31	269,9	899,8	5,36	0,061	296,32	13,12			
% от суточной нормы			62,38%	48,1%	50,3%	51,3%	104,8%	73,2%	61%	55%	69%	22,5%	75,0%	38,3%	61%	98,8%	73%			

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)
 Рацион: Школа

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

вторник
 Неделя: 2
 Сезон: осенне-зимний
 с 7-11 лет, 12 и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	В2	С		А	Е	Ca	P	ZN	I	Mg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18				
Завтрак																					
ПР	Стученное молоко	15	1,00	0,00	7,60	34,00	0,01	0,16	0,01	0,03	0,03	51,16	36,50	0,16	0,00	5,66	0,03				
222	Пудинг творожный	160	48,55	13,53	29,65	296,60	0,24	0,38	0,20	1,28	1,28	203,25	390,21	1,12	0,02	88,36	2,38				
377	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	62,46	0,01	2,90	0	0,06	0,06	8,05	9,78	0,02	0,000	5,24	0,87				
338	Фрукт порционно	115	1,50	0,50	2,10	94,50	0,04	0,02	0	0,20	0,20	16,00	11,00	0	0	9,00	2,20				
ПР	Молоко "Авгиска"	200	5,60	6,40	9,40	117,60	0,08	0,31	2,60	0,29	1,86	240,00	180,00	0,80	0,02	28,00	0,12				
Итого за завтрак			22,40	20,49	63,97	605,16	0,37	16,54	0,30	1,86	1,86	518,46	627,49	2,13	0,04	136,26	5,60				
% от суточной нормы			24,89%	22,3%	16,7%	22,2%	26,3%	45,3%	32,8%	15,5%	15,5%	43,2%	52,3%	15,2%	41,0%	45,4%	31,1%				
Обед (полноценный рацион питания)																					
71	Холодная закуска: Овощи порционно / Огурец свежий	70	17,37	0,33	1,13	6,22	0,009	0,01	3	0,003	0,03	6,90	12,60	0,064	0,001	4,20	0,18				
103	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/б	250	9,95	12,37	31,50	275,62	0,25	0,06	8,25	0,00	0,00	49,37	93,37	0,00	0,00	27,25	0,37				
293	Птица запеченная	110	44,30	13,28	0,21	213,32	0,11	0,23	0,03	0	0	23,8	1,95	0	0	20,87	2,26				
304	Рис отварной с маслом сливочным	180	12,58	4,44	44,01	251,82	0,04	0,024	0,00	0,048	0,0	17,9	95	0,0000	0,0	33,47	0,71				
699	Напиток лимонный	200	5,20	0,10	0	63,20	0,018	0,012	8,0	0	0,20	10,80	1,70	0,00	0,000	5,80	1,60				
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,08	2,64	13,68	69,6	0,08	0,04	0	0	2,40	14,00	63,20	1,20	0,001	9,40	0,78				
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,52	1,52	9,840	46,880	0,020	0,010	0,440	0,000	0,700	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220				
Итого за Обед (полноценный рацион питания)			44,64	31,5	116,1	926,7	0,52	0,39	19,7	0,05	3,330	126,78	281,1	1,27	0,01	100,99	6,12				
% от суточной нормы			49,60%	34,3%	30,3%	34,1%	37,4%	24,3%	28,2%	5,7%	27,8%	10,6%	23,4%	9,1%	5,0%	33,7%	34,0%				
Полдник																					
Итого за Полдник			0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,000	0,0	0,0				
% от суточной нормы			0,00%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%				
Итого в день			67,04	52,0	180,0	1531,8	0,89	36,3	0,35	5,19	908,6	645,2	908,6	3,40	0,046	237,25	11,72				
суточная норма			90,00	92,0	383,0	2720,0	1,40	1,60	0,90	12	1200	14	300	18,00	0,1	300	18,00				
% от суточной нормы			74,49%	56,5%	47,0%	56,3%	63,6%	69,6%	38%	43,3%	75,7%	53,8%	24,3%	46%	79,1%	65%	65%				

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист В)

Радиус: Школа

четверг

Сезон:

осенне-зимний

Неделя: 2

с 7.11 лет; 12 и старше

№ рец.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал/г)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В	С	А		Е	Са	Р	2N	1	Mg	Fe					
1	2	3	4,00	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18				
Завтрак																					
ПР	Блишки с фруктовой начинкой п/ф и сахарной пудрой 100г	165	3,60	6,00	54,00	200,00	0,070	0,160	0,19	0,02	1,164	0,19	149,10	0,81	0,02	12,93	0,91				
3	Булгурод с маслом 30г	38	10,92	7,27	17,77	162,25	0,04	0,02	10	0	0,20	16,00	11,00	0	0	9,00	2,20				
377	Чай с лимоном	200	3,81	0,06	15,22	52,46	0,01	0,01	2,90	0	0,06	6,05	9,78	0,02	0,000	5,24	0,87				
336	Омлет парижский	135	16,97	1,50	2,10	94,50	0,04	0,02	10	0	0,20	16,00	11,00	0	0	9,00	2,20				
Итого за Завтрак																					
% от суточной нормы			11,81	13,8	89,1	607,2	0,15	0,21	23,09	0,06	1,62	46,24	186,88	0,89	0,024	36,17	6,18				
% от суточной нормы			13,12%	15,0%	23,3%	22,3%	10,7%	13,1%	33,0%	6,7%	13,8%	3,4%	15,1%	6,3%	24,0%	12,1%	34,3%				
Обед (полноценный рацион питания)																					
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с растительным маслом	100	27,90	0,50	3,33	2,66	0,100	0,07	20,66	0,002	2,5	47,00	53,63	0,500	0,003	31,00	0,83				
84	Борщ "Сибирский" с фасолью	260	13,90	2,21	3,31	15,93	0,063	0,063	23,75	0,03	0,125	53,69	60,94	1,825	0,004	26,05	1,00				
279	Тфтели "Детские" с соусом 60г	110	33,99	13,40	16,2	264,10	0,18	0,16	0,36	0,009	0,01	14,6	159,3	2,29	0,036	23,3	2,29				
203	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,77	6,84	4,12	43,74	0,04	0,04	0,00	0,036	1,50	15,94	55,45	0,94	0,002	10,16	1,03				
345	Компот из быстрозамороженных ягод	200	4,60	0,06	0,02	20,73	0,00	0,00	2,50	0,00	0,20	4,00	3,30	0,08	0,00	1,70	0,15				
ГР	Хлеб ржанно-пшеничный	40	2,08	2,64	0,48	13,68	0,08	0,04	0	0	2,40	14,00	63,20	1,20	0,001	9,40	0,78				
ГР	Хлеб пшеничный	30	2,52	1,52	0,190	9,840	0,020	0,010	0,440	0,000	0,700	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220				
Итого за Обед (полноценный рацион питания)																					
% от суточной нормы			27,26	27,6	123,8	848,3	0,55	0,97	47,7	0,98	7,435	193,4	409,0	6,64	0,06	103,6	6,30				
% от суточной нормы			30,29%	30,6%	32,3%	31,2%	29,3%	60,5%	66,2%	106,4%	62,0%	12,8%	34,1%	47,4%	46,8%	34,5%	35,0%				
Полдник																					
Итого за Полдник																					
% от суточной нормы			0,00%	0,00%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Итого в день																					
суточная норма			39,07	41,4	212,8	1455,5	0,70	1,18	70,8	1,04	9,06	193,6	569,9	7,53	0,071	139,81	12,48				
% от суточной нормы			90,00	92,0	363,0	2770,0	1,40	1,60	70	0,90	12	1200	1200	14	0,1	300	10,00				
% от суточной нормы			43,41%	45,0%	55,6%	53,6%	50,0%	73,8%	101,1%	11,9%	75,5%	16,1%	49,2%	53,8%	71%	46,6%	69%				

Примерное меню и пищевая ценность приготовленных блюд (лист 16)

Регион: Школа

сезон:

Сезон:

осень-зимой

Неделя: 2

Возраст:

с 1-11 лет; 12 и старше

№ р-ц	Группа лиц, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б		Ж		У			B1	B2	C	A	E	Ca	P	Zn	I	Mg	Fe	
			4	5	6	7	8	9													10
Завтрак																					
71	Холодная закуска: Сырники порционно / Стружка сырная	72	18,16	0,33	0,04	1,13	6,22	0,009	0,01	3	0,003	0,03	6,90	12,60	0,064	0,001	4,20	0,18			
291	Плов с птицы	220	48,51	20,49	21,85	43,30	470,77	0,75	0,73	3,93	0,42	40,80	276,51	0	0	50,03	2,54				
377	Чай с лимоном	30	2,52	1,52	0,160	9,840	46,880	0,020	0,010	0,460	0,000	4,000	13,000	0,008	0,001	0,000	0,220				
	Итого за Завтрак	522	73,00	22,65	24	69	596,7	0,78	0,76	19,27	0,42	59,6	311,9	0,1	0,00	68,5	3,81				
	% от суточной нормы		25,11%	26,3%	18,1%	21,6%	55,6%	47,3%	14,7%	47,0%	6,6%	29,0%	22,8%	2,0%		21,2%					
Обед (полноценный рацион питания)																					
71	Холодная закуска: Сырники порционно / Помидор свежий	83	20,82	0,88	0,16	3,04	17,12	0,039	0,01	3	0,003	0,03	6,80	12,60	0,064	0,001	4,20	0,18			
103	Суп картофельный с макаронными изделиями на м.б.	250	9,96	12,37	11,12	31,50	275,82	0,25	0,08	8,25	0,00	49,37	83,37	0,00	0,00	27,25	0,37				
259	Жареная па-де-пашану	220	53,43	15,69	18,51	28,06	323,63	0,24	0,22	34,43	0,000	46,42	240,0	3,0	0,002	81,45	3,85				
698	Напиток лимонный	200	5,20	0,10	0	15,7	63,20	0,018	0,012	8,0	0	10,80	1,70	0,00	0,000	5,80	1,60				
377	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,08	2,64	0,48	13,68	69,6	0,08	0,04	0	0	14,00	69,20	1,20	0,001	9,40	0,78				
	Итого за Обед (полноценный рацион питания)	823	94,00	33,20	28,4	101,6	796,1	0,6	0,26	54,1	0,1	131,5	423,9	5,1	0,006	108,1	6,80				
	% от суточной нормы		36,89%	30,9%	26,8%	29,3%	44,1%	22,2%	77,3%	7,0%	39,9%	35,3%	28,6%	6,6%		37,8%					
Полдник																					
	Итого за Полдник	0	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0,0	0,0	0,0	0,000	0,0	0,00				
	% от суточной нормы		0,00%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%			
	Итого в день	1345	167,00	55,80	52,6	171,3	1382,4	1,29	1,11	64,4	0,49	4,50	191,0	735,8	5,21	0,008	176,57	10,61			
	суточная норма		90,00	92,0	383,0	2720,0	1,40	1,60	70	0,90	12	1200	1,200	14	0,1	300	18,00				
	% от суточной нормы		62,00%	57,2%	44,7%	50,8%	99,6%	69,4%	92,0%	54%	37,5%	61,3%	37,2%	8%		59,9%					

Рекомендуется использование продуктов и сырья по ГОСТам на детскую продукцию для питания детей старше 3-х лет и на специализированное сырье для производства продукции детского питания.