

Согласовано  
Директор  
« 05 » « 05 » 2025 года

Утверждаю  
Зам. генерального директора  
АО «КСП Колпинского района»  
Формалева Е.М.  
« 05 » « 05 » 2025 года

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

| 1 день:              |                   |                                                   |                 |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технолог. карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                   |                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |                   |                                                   |                 |                  |         |             |                               |
| 2010                 | 3                 | Бутерброд с сыром                                 | 40              | 8,70             | 8,40    | 14,58       | 117,00                        |
| ТК                   | ТК № 190          | Каша "Здоровье" молочная с маслом сливочным       | 160             | 8,30             | 10,30   | 34,50       | 293,00                        |
| ТК                   | ТК № 208/1        | Чай с сахаром и лимоном                           | 185             | 0,25             | 0,01    | 5,56        | 26,13                         |
| ТК                   | ТК № 197          | Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 25              | 1,57             | 0,61    | 14,87       | 87,92                         |
| ТК                   | ТК № 200          | Фрукты свежие                                     | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи: |                   |                                                   | 510             | 19,22            | 19,72   | 79,31       | 571,05                        |
| Обед                 |                   |                                                   |                 |                  |         |             |                               |
| 2010                 | 40                | Салат из квашеной капусты с маслом растительным   | 60              | 0,64             | 2,06    | 3,96        | 45,64                         |
| ТК                   | ТК № 99           | Суп картофельный с бобовыми и птицей              | 200/10          | 4,93             | 5,98    | 16,40       | 169,00                        |
| 2010                 | 315               | Биточки рубленые из птицы                         | 90              | 8,85             | 12,18   | 11,28       | 170,00                        |
| 2010                 | 323               | Каша гречневая рассыпчатая                        | 150             | 7,72             | 6,40    | 36,98       | 206,00                        |
| 2010                 | 442               | Сок фруктовый                                     | 180             | 0,90             | 0,18    | 18,18       | 77,40                         |
| ТК                   | ТК № 197          | Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,25             | 0,49    | 8,57        | 70,33                         |
| ТК                   | ТК № 198          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40              | 2,65             | 0,35    | 16,96       | 81,58                         |
| Итого за прием пищи: |                   |                                                   | 750             | 26,94            | 27,64   | 112,33      | 819,95                        |
| Всего за день:       |                   |                                                   |                 | 46,2             | 47,4    | 191,6       | 1391,0                        |

| 2 день               |          |                                                           |  |  |           |       |       |        |        |
|----------------------|----------|-----------------------------------------------------------|--|--|-----------|-------|-------|--------|--------|
| Завтрак              |          |                                                           |  |  |           |       |       |        |        |
| TK                   | TK №177  | Бутерброд с джемом                                        |  |  | 40        | 1,62  | 0,60  | 24,86  | 109,20 |
| 2010                 | 189      | Каша кукурузная жидкая с молоком и маслом сливочным       |  |  | 160       | 9,50  | 12,50 | 25,90  | 255,00 |
| TK                   | TK № 207 | Кофейный напиток                                          |  |  | 180       | 2,04  | 1,12  | 11,41  | 64,28  |
| TK                   | TK № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэutriентами               |  |  | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92  |
| TK                   | TK № 199 | Йогурт 2,5% жирности                                      |  |  | 125       | 3,50  | 3,13  | 5,64   | 70,64  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                           |  |  | 530       | 18,23 | 17,96 | 82,68  | 587,04 |
| Обед                 |          |                                                           |  |  |           |       |       |        |        |
| TK                   | TK №22   | Салат из свежих помидоров и горошка конс.с маслом раст.   |  |  | 60        | 1,06  | 2,62  | 3,23   | 49,86  |
| 2010                 | 76/252   | Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и сметаной |  |  | 200/10/10 | 5,70  | 5,05  | 11,10  | 132,00 |
| 2010                 | 245      | Тефтели рыбные                                            |  |  | 90        | 10,30 | 11,78 | 12,54  | 213,95 |
| 2010                 | 335      | Пюре картофельное                                         |  |  | 150       | 3,28  | 7,24  | 22,06  | 162,92 |
| TK                   | TK № 211 | Компот из смеси сухофруктов                               |  |  | 180       | 0,41  | 0,09  | 26,81  | 110,43 |
| TK                   | TK № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэutriентами               |  |  | 20        | 1,25  | 0,49  | 8,57   | 70,33  |
| TK                   | TK № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэutriентами         |  |  | 40        | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                           |  |  | 760       | 24,65 | 27,62 | 101,27 | 821,07 |
| Всего за день:       |          |                                                           |  |  |           |       |       |        |        |
| 3 день               |          |                                                           |  |  | 1408,1    |       |       |        |        |
| Завтрак              |          |                                                           |  |  |           |       |       |        |        |
| 2010                 | 213      | Мясо вареное                                              |  |  | 40        | 4,58  | 2,38  | 0,30   | 63,00  |
| 2010                 | 210      | Макароны с сыром                                          |  |  | 160       | 8,80  | 13,71 | 37,50  | 318,00 |
| TK                   | TK № 206 | Какао с молоком                                           |  |  | 180       | 3,48  | 2,79  | 10,08  | 80,55  |
| TK                   | TK № 201 | Фрукты свежие                                             |  |  | 100       | 0,80  | 0,20  | 7,50   | 38,00  |
| TK                   | TK № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэutriентами               |  |  | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                           |  |  | 505       | 19,23 | 19,69 | 70,25  | 587,47 |

## Обед

|                      |          |                                                                                                                         |           |       |       |        |        |
|----------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|-------|--------|--------|
| 2011                 | 70/2     | Огурец соленый кусочком                                                                                                 | 60        | 0,48  | 0,06  | 1,02   | 7,80   |
| 2010                 | 94/307   | Суп крестьянский с крупой, птицей и сметаной                                                                            | 200/10/10 | 5,50  | 6,10  | 12,30  | 174,00 |
| ТК                   | ТК №111  | Плов со свиной                                                                                                          | 240       | 15,37 | 19,33 | 51,74  | 401,12 |
| ТК                   | ТК № 212 | Напиток из плодов шиповника                                                                                             | 180       | 0,29  | 0,13  | 19,00  | 79,47  |
| ТК                   | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                                                                             | 20        | 1,25  | 0,49  | 8,57   | 70,33  |
| ТК                   | ТК № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                                       | 40        | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                                                                                         | 760       | 25,54 | 26,46 | 109,59 | 814,30 |
| Всего за день:       |          |                                                                                                                         |           | 44,8  | 46,2  | 179,8  | 1401,8 |
| 4 день               |          |                                                                                                                         |           |       |       |        |        |
| Завтрак              |          |                                                                                                                         |           |       |       |        |        |
| 2010                 | 224      | Запеканка из творога                                                                                                    | 40        | 7,33  | 5,20  | 7,20   | 102,50 |
| 2010                 | 190      | Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") с маслом сливочным                                                      | 160       | 5,10  | 8,56  | 25,40  | 225,00 |
| ТК                   | ТК № 209 | Чай с вареньем                                                                                                          | 180       | 0,20  | 0,00  | 14,70  | 58,30  |
| ТК                   | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                                                                             | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92  |
| ТК                   | ТК № 199 | Йогурт 2,5% жирности                                                                                                    | 125       | 3,50  | 3,13  | 5,64   | 70,64  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                                                                                         | 530       | 17,7  | 17,5  | 67,81  | 544,36 |
| Обед                 |          |                                                                                                                         |           |       |       |        |        |
| ТК                   | ТК №112  | Салат "Яркий" из св. капусты с кукуруз.и маслом раст. С 01.03. Салат картофельный с морковью и кукурузой и маслом раст. | 60        | 1,05  | 6,06  | 3,27   | 61,39  |
| 2010                 | 98/228   | Суп картофельный с крупой и рыбой                                                                                       | 200/20    | 4,87  | 2,80  | 20,40  | 128,00 |
| 2010                 | 309      | Рагу из птицы                                                                                                           | 240       | 11,90 | 13,50 | 25,17  | 342,10 |
| 2010                 | 442      | Сок фруктовый                                                                                                           | 180       | 0,90  | 0,18  | 18,18  | 77,40  |
| ТК                   | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                                                                             | 60        | 3,75  | 1,45  | 25,70  | 131,00 |
| ТК                   | ТК № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                                       | 40        | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                                                                                         | 790       | 25,12 | 24,34 | 109,68 | 821,47 |
| Всего за день:       |          |                                                                                                                         |           | 42,8  | 41,8  | 177,5  | 1365,8 |

5 день

|                      |          |                                                   |           |       |       |        |        |  |  |
|----------------------|----------|---------------------------------------------------|-----------|-------|-------|--------|--------|--|--|
| Завтрак              |          |                                                   |           |       |       |        |        |  |  |
| 2010                 | 3        | Бутерброд с сыром                                 | 40        | 8,70  | 8,40  | 14,58  | 117,00 |  |  |
| 2010                 | 189      | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160       | 1,98  | 4,60  | 24,50  | 225,00 |  |  |
| TK                   | TK № 206 | Какао с молоком                                   | 180       | 3,48  | 2,79  | 10,08  | 80,55  |  |  |
| TK                   | TK № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэлементами        | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92  |  |  |
| TK                   | TK № 199 | Йогурт 2,5% жирности                              | 125       | 3,50  | 3,13  | 5,64   | 70,64  |  |  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                   | 530       | 19,23 | 19,53 | 69,67  | 581,11 |  |  |
| Завтрак              |          |                                                   |           |       |       |        |        |  |  |
| 6 день               |          |                                                   |           |       |       |        |        |  |  |
| Всего за день:       |          |                                                   |           |       |       |        |        |  |  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                   | 770       | 44,0  | 44,6  | 190,2  | 1402,7 |  |  |
| 2017                 | 52       | Салат из свеклы отварной с маслом растительным    | 60        | 0,86  | 5,05  | 6,02   | 68,89  |  |  |
| 2010                 | 89/307   | Рассольник с птицей и сметаной                    | 200/10/10 | 2,70  | 5,50  | 14,10  | 115,90 |  |  |
| 2010                 | 261      | Печень, тушенная в соусе                          | 100       | 12,34 | 11,40 | 8,10   | 163,00 |  |  |
| 2010                 | 331      | Макаронные изделия отварные                       | 150       | 5,64  | 4,79  | 33,70  | 205,60 |  |  |
| TK                   | TK № 216 | Кисель из кураги                                  | 180       | 0,94  | 0,05  | 27,78  | 116,17 |  |  |
| TK                   | TK № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэлементами        | 20        | 1,25  | 0,49  | 8,57   | 70,33  |  |  |
| TK                   | TK № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами  | 40        | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58  |  |  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                   | 770       | 26,38 | 27,63 | 115,23 | 821,47 |  |  |
| Обед                 |          |                                                   |           |       |       |        |        |  |  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                   | 505       | 17,64 | 16,96 | 75,01  | 581,20 |  |  |
| 2010                 | 3        | Бутерброд с сыром                                 | 40        | 8,70  | 8,40  | 14,58  | 117,00 |  |  |
| TK                   | TK №215  | Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160       | 4,93  | 6,53  | 23,85  | 265,00 |  |  |
| TK                   | TK № 207 | Кофейный напиток                                  | 180       | 2,04  | 1,12  | 11,41  | 64,28  |  |  |
| TK                   | TK № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэлементами        | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92  |  |  |
| TK                   | TK № 203 | Фрукты свежие                                     | 100       | 0,40  | 0,30  | 10,30  | 47,00  |  |  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                   | 505       | 17,64 | 16,96 | 75,01  | 581,20 |  |  |

## Обед

|                      |          |                                                   |        |       |       |        |        |
|----------------------|----------|---------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 2010                 | 40       | Салат из квашеной капусты с маслом растительным   | 60     | 0,64  | 2,06  | 3,96   | 45,64  |
| 2010                 | 98/228   | Суп картофельный с крупой и рыбой                 | 200/20 | 4,87  | 2,80  | 20,40  | 128,00 |
| 2010                 | 273      | Котлеты, биточки (особые)                         | 90     | 13,98 | 12,00 | 12,73  | 264,06 |
| ТК                   | ТК № 350 | Овощи тушеные                                     | 150    | 2,63  | 8,16  | 26,17  | 147,16 |
| 2010                 | 442      | Сок фруктовый                                     | 180    | 0,90  | 0,18  | 18,18  | 77,40  |
| ТК                   | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20     | 1,25  | 0,49  | 8,57   | 70,33  |
| ТК                   | ТК № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40     | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                   | 760    | 26,92 | 26,04 | 106,97 | 814,17 |
| Всего за день:       |          |                                                   |        | 46,2  | 45,6  | 176,6  | 1395,3 |

## 7 день

## Завтрак

|                      |            |                                             |     |       |       |       |        |
|----------------------|------------|---------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 2010                 | 213        | Яйцо вареное                                | 40  | 4,58  | 2,38  | 0,30  | 63,00  |
| 2010                 | 210        | Макароны с сыром                            | 160 | 8,80  | 13,71 | 37,50 | 318,00 |
| ТК                   | ТК № 208/2 | Чай с сахаром и апельсином                  | 185 | 0,25  | 0,01  | 6,90  | 27,40  |
| ТК                   | ТК № 197   | Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 25  | 1,57  | 0,61  | 14,87 | 87,92  |
| ТК                   | ТК № 205   | Фрукты свежие                               | 100 | 0,90  | 0,20  | 8,10  | 43,00  |
| Итого за прием пищи: |            |                                             | 510 | 16,10 | 16,91 | 67,67 | 539,32 |

## Обед

|                      |          |                                                   |        |       |       |        |        |
|----------------------|----------|---------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 2011                 | 70/2     | Огурец соленый кусочком                           | 60     | 0,48  | 0,06  | 1,02   | 7,80   |
| 2010                 | 80       | Борщ сибирский со сметаной                        | 200/10 | 4,50  | 6,70  | 13,50  | 185,00 |
| 2010                 | 243      | Зразы рыбные рубленые                             | 90     | 10,87 | 9,24  | 13,20  | 164,20 |
| 2010                 | 335      | Пюре картофельное                                 | 150    | 3,28  | 7,24  | 22,06  | 162,92 |
| ТК                   | ТК № 215 | Напиток из клюквы, протертой с сахаром            | 180    | 0,07  | 0,05  | 22,34  | 87,75  |
| ТК                   | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 60     | 3,75  | 1,45  | 25,70  | 131,00 |
| ТК                   | ТК № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40     | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58  |
| Итого за прием пищи: |          |                                                   | 780    | 25,60 | 25,09 | 114,78 | 820,25 |
| Всего за день:       |          |                                                   |        | 41,7  | 42,0  | 182,5  | 1359,6 |

| 8 день               |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
|----------------------|------------|-----------------------------------------------------|-----------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|
| Завтрак              |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
| TK                   | TK №177    | Бутерброд с джемом                                  | 40        | 1,62  | 0,60  | 24,86  | 109,20 |       |        |
| TK                   | TK № 186   | Каша "Ларская" молочная с маслом сливочным          | 160       | 10,40 | 13,80 | 22,10  | 255,00 |       |        |
| TK                   | TK № 207   | Кофейный напиток                                    | 180       | 2,04  | 1,12  | 11,41  | 64,28  |       |        |
| TK                   | TK № 199   | Йогурт 2,5% жирности                                | 125       | 3,50  | 3,13  | 5,64   | 70,64  |       |        |
| TK                   | TK № 197   | Батон нарезной обогащенный микроэutriентами         | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92  |       |        |
| Итого за прием пищи: |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
|                      |            |                                                     | 530       | 19,13 | 19,26 | 78,88  | 587,04 |       |        |
| Обед                 |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
| 2017                 | 52         | Салат из свежих отварной с маслом растительным      | 60        | 0,86  | 5,05  | 6,02   | 68,89  |       |        |
| 2010                 | 95/252     | Суп из овощей с говядиной и сметаной                | 200/10/10 | 6,40  | 6,60  | 9,40   | 111,75 |       |        |
| 2010                 | 315        | Биточки рубленые из птицы                           | 90        | 8,85  | 12,18 | 11,28  | 170,00 |       |        |
| 2010                 | 326        | Рис припущенный                                     | 150       | 3,74  | 2,66  | 34,50  | 213,89 |       |        |
| TK                   | TK № 213   | Кисель из плодов или ягод свежих                    | 180       | 0,10  | 0,10  | 29,49  | 105,96 |       |        |
| TK                   | TK № 197   | Батон нарезной обогащенный микроэutriентами         | 20        | 1,25  | 0,49  | 8,57   | 70,33  |       |        |
| TK                   | TK № 198   | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэutriентами   | 40        | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58  |       |        |
| Итого за прием пищи: |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
|                      |            |                                                     | 760       | 23,85 | 27,43 | 116,22 | 822,40 |       |        |
| Всего за день:       |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
|                      |            |                                                     |           |       |       |        | 1409,4 | 195,1 | 1409,4 |
| 9 день               |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
| Завтрак              |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
| 2010                 | 3          | Бутерброд с сыром                                   | 40        | 8,70  | 8,40  | 14,58  | 117,00 |       |        |
| TK                   | TK № 216   | Каша овсяная с яблоками молочная с маслом сливочным | 160       | 4,80  | 7,30  | 30,02  | 265,00 |       |        |
| TK                   | TK № 208/1 | Чай с сахаром и лимоном                             | 185       | 0,25  | 0,01  | 5,56   | 26,13  |       |        |
| TK                   | TK № 200   | Фрукты свежие                                       | 100       | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00  |       |        |
| TK                   | TK № 197   | Батон нарезной обогащенный микроэutriентами         | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92  |       |        |
| Итого за прием пищи: |            |                                                     |           |       |       |        |        |       |        |
|                      |            |                                                     | 510       | 15,72 | 16,72 | 74,83  | 543,05 |       |        |

## Обед

|                             |          |                                                        |           |       |       |        |         |
|-----------------------------|----------|--------------------------------------------------------|-----------|-------|-------|--------|---------|
| 2010                        | 41       | Салат витаминный (1-й вариант) С 01.03.Салат «Степной» | 60        | 0,73  | 2,00  | 7,66   | 71,34   |
| 2010                        | 91/307   | Рассольник ленинградский с птицей и сметаной           | 200/10/10 | 2,51  | 6,40  | 16,20  | 165,00  |
| 2017                        | 259      | Жаркое по-домашнему со свининой                        | 240       | 16,40 | 15,40 | 28,81  | 290,60  |
| 2010                        | 442      | Сок фруктовый                                          | 180       | 0,90  | 0,18  | 18,18  | 77,40   |
| ТК                          | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами            | 60        | 3,75  | 1,45  | 25,70  | 131,00  |
| ТК                          | ТК № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами      | 40        | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58   |
| Итого за прием пищи:        |          |                                                        | 790       | 26,94 | 25,78 | 113,51 | 816,92  |
| Всего за день:              |          |                                                        |           | 42,7  | 42,5  | 188,3  | 1360,0  |
| 10 день                     |          |                                                        |           |       |       |        |         |
| Завтрак                     |          |                                                        |           |       |       |        |         |
| 2010                        | 224      | Запеканка из творога                                   | 40        | 7,33  | 5,20  | 7,20   | 102,50  |
| 2010                        | 189      | Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным         | 160       | 5,20  | 7,10  | 26,70  | 224,00  |
| ТК                          | ТК № 209 | Чай с вареньем                                         | 180       | 0,20  | 0,00  | 14,70  | 58,30   |
| ТК                          | ТК № 199 | Йогурт 2,5% жирности                                   | 125       | 3,50  | 3,13  | 5,64   | 70,64   |
| ТК                          | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами            | 25        | 1,57  | 0,61  | 14,87  | 87,92   |
| Итого за прием пищи:        |          |                                                        | 530       | 17,80 | 16,04 | 69,11  | 543,36  |
| Обед                        |          |                                                        |           |       |       |        |         |
| 2010                        | 51       | Винегрет овощной                                       | 60        | 0,86  | 6,10  | 5,64   | 77,53   |
| 2010                        | 107/252  | Суп с крупой и говядиной                               | 200/10    | 2,75  | 5,60  | 16,70  | 189,30  |
| 2017                        | 262      | Сердце в соусе                                         | 100       | 11,41 | 7,48  | 5,00   | 118,11  |
| 2010                        | 323      | Каша гречневая рассыпчатая                             | 150       | 7,72  | 6,40  | 36,98  | 206,00  |
| ТК                          | ТК № 212 | Напиток из плодов шиповника                            | 180       | 0,29  | 0,13  | 19,00  | 79,47   |
| ТК                          | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами            | 20        | 1,25  | 0,49  | 8,57   | 70,33   |
| ТК                          | ТК № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами      | 40        | 2,65  | 0,35  | 16,96  | 81,58   |
| Итого за прием пищи:        |          |                                                        | 760       | 26,93 | 26,55 | 108,85 | 822,32  |
| Всего за день:              |          |                                                        |           | 44,7  | 42,6  | 178,0  | 1365,7  |
| Итого за 10 дней:           |          |                                                        |           | 438,9 | 444,9 | 1843,7 | 13859,3 |
| Среднее значение за период: |          |                                                        |           | 43,9  | 44,5  | 184,4  | 1385,9  |

Допускаются отклонения в случаях сбоя поставки в наименованиях по фруктам, овощам и напиткам.

При составлении меню использована следующая литература:

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб.: Речь, 2010г.
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2017г.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011г.
4. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, под ред. Могильного М.П., Тутельяна В.А.- М.: ДеЛи плюс, 2016г.