

Территориальный отдел Управления  
Роспотребнадзора  
по Нижегородской области в Кстовском,  
Большемурашкинском  
Бутурлинском, Дальнеконстантиновском,  
Перевозском районах.  
от 24.08.2020г.

Генеральному директору ООО ОТП  
«Народный» Н.Н.Герасимову  
Директору МБОУ СШ №6  
Г.В.Вашановой

## **О согласовании питания**

**1. Горячее питание:** 10-дневное меню горячего питания учащихся – завтраков и обедов МБОУСШ №6, с длительностью пребывания детей – в течении учебного времени. организатор питания – ООО ОТП «Народный» разработано на основании сборника рецептурных блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004г. под. Ред. Лапшиной В. Т. для возрастных групп 11- 18 лет с учетом выполнения норм питания – рекомендуемых норм питания. обеспечивает биологическую ценность питания

	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	энерг.ценность (ккал)	Б:Ж:У
завтрак	32,9	52,3	129,0	839,6	
обед	35,4	35,0	140,6	1079,0	
Итого за день	68,4	97,3	269,7	1985,5	1:1,5:4,0

использование витаминизированных, обогащенных макро- и микронутриентами продуктов ..... йодированной соли – имеется.

**учитывает имеющиеся условия пищеблока – да,**  
**перечень работающего оборудования пищеблока ...все в рабочем состоянии.....**  
**не содержит запрещенных блюд и продуктов, одноименных блюд, гарниров за 2 дня**

**Питание рациональное, сбалансированное, отвечает принципам щадящего питания.**

**2. Дополнительное питание учащихся** (реализация буфетной продукции) не организовано  
Ассортимент соответствует рекомендуемому .....

3. Питьевой режим: учащиеся 1-4 классов учащиеся 5-11 классов

Бутилированная вода ..... да ..... да .....

**СООТВЕТСТВУЮТ** СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Согласованы на срок до 31.05 2021г.

## Приложения:

1. 10- дневное меню горячего питания.
  2. Ассортимент пищевых продуктов для дополнительного питания (буфетной продукции).-нет.

Зам. начальника территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора по  
Нижегородской области в Кстовском,  
Большемурашкинском, Бутурлинском,  
Дальнеконстантиновском районах.

Исп. С.Б.Жданова  
8-(83145)77029



Луканова

О.А.Суханова.

СООТВЕТСТВУЕТ  
государственным санитарно-эпидемиологическим

Заместитель главного государственного санитарного врача по Кстовскому, Большемурашкинскому, Бутурлинскому, Дальнеконстантиновскому, привилегии и нормативам

"*X*<sub>4</sub>" or 2020.

М. В. Чиканина

Григоров А.А. Марунина

ОГРАНИЧЕННОЕ ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«НАРОДНЫЙ»  
г. Кстово Нижегородская область  
ПОДПИСЬ РЕГИСТРАЦИИ  
1055250025455  
Федеральная служба по труду и социальной защите

Генеральный директор  
ООО «ОГП «Народный»

Гер

# Примерное 10-дневное дикционное меню для учащихся МБОУ СОШ № 6 (11-18 лет)

№ реч	Наименование облож	Виды нест	Пищевые вещества		Энерге- тич.		Минеральные вещества и витамины										
			Белки	Жиры	Углев.	НСН-ТЬ	Са	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	E	
<b>Первый день</b>																	
Завтрак																	
302	Каша мол. геркулес. со сливочным маслом	200/5	9,14	12,5	27,65	260	228,0	39,8	101,3	1,3	-	0,2	0,3	0,32	2,3	-	
693	Какао с молоком	1/200	3,0	2,7	27,9	143	121,7	17,6	100,5	0,5	0,02	0,18	0,16	2,12	1,0	-	
97	Сыр порционно	1/20	10,12	10,12	13,0	120	208,0	11,2	131,8	0,22	0,168	0,006	0,08	0,05	0,56	4,3	
	Печенье	1/40	2,6	3,4	30	156	10,2	1,4	3,6	0,30	0,2	0,2	0,8	0,004	0,8	0,002	
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39	0,64	-	0,07	0,018	0,54	-	-	
	<b>Итого по завтракам</b>		<b>27,9</b>	<b>29,8</b>	<b>118,45</b>	<b>769</b>	<b>568,1</b>	<b>82,6</b>	<b>372,6</b>	<b>2,73</b>	<b>0,18</b>	<b>0,46</b>	<b>0,56</b>	<b>3,03</b>	<b>12,46</b>	<b>4,3</b>	
	Обед																
124	Щи из свеж. кап. с тушенкой и сметаной	250/1 0	2,3	6,3	10,4	108	51,3	22,58	144,43	0,77	0,03	0,12	0,17	1,6	32,03	0,22	
413	Колбаса отварная	1/90	16,25	24,0	13,75	336	20,37	28,81	72,46	2,58	0,03	0,09	0,1	2,06	1,25	0,27	

508	Гречка отварная со сл.масл.	200/5	12.2	8.2	55,8	368	53,96	74,45	264,7	6,3	0,04	0,28	0,14	3,22	-	0,1		
631	Компот из свежих плодов	1/200	0,2	0,2	28,0	109	6,9	3,6	6,6	0,34	0,1	0,26	0,26	2,58	6,4	2,06		
	Хлеб ржано-пшеничный	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-		
	<b>Итого по белкам</b>				<b>36,98</b>	<b>39,48</b>	<b>131,95</b>	<b>1102</b>	<b>152,9</b>	<b>174,14</b>	<b>638,19</b>	<b>16,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,93</b>	<b>0,75</b>	<b>10,66</b>	<b>39,68</b>	<b>2,65</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>64,88</b>	<b>68,57</b>	<b>250,4</b>	<b>1871</b>	<b>721,0</b>	<b>256,74</b>	<b>1010,8</b>	<b>18,92</b>	<b>0,39</b>	<b>1,39</b>	<b>1,31</b>	<b>13,7</b>	<b>52,14</b>	<b>6,95</b>
<b>Второй день</b>																		
	<b>Завтрак</b>																	
	Круассан	1/60	4,02	15,1	49,0	307	12,7	10,2	37,9	1,12	0,01	0,1	0,03	1,21	1,1	0,85		
443	Пирог из говядины	1/25 0	21,5	22,5	53,5	405	25,9	54,8	272,4	3,47	0,06	0,06	0,05	4,8	1,0	0,29		
686	Чай с лимоном	1/200	0,2	0,04	10,22	42	15,7	5,9	7,3	6,0	-	-	0,06	2,86	0,02			
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-		
	<b>Итого по завтракам</b>				<b>28,76</b>	<b>38,0</b>	<b>132,62</b>	<b>844</b>	<b>64,7</b>	<b>84,9</b>	<b>356,6</b>	<b>11,23</b>	<b>0,07</b>	<b>0,32</b>	<b>0,1</b>	<b>6,61</b>	<b>4,96</b>	<b>1,16</b>
	<b>Обед</b>																	
113	Борщ Украинский со сметаной	250/1 0	2,8	6,5	13,5	129	21,65	30,56	171,3	1,25	0,3	0,11	0,2	1,8	24,13	0,52		
374	Рыбца тушеная с овощами	100/1 00	10,6	5,9	5,6	115	35,85	47,1	147,4	1,02	-	-	0,7	1,36	4,58	0,05		
520	Картофельное пюре со сг.маслом	200/5	4,3	6,4	29,5	191	58,0	43,72	98,2	1,58	0,04	0,26	0,12	2,78	34,5	0,26		
638	Компот из сухофруктов	1/200	0,25	0,05	21,82	85	4,0	1,2	35,04	0,25	0,1	0,28	0,3	3,22	3,75	2,0		
	Хлеб ржано-пшеничный	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-		
	<b>Итого по белкам</b>				<b>23,98</b>	<b>19,63</b>	<b>94,42</b>	<b>701</b>	<b>139,9</b>	<b>167,28</b>	<b>601,94</b>	<b>5,3</b>	<b>0,44</b>	<b>0,83</b>	<b>1,4</b>	<b>10,36</b>	<b>66,96</b>	<b>2,83</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>52,74</b>	<b>57,63</b>	<b>227,04</b>	<b>1545</b>	<b>204,6</b>	<b>252,18</b>	<b>958,54</b>	<b>16,53</b>	<b>0,51</b>	<b>1,15</b>	<b>1,5</b>	<b>16,97</b>	<b>71,92</b>	<b>3,99</b>
<b>Третий день</b>																		
	<b>Завтрак</b>																	
366	Запеканка творожная со сгущ.молоком	200/2 0	17,7	8,5	28,6	349	393,6	55,04	354,0	1,07	0,12	0,08	0,46	0,64	1,2	0,4		
689	Кофейный напиток с молоком	1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	7,0	90,0	0,47	12,8	0,34	0,12	0,08	0,5	-		



413	Завтрак Сосиска отварная	80	11.07	13.17	11.22	204	16.6	13.9	83.2	0.92	0.02	0.045	0.075	3.2	3.03	0.07
516	Макароны отварные со слив. маслом	200/5	7.2	8.9	38,6	266	22,16	18,5	110,9	1,2	0,03	0,06	0,1	4,28	4,04	0,09
(89)	Кофейный напиток с молоком	1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	7,0	90,0	0,47	12,8	0,34	0,12	0,08	0,5	-
	<b>Хлеб пшеничный</b>	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-
	<b>Итого по завтракам</b>															
131	<b>Обед</b> Рассольник домашний со сметаной	250/1 0	5,4	5,9	14,9	138	30,5	37,3	154,7	4,7	0,03	0,13	0,15	1,5	7,75	0,3
436	Жаркое по домашнему	1/200	24,8	13,3	16,6	313	43,8	60,6	283,1	4,3	0,04	0,2	0,026	5,1	8,74	0,38
638	Компот из сухофруктов	1/200	0,25	0,05	21,82	85	4,0	1,2	32,0	0,25	-	0,02	0,02	0,2	3,75	-
	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-
	<b>Итого по обедам</b>															
	<b>Итого за день</b>															
	<b>Шестой день</b>															
302	<b>Завтрак</b> Каша дружба молочная со слив. маслом	200/5	8,2	10,6	41,2	293	8,9	26,8	77,7	0,78	0,02	0,38	0,02	3,8	27,0	0,06
99	Колбаса полукопченая	1/40	9,0	8,4	-	110	8,8	14,0	106,0	0,5	-	-	-	-	-	-
693	Какао с молоком	1/200	3,0	2,7	27,9	143	121,7	17,69	100,5	0,57	0,02	0,18	0,16	2,12	1,0	-
769	Булочка Домашняя	1/50	3,75	6,6	60,4	194	10	12,1	41,3	1,0	-	0,06	0,1	0,6	-	-
	<b>Хлеб пшеничный</b>	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-
	<b>Итого по завтракам</b>															
113	<b>Обед</b> Борщ с украинский со сметаной	250/1 0	2,8	6,5	13,5	129	21,66	30,56	10,5	1,25	0,3	0,11	0,2	1,8	24,13	0,52
437	Гуляш из говядины	1/100	16,39	8,44	3,5	158	48,8	59,8	386,6	5,58	0,04	0,2	0,4	7,8	1,0	0,19
508	Гречка отварная со сл. маслом	200/5	12,2	8,2	55,8	368	53,94	74,45	264,7	6,3	0,04	0,28	0,14	3,2	-	0,1

640	Кисель из свежих ягод	1/200	0,11	0,08	13,05	50	19,5	8,1	13,5	0,3	-	-	-	0,06	40,0	0,14					
	Хлеб ржано-пшеничный	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-					
	<b>Итого по обедам</b>		<b>37,53</b>	<b>24,0</b>	<b>109,85</b>		<b>886</b>	<b>164,3</b>	<b>217,61</b>	<b>825,3</b>	<b>14,63</b>	<b>0,38</b>	<b>0,76</b>	<b>0,8</b>	<b>14,06</b>	<b>65,13</b>	<b>0,95</b>				
	<b>Итого за день</b>						<b>64,52</b>	<b>52,7</b>	<b>259,25</b>		<b>1716</b>	<b>364,8</b>	<b>290,1</b>	<b>1148,5</b>	<b>17,12</b>	<b>0,42</b>	<b>1,11</b>	<b>4,9</b>	<b>20,52</b>	<b>93,13</b>	<b>1,01</b>
<b>Седьмой день</b>																					
Завтрак																					
383	Рыба запеченная в сметанном соусе	1/100	15,0	7,37	12,25	161	41,8	17,9	191,3	0,5	0,02	0,07	0,14	2,31	0,54	0,07					
520	Картофельное поре	200/5	4,3	6,4	29,5	191	17,8	38,18	98,2	1,5	0,04	0,26	0,12	2,78	36,2	0,26					
686	Чай с лимоном	1/200	0,2	0,04	10,22	42	15,7	5,9	7,3	0,6	-	-	-	0,06	2,86	0,02					
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	23,2	37,6	120	3,12	-	0,14	0,06	0,96	-	-					
	<b>Итого по завтракам</b>					<b>22,54</b>	<b>14,17</b>	<b>71,87</b>	<b>484</b>	<b>98,5</b>	<b>99,6</b>	<b>416,8</b>	<b>5,72</b>	<b>0,06</b>	<b>0,47</b>	<b>0,32</b>	<b>6,1</b>	<b>39,6</b>	<b>0,98</b>		
Обед																					
161	Суп молочный рисовый	1/250	6,2	7,9	23,2	188	169,4	3,3	20,7	3,3	0,25	0,1	0,3	4	2,5	0,03					
493	Курица тушеная в сметанном соусе	1/120	5,9	5,7	1,7	139	11,1	18,5	110,9	1,22	0,03	0,06	0,1	4,28	4,04	0,09					
516	Макароны отварные со сливочным маслом	200/5	7,2	8,9	38,6	266	7,9	10,2	46,7	1	0,04	0,08	0,02	0,7	-	0,1					
638	Компот из сухофруктов	1/200	0,25	0,05	21,82	85	47,8	27,2	35	0,8	0,1	0,28	0,3	3,22	18,5	2					
	Хлеб ржано-пшеничный	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-					
	<b>Итого по обедам</b>		<b>25,58</b>	<b>23,33</b>	<b>109,32</b>		<b>859</b>	<b>256,6</b>	<b>106,2</b>	<b>363,3</b>	<b>10,2</b>	<b>0,42</b>	<b>0,69</b>	<b>0,5</b>	<b>13,4</b>	<b>25,04</b>	<b>2,22</b>				
	<b>Итого за день</b>					<b>48,12</b>	<b>37,5</b>	<b>181,19</b>	<b>1343</b>	<b>355,1</b>	<b>205,8</b>	<b>788,1</b>	<b>15,9</b>	<b>0,48</b>	<b>1,16</b>	<b>0,85</b>	<b>19,5</b>	<b>64,6</b>	<b>3,2</b>		
<b>Восьмой день</b>																					
Завтрак																					
458	Рулет с луком и яйцом	1/100	10,24	8,48	8,24	152	30,43	16,99	241,0	1,55	0,08	0,2	0,3	4,2	2,5	0,19					
508	Гречка отварная со сл.маслом	200/5	12,2	8,2	55,8	368	53,97	74,45	264,7	6,3	0,04	0,28	0,14	3,2	-	0,1					
689	Кофеинный напиток с молоком	1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	7,0	90,0	0,47	12,8	0,34	0,12	0,08	0,5	-					

	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-			
	<b>Итого по завтракам</b>		<b>27,78</b>	<b>18,54</b>	<b>106,34</b>	<b>712</b>	<b>167,0</b>	<b>259,1</b>	<b>715,7</b>	<b>12,4</b>	<b>12,9</b>	<b>0,96</b>	<b>0,6</b>	<b>8,4</b>	<b>5,1</b>	<b>0,3</b>			
124	Обед																		
	Ци из свеж.капусты со сметаной	250/1	2,3	6,3	10,4	108	51,3	32,9	144,4	5,3	0,03	0,12	0,17	1,6	15,5	0,22			
162	Пудинг творожный с груш.молоком	200/2	11,7	10,9	12,5	188	139,1	20,5	151	0,1	0,08	0,13	0,14	3,1	6,9	0,2			
631	Компот из свежих плодов	1/200	0,2	0,2	28,0	109	8,4	22,8	32	2,2	-	0,02	0,02	0,2	2,0	-			
	Хлеб ржано-пшеничный	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-			
	<b>Итого по обедам</b>		<b>32,43</b>	<b>26,38</b>	<b>134,5</b>	<b>954</b>	<b>219,9</b>	<b>134,8</b>	<b>516,9</b>	<b>11,8</b>	<b>0,13</b>	<b>0,46</b>	<b>0,4</b>	<b>6,6</b>	<b>24,4</b>	<b>0,5</b>			
	<b>Итого за день</b>					<b>60,21</b>	<b>44,92</b>	<b>240,8</b>	<b>1666</b>	<b>386,9</b>	<b>393,9</b>	<b>1231,6</b>	<b>24,2</b>	<b>13,0</b>	<b>1,4</b>	<b>1,0</b>	<b>15</b>	<b>29,5</b>	<b>0,8</b>
	<b>Девятый день</b>																		
	Завтрак																		
413	Сосиска отварная	2/80	12,4	24,2	1,0	292	30,0	-	-	2,2	-	0,02	0,1	-	-	-			
511	Рис отварной	200/5	7,2	8,9	38,6	266	7,9	10,2	46,7	1	0,04	0,08	0,02	0,7	-	0,1			
686	Чай с лимоном	1/200	1,64	1,64	2,38	65	10,6	4,7	5,8	0,6	-	0,1	-	0,1	5,06	-			
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-			
	<b>Итого по завтракам</b>					<b>24,28</b>	<b>35,1</b>	<b>61,88</b>	<b>58,9</b>	<b>28,9</b>	<b>304,3</b>	<b>6,02</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,27</b>	<b>1,84</b>	<b>5,2</b>	<b>0,63</b>	
	<b>Обед</b>																		
132	Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	250/1	5,7	6,89	15,3	159	33,7	35,8	154,6	1,61	0,03	0,15	0,18	13,4	17,7	0,3			
461	Тефтели в соусе	120/6	22,14	26,34	22,44	408	116,0	16,85	72,46	1,26	0,03	0,09	0,1	2,06	5,01	0,27			
520	Картофельное поре	200/5	4,3	6,4	29,5	191	24,3	14,6	72,46	1,58	0,04	0,26	0,12	2,78	34,5	0,26			
640	Кисель из свеж.ягод	1/200	0,11	0,08	13,05	56	19,5	8,1	13,5	0,3	-	-	0,06	40	0,14				
	Хлеб ржано-пшеничный	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-			
	<b>Итого по обедам</b>		<b>38,28</b>	<b>40,49</b>	<b>104,29</b>	<b>995</b>	<b>213,9</b>	<b>147,4</b>	<b>488,8</b>	<b>11,3</b>	<b>1,0</b>	<b>0,67</b>	<b>0,48</b>	<b>19,5</b>	<b>89,01</b>	<b>0,97</b>			
	<b>Итого за день</b>					<b>62,56</b>	<b>75,59</b>	<b>166,17</b>	<b>1708</b>	<b>272,8</b>	<b>208,9</b>	<b>793,1</b>	<b>17,3</b>	<b>1,4</b>	<b>1,7</b>	<b>0,75</b>	<b>21,3</b>	<b>94,2</b>	<b>1,6</b>
	<b>Десятый день</b>																		
	Завтрак																		
6	Бутерброд с колбасой	20/20	25,6	29,2	0,12	368	30,5	37,3	154,6	4,7	0,03	0,15	0,18	13,2	7,8	0,3			

	П/К																		
333	Макароны с сыром		200/4 0	5,06	7,2	51,5	297	0,78	12,4	39,5	0,34	0,02	0,02	0,01	0,44	-	0,05		
689	Кофейный напиток с молоком	1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	11,9	90	0,12	12,8	0,34	0,12	0,08	1,1	-			
	Печенье	1/40	2,6	3,4	30	156	5,1	0,7	18,3	0,15	0,1	0,4	0,01	0,26	-	-			
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-			
	<b>Итого по завтракам</b>			<b>38,6</b>	<b>41,7</b>	<b>123,3</b>	<b>1013</b>	<b>113,9</b>	<b>99,2</b>	<b>404,1</b>	<b>8,3</b>	<b>13,3</b>	<b>0,7</b>	<b>0,37</b>	<b>14,7</b>	<b>8,9</b>	<b>0,4</b>		
	<b>Обед</b>																		
124	Ширыбные	1/250	8,1	12,7	10,09	178	202,1	54,3	165,4	1,4	0,6	0,12	0,16	3,3	8,9	0,7			
423	Бефстроганов	100/3 0	17,6	9,2	3,4	336	24,4	29,9	193,3	2,79	0,02	0,1	0,2	3,89	1	0,19			
224	Овощное рагу	1/200	3,46	9,26	14,9	228	42,8	38,6	90,14	1,42	-	0,1	0,1	1,24	12,5	3,96			
631	Компот из свеклы плодов	1/200	0,18	0,04	23,2	75	16,7	7,5	6,6	0,2	0,1	0,3	0,3	2,6	20,8	2,1			
	Хлеб ржано- пшеничный	60/30	6,03	0,78	24,0	181	20,4	44,7	150,0	1,2	-	0,18	0,08	1,2	-	-			
	<b>Итого по обедам</b>			<b>35,37</b>	<b>31,98</b>	<b>75,59</b>	<b>998</b>	<b>306,4</b>	<b>177,3</b>	<b>605,4</b>	<b>9,7</b>	<b>0,4</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>12,2</b>	<b>42,3</b>	<b>7,0</b>		
	<b>Итого за день</b>			<b>73,97</b>	<b>73,68</b>	<b>198,9</b>	<b>2011</b>	<b>420,3</b>	<b>276,5</b>	<b>1009,5</b>	<b>18</b>	<b>13,7</b>	<b>1,5</b>	<b>2,67</b>	<b>26,9</b>	<b>51,2</b>	<b>7,4</b>		

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах «Хлебопродинформ»  
2004. Полредакцией В.Т. Лапшиной.

Блюда приготовлены с использованием юморированной соли.

Водный режим осуществляется на пищеводе кипяченой водой с использованием стеклянных стаканов многократного использования.

Стаканы моются согласно санитарным правилам.

Итого по завтракам и обедам по 10-му циклическому меню

Белки - 683,65

Жиры - 872,8

Углеводы - 2697

Калорийность - 19185,5

Итого по завтракам по 10-му циклическому меню

Белки - 329,45

Жиры - 522,7  
Углеводы - 1290,4  
Калорийность - 8396,3

Итого по обедам по 10-му циклическому меню

белки - 354,2  
Жиры - 350,1  
Углеводы - 1406,6  
Калорийность - 10789,2

«Ведомость контроля за рационом питания»  
к примерному 10-дневному меню уч-ся 12-17 лет

Наименование прод.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	В средн за 1 д.
Молоко	250	-	150	200	100	250	200	200	200	100	165
Творог			200							250	45
Сыр	20			20							4
Сметана	10	10	20		10	10	10	10	10	10	8
Мясо говядина	101	83	221	242	224	128	156	218	89	274	174
Колбасные изделия	90		20			60			120		29
Рыба свежая		116				80	20			60	28
Яйца			30		40		20				7
Крупа	99	35	20	92	-	92	15	72	10	54	49
Макароны			15	54		72		72			21
Мука пшеничная	5		5	6	6	5	2		5	5	4
Сахар, конд. Изделия	70	30	88	20	30	85	33	20	30	70	48
Масло сливочное крест.	16	13	15	18	15	13	15	15	36	12	18
Масло растительное	15	5	15	10	7	13	10	10	10	10	11
Картофель	150	213	180	250	186	150	253	150	260	150	194
Овощи разные	175	363	275	127	210	253	125	175	145	273	212
Фрукты сухие	24	8	24	-	24	24	8	-	24	24	15
Фрукты свежие		20				20					0,4
Хлеб пшеничный	60	120	80	80	80	80	80	80	80	80	82
Хлеб ржаной	80	80	100	100	100	100	100	100	100	100	96
Чай	1		1		4	1	1	1	1	1	0,4
Кофейный напиток			4		4		4		4	4	1,6
Какао порошок	4					4					0,8