



Согласовано:  
 директор МКОУ «Красносельцевская СШ»  
 Н.М. Рыжова



Утверждено  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кордаюшко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание  
 для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 лет) ОВЗ группы ( завтрак+полдник),  
 для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544с.

- М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Тутельян В.А.  
 обитания".

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от взраста (в граммах), к СанПиН 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:  
 директор МКОУ «Красносельцевская СШ»  
 Н.М. Рыжова



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда   | Вес блюда      | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.       | Цена руб      |
|--|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|
|  |                | Б                    | Ж            | У             |                                |              |               |
| День 1 /неделя 1: Понедельник                              | 12-18 лет      | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |              |               |
| <i>Завтрак</i>   |                |                      |              |               |                                |              |               |
| Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром | 250            | 8,88                 | 14,57        | 50,24         | 369,32                         | 182/2017м    | 35            |
| Блинички (оладьи) с молоком сгущенным 50/20                | 70             | 5,08                 | 2,98         | 18,85         | 122,54                         | 399/2017м    | 28            |
| Фрукты по сезону   | 100            | 0,40                 | 0,40         | 9,80          | 47,00                          | 338/2017м    | 20            |
| Чай с сахаром  | 200            | 0,2                  | 0            | 10,38         | 42,32                          | 54-2гн/2022г | 10            |
| Хлеб пшеничный йодированный                                | 40             | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м    | 3,05          |
| <b>Итого за _Завтрак</b>                                   | <b>660</b>     | <b>17,72</b>         | <b>18,35</b> | <b>108,59</b> | <b>674,70</b>                  |              | <b>96,05</b>  |
| <i>Полдник</i>   |                |                      |              |               |                                |              |               |
| Биточки манные с повидлом                                  | 170            | 5,08                 | 10,90        | 68,25         | 391,42                         | 192/2017м    | 18            |
| Чай с сахаром  | 180            | 0,18                 | 0            | 9,34          | 38,1                           | 54-2гн/2022г | 7             |
| <b>Итого за Полдник</b>                                    | <b>350</b>     | <b>5,26</b>          | <b>10,90</b> | <b>77,59</b>  | <b>429,52</b>                  |              | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Понедельник</b>                                | <b>1010,00</b> | <b>22,98</b>         | <b>29,25</b> | <b>186,18</b> | <b>1104,22</b>                 |              | <b>121,05</b> |



Согласовано:  
 директор МКОУ «Красносельцевская СШ»  
 09.01.25 Н.М. Рыжова



твверждено:  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 /Кортоложко Е.Ю.

| Наименование блюда                                | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № реп.       | цена рубли    |
|---|------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|
|   |            | Б                    | Ж            | У             |                                |              |               |
| День 2/неделя 1: Вторник                          | 12-18 лет  | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |              |               |
| <b>Завтрак</b>                                    |            |                      |              |               |                                |              |               |
| Квашеная капуста с маслом растительным            | 100        | 1,71                 | 5,01         | 8,46          | 85,70                          | 47/2017м     | 20            |
| Гуляш из отварного мяса птицы                     | 100        | 12,02                | 11,79        | 3,27          | 167,27                         | 246/2017м    | 40            |
| Макаронные изделия отварные с маслом              | 180        | 6,48                 | 5,88         | 39,35         | 236,16                         | 203/2017м    | 18            |
| Компот из смеси сухофруктов                       | 200        | 0,50                 | 0,00         | 19,80         | 81,00                          | 54-1хн/2022н | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный                       | 40         | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м    | 3,05          |
| <b>Итого за завтрак</b>                           | <b>620</b> | <b>23,87</b>         | <b>23,08</b> | <b>90,20</b>  | <b>663,65</b>                  |              | <b>96,05</b>  |
| <b>Полдник</b>                                    |            |                      |              |               |                                |              |               |
| Каша молочная жидкая пшениная, с сахаром и маслом | 150        | 4,22                 | 4,99         | 12,90         | 203,60                         | 182/2017м    | 15            |
| Чай с лимоном                                     | 180        | 0,22                 | 0,00         | 7,93          | 32,60                          | 54-3гн/2022н | 8             |
| Хлеб пшеничный йодированный                       | 20         | 1,58                 | 0,2          | 9,66          | 46,76                          | 701/2010м    | 2             |
| <b>Итого за Полдник</b>                           | <b>350</b> | <b>6,02</b>          | <b>5,19</b>  | <b>30,49</b>  | <b>282,96</b>                  |              | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Вторник</b>                           | <b>970</b> | <b>29,89</b>         | <b>28,27</b> | <b>120,69</b> | <b>946,61</b>                  |              | <b>121,05</b> |



Согласовано: МКОУ «Красносельцевская СШ»  
директор Н.М. Рыжова



Утверждено  
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда                  | Вес блюда     | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.         | цена рубли    |
|-------------------------------------|---------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------|---------------|
|                                     |               | Б                    | Ж            | У             |                                |                |               |
| День 3/неделя 1: Среда              | 12-18 лет     | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |                |               |
| <i>Завтрак</i>                      |               |                      |              |               |                                |                |               |
| Закуска из овощей (икра кабачковая) | 100           | 2,71                 | 4,70         | 14,53         | 111,67                         | 101/2004л      | 20            |
| Котлеты мяскопустые из П/Ф          | 100           | 9,30                 | 6,10         | 5,90          | 116,00                         | ТТК 77-6 /2022 | 38            |
| Каша рассыпчатая, гречневая         | 180           | 9,95                 | 10,74        | 44,84         | 315,00                         | 171/2017м      | 20            |
| Чай с лимоном                       | 200           | 0,30                 | 0,00         | 10,58         | 43,52                          | 54-3гн/2022н   | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный         | 40            | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м      | 3,05          |
| <b>Итого за завтрак</b>             | <b>620</b>    | <b>25,42</b>         | <b>21,94</b> | <b>95,17</b>  | <b>679,71</b>                  |                | <b>96,05</b>  |
| <i>Полдник</i>                      |               |                      |              |               |                                |                |               |
| Оладьи с маслом и сахаром           | 170           | 9,00                 | 9,20         | 36,80         | 242,00                         | 401/2014       | 18            |
| Чай с сахаром                       | 180           | 0,18                 | 0            | 9,34          | 38,1                           | 54-2гн/2022н   | 7             |
| <b>Итого за Полдник</b>             | <b>350</b>    | <b>9,18</b>          | <b>9,20</b>  | <b>46,14</b>  | <b>280,10</b>                  |                | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Среду</b>               | <b>970,00</b> | <b>34,60</b>         | <b>31,14</b> | <b>141,31</b> | <b>959,81</b>                  |                | <b>121,05</b> |





Согласовано:  
 директор МКОУ «Красносельцевская СШ»  
 Н.М. Рыжова



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кортножко Е.Ю.

| Наименование блюда                       | Вес блюда     | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № реп.         | цена рубли    |
|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------|---------------|
|  |               | Б                    | Ж            | У             |                                |                |               |
| День 4/неделя 1: Четверг                 | 12-18 лет     | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |                |               |
| <i>Завтрак</i>                           |               |                      |              |               |                                |                |               |
| Свекла отварная с маслом растительным    | 100           | 1,47                 | 6,00         | 8,30          | 92,80                          | 52/2017м       | 20            |
| Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 100           | 14,11                | 9,9          | 7             | 173,44                         | 229/2017м      | 40            |
| Каша ячневая с овощами                   | 180           | 5,26                 | 7,90         | 28,72         | 205,92                         | 54-28к/2022н   | 18            |
| Какао с молоком                          | 200           | 4,08                 | 3,54         | 17,58         | 118,60                         | 382/2017м      | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный              | 40            | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м      | 3,05          |
| <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>520</b>    | <b>28,08</b>         | <b>27,74</b> | <b>80,92</b>  | <b>684,28</b>                  |                | <b>96,05</b>  |
| <i>Полдник</i>                           |               |                      |              |               |                                |                |               |
| Макарони отварные с сахаром              | 170           | 5,70                 | 4,31         | 55,65         | 284,19                         | ТТК77-13 /2022 | 15            |
| Чай каркаде                              | 180           | 0,14                 | 0,07         | 6,50          | 27,19                          | 54-45гн/2022н  | 10            |
| <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>350</b>    | <b>5,84</b>          | <b>4,38</b>  | <b>62,15</b>  | <b>311,38</b>                  |                | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Четверг</b>                  | <b>870,00</b> | <b>33,92</b>         | <b>32,12</b> | <b>143,07</b> | <b>995,66</b>                  |                | <b>121,05</b> |





Согласовано:  
 директор МКОУ «Красносельцевская СШ»  
 Н.М. Рыжова



Утверждено:  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда                              | Вес блюда   | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.       | цена рубли    |
|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|
|   |             | Б                    | Ж            | У             |                                |              |               |
| День 1/неделя 2: Понедельник                    | 12-18 лет   | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |              |               |
| <b>Завтрак</b>                                  |             |                      |              |               |                                |              |               |
| Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром | 250         | 6,96                 | 12,82        | 48,13         | 330,68                         | 181/2017м    | 35            |
| Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным 50/20     | 70          | 5,08                 | 2,98         | 18,85         | 122,54                         | 399/2017м    | 28            |
| Фрукты по сезону                                | 100         | 0,40                 | 0,40         | 9,80          | 47,00                          | 338/2017м    | 20            |
| Чай с сахаром                                   | 200         | 0,2                  | 0            | 10,38         | 42,32                          | 54-2гн/2022г | 10            |
| Хлеб пшеничный йодированный                     | 40          | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м    | 3,05          |
| <b>Итого за завтрак</b>                         | <b>660</b>  | <b>15,80</b>         | <b>16,60</b> | <b>106,48</b> | <b>636,06</b>                  |              | <b>96,05</b>  |
| <b>Полдник</b>                                  |             |                      |              |               |                                |              |               |
| Оладьи с маслом и сахаром                       | 170         | 9,00                 | 9,20         | 36,80         | 242,00                         | 401/2014     | 18            |
| Чай с сахаром                                   | 180         | 0,18                 | 0            | 9,34          | 38,1                           | 54-2гн/2022г | 7             |
| <b>Итого за Полдник</b>                         | <b>350</b>  | <b>9,18</b>          | <b>9,20</b>  | <b>46,14</b>  | <b>280,10</b>                  |              | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Понедельник</b>                     | <b>1010</b> | <b>24,98</b>         | <b>25,80</b> | <b>152,62</b> | <b>916,16</b>                  |              | <b>121,05</b> |



Согласовано:  
директор МКОУ «Красносельцевская СШ»  
09.01.25 Н.М. Рыжова



Утверждено  
Директор ООО Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда                               | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рецеп.     | цена рубли    |
|--|------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|
|  |            | Б                    | Ж            | У             |                                |              |               |
| День 2 /неделя 2: Вторник                        | 12-18 лет  | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |              |               |
| <b>Завтрак</b>                                   |            |                      |              |               |                                |              |               |
| Квашеная капуста с маслом растительным           | 100        | 1,71                 | 5,01         | 8,46          | 85,70                          | 47/2017м     | 20            |
| Птицы тушеная в сметанном соусе с морковью       | 100        | 11,77                | 10,12        | 5,48          | 160,12                         | 54-25м/2022н | 40            |
| Макаронные изделия отварные с маслом             | 180        | 6,48                 | 5,88         | 39,35         | 236,16                         | 203/2017м    | 18            |
| Хлеб пшеничный йодированный                      | 40         | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м    | 3,05          |
| Чай с лимоном                                    | 200        | 0,30                 | 0,00         | 10,58         | 43,52                          | 54-3гн/2022н | 15            |
| <b>Итого за завтрак</b>                          | <b>620</b> | <b>23,42</b>         | <b>21,41</b> | <b>83,19</b>  | <b>619,02</b>                  |              | <b>96,05</b>  |
| <b>Полдник</b>                                   |            |                      |              |               |                                |              |               |
| Каша молочная жидкая пшенная, с сахаром и маслом | 150        | 4,22                 | 4,99         | 12,90         | 203,60                         | 182/2017м    | 15            |
| Чай с лимоном                                    | 180        | 0,22                 | 0,00         | 7,93          | 32,60                          | 54-3гн/2022н | 8             |
| Хлеб пшеничный йодированный                      | 20         | 1,58                 | 0,2          | 9,66          | 46,76                          | 701/2010м    | 2             |
| <b>Итого за Полдник</b>                          | <b>350</b> | <b>6,02</b>          | <b>5,19</b>  | <b>30,49</b>  | <b>282,96</b>                  |              | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Вторник</b>                          | <b>970</b> | <b>29,44</b>         | <b>26,60</b> | <b>113,68</b> | <b>901,98</b>                  |              | <b>121,05</b> |





Согласовано:  
 директор МКОУ «Красносельцевская СШ»  
 09.01.25 Н.М. Рыжова



Утверждено:  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда                                 | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рсц.          | цена рубли    |
|--|------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-----------------|---------------|
|  |            | Б                    | Ж            | У             |                                |                 |               |
| День 3 /неделя 2: Среда                            | 12-18 лет  | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |                 |               |
| <b>Завтрак</b>                                     |            |                      |              |               |                                |                 |               |
| Свекла отварная с маслом растительным              | 100        | 1,47                 | 6,00         | 8,30          | 92,80                          | 52/2017м        | 20            |
| Котлеты печеночные из П/Ф с маслом сливочным 100/5 | 105        | 12,83                | 12,97        | 10,27         | 209,13                         | ТТК 77-4 /2022  | 40            |
| Каша рисовая рассыпчатая                           | 180        | 4,43                 | 5,76         | 43,79         | 244,20                         | 171/2017м       | 18            |
| Чай каркаде  | 200        | 0,16                 | 0,08         | 7,18          | 30,08                          | 2022п           | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный                        | 40         | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м       | 3,05          |
| <b>Итого за завтрак</b>                            | <b>625</b> | <b>22,05</b>         | <b>25,21</b> | <b>88,86</b>  | <b>669,73</b>                  |                 | <b>96,05</b>  |
| <b>Полдник</b>                                     |            |                      |              |               |                                |                 |               |
| Макароны отварные с сахаром                        | 170        | 5,70                 | 4,31         | 55,65         | 284,19                         | ТТК 77-13 /2022 | 18            |
| Чай с сахаром                                      | 180        | 0,18                 | 0            | 9,34          | 38,1                           | 54-2гн/2022п    | 7             |
| <b>Итого за Полдник</b>                            | <b>350</b> | <b>5,88</b>          | <b>4,31</b>  | <b>64,99</b>  | <b>322,29</b>                  |                 | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Среду</b>                              | <b>975</b> | <b>27,93</b>         | <b>29,52</b> | <b>153,85</b> | <b>992,02</b>                  |                 | <b>121,05</b> |



Согласовано  
 директор МРОУ «Красносельцевская.СШ»  
 09.01.25  
 Н.М. Рыжова



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 /Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда                                      | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.       | цена рубли    |
|---|------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|
|   |            | Б                    | Ж            | У             |                                |              |               |
| День 4/неделя 2: Четверг                                | 12-18 лет  | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |              |               |
| <i>Завтрак</i>  |            |                      |              |               |                                |              |               |
| Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы | 250        | 10,33                | 13,59        | 47,20         | 380,00                         | 54-16к/2022н | 35            |
| Сыр порциями  | 10         | 2,32                 | 2,95         | 0,00          | 36,00                          | 15/2017м     | 21            |
| Фрукты по сезону  | 100        | 0,40                 | 0,40         | 9,80          | 47,00                          | 338/2017м    | 20            |
| Какао с молоком   | 200        | 4,08                 | 3,54         | 17,58         | 118,60                         | 382/2017м    | 17            |
| Хлеб пшеничный йодированный                             | 40         | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м    | 3,05          |
| <b>Итого за завтрак</b>                                 | <b>600</b> | <b>20,29</b>         | <b>20,88</b> | <b>93,90</b>  | <b>675,12</b>                  |              | <b>96,05</b>  |
| <i>Полдник</i>  |            |                      |              |               |                                |              |               |
| Биточки манные с повидлом                               | 170        | 5,08                 | 10,90        | 68,25         | 391,42                         | 192/2017м    | 18            |
| Чай с сахаром   | 180        | 0,18                 | 0            | 9,34          | 38,1                           | 54-2гн/2022н | 7             |
| <b>Итого за Полдник</b>                                 | <b>350</b> | <b>5,26</b>          | <b>10,90</b> | <b>77,59</b>  | <b>429,52</b>                  |              | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Четверг</b>                                 | <b>950</b> | <b>25,55</b>         | <b>31,78</b> | <b>171,49</b> | <b>1104,64</b>                 |              | <b>121,05</b> |



Согласовано: МКОУ «Красносельцевская СШ»  
 директор Н.М. Рыжова



Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 Кордоножко Е.Ю.

| Наименование блюда                       | Вес блюда     | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.       | цена рубли    |
|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|
|  |               | Б                    | Ж            | У             |                                |              |               |
| День 5 /неделя 2: Пятница                | 12-18 лет     | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |              |               |
| <b>Завтрак</b>                           |               |                      |              |               |                                |              |               |
| Консервы закусочные (зеленый горошек)    | 100           | 2,83                 | 0,16         | 5,8           | 36,38                          | 131/2017м    | 24            |
| Гречка по купечески                      | 230           | 15,18                | 20,47        | 34,50         | 382,95                         | 291/2017м    | 53            |
| Сок фруктовый                            | 200           | 1,00                 | 0,00         | 20,20         | 84,20                          | 389/2017м    | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный              | 40            | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м    | 4,05          |
| <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>570</b>    | <b>22,17</b>         | <b>21,03</b> | <b>79,82</b>  | <b>597,05</b>                  |              | <b>96,05</b>  |
| <b>Итого за неделю в среднем завтрак</b> | <b>615,00</b> | <b>20,75</b>         | <b>21,03</b> | <b>90,45</b>  | <b>639,40</b>                  |              |               |
| <b>Полдник</b>                           |               |                      |              |               |                                |              |               |
| Оладьи с маслом и сахаром                | 170           | 9,00                 | 9,20         | 36,80         | 242,00                         | 401/2014     | 18            |
| Чай с сахаром                            | 180           | 0,18                 | 0            | 9,34          | 38,1                           | 54-2гн/2022г | 7             |
| <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>350</b>    | <b>9,18</b>          | <b>9,20</b>  | <b>46,14</b>  | <b>280,10</b>                  |              | <b>25</b>     |
| <b>Всего за Пятницу</b>                  | <b>920</b>    | <b>31,35</b>         | <b>30,23</b> | <b>125,96</b> | <b>877,15</b>                  |              | <b>121,05</b> |
| <b>Итого за неделю в среднем обед</b>    | <b>350,00</b> | <b>7,10</b>          | <b>7,76</b>  | <b>53,07</b>  | <b>318,99</b>                  |              |               |

|   |     |         |          |            |              |
|---|-----|---------|----------|------------|--------------|
| Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%  | 550 | 18-22,5 | 18-23    | 76,6-97,75 | 544-680      |
| <i>Среднее значение за завтрак</i>  |     | 22,20   | 21,46    | 91,14      | 649,48       |
| <i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>  |     | 24,67   | 23,32    | 23,80      | 23,88        |
| Норма Полдника по СанПин 10%- 15% ± 5%  | 350 | 9-13,5  | 9,2-13,8 | 38,3-57,45 | 272-408      |
| <i>Среднее значение за полдник</i>  |     | 6,71    | 7,94     | 55,93      | 332,85       |
| <i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>  |     | 7,45    | 8,63     | 14,60      | 12,24        |
| <i>Среднее значение за день</i>   |     | 28,91   | 29,40    | 147,07     | 982,32       |
| <i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>  |     | 32,12   | 31,95    | 38,40      | 36,11        |
| <i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020</i> |     | 90,00   | 92,00    | 383,00     | 2720,00      |
| Распределение ЭЦ  |     |         |          | Норма      |              |
|   |     |         |          | Завтрак    | 23,88 20-25% |
|   |     |         |          | Полдник    | 12,24 10-15% |

учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г  
 организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "  
 В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макропнтриентов.  
 В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.