УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО"МАКСИМУМ"

/Е.Н. ОСИНЕВСКАЯ/

"28" августа 2026 года

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР
заместитель директора
по учебно-воспитательной работе
МОУ "Школа № 5 с УИОП"
Сорокина Е.Ю. / "01" 09 2026 г.

ООО "МАКСИМУМ"

Примерное меню завтраков, обедов для учащихся образовательных школ .
Калорийность завтрака и обеда по норме для детей 7-11 лет 1175 - 1410 ккал

Первый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ГУЛЯШ	90	5,07	6,14	2,70	96,26	3,00	0,08	0,09	22,05	0,00	69,56	72,00	22,22	0,30	61,17	0,00	0,001	0,10	260	2017
СПАГЕТТИ	150	5,46	4,84	24,94	165,05	0,00	0,07	0,13	122,36	1,05	121,22	87,92	8,65	0,90	63,90	0,01	0,001	0,10	202	2017
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,04	2,47	16,30	96,03	0,31	0,02	0,08	20,00	0,00	92,79	59,98	11,52	0,07	57,50	0,01	0,000	0,10	ТТК 99	2024
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,38	4,63	29,53	177,16	0,00	0,06	0,04	0,01	1,00	10,32	38,10	6,35	0,45	56,47	0,00	0,001	0,10	424	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,56	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	26,20	0,01	0,005	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	512	19,25	18,66	83,75	587,5	3,31	0,26	0,36	164,42	2,08	298,29	276	55,34	2,12	265,34	0,03	0,008	0,4		
Обед																				
СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	3,24	5,00	15,00	119,81	17,97	0,12	0,19	0,02	1,00	88,89	70,02	26,26	1,21	170,61	0,01	0,003	0,40	159	2004
ТЕФТЕЛЯ ОСОБАЯ В СОУСЕ	100	5,81	9,40	10,17	149,43	2,66	0,09	0,04	68,08	2,08	98,00	40,26	11,25	0,68	87,56	0,01	0,003	0,10	ТТК 82	2024
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,49	6,41	38,36	244,74	0,00	0,23	0,13	50,02	0,08	22,15	187,34	25,74	1,41	164,09	0,00	0,003	0,29	171	2017
НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	11,25	44,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,00	369	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	735	19,2	21,03	85,38	609,59	20,63	0,4	0,38	118,12	3,16	213,54	319,37	68	4,3	456,26	0,025	0,010	0,7		
Всего за день:		38,45	39,69	169,13	1 197,09	23,94	0,66	0,74	282,54	5,24	511,83	594,37	123,34	6,42	721,60	0,06	0,018	1,10		

Второй день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	12,87	15,02	48,90	351,45	0,65	0,23	0,17	140,52	2,08	201,68	222,91	49,48	1,70	211,53	0,01	0,003	0,63	173	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ФРУКТ	120	0,76	0,19	7,28	36,86	0,00	0,00	0,09	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,003	0,00	338	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,59	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	26,20	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	620	15,34	15,79	81,05	500,83	0,69	0,26	0,28	150,52	2,08	218,26	247,33	61,71	2,84	263,53	0,02	0,006	0,63		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	250	5,81	5,39	19,23	148,96	6,80	0,19	0,17	120,32	1,09	141,24	80,09	33,53	0,99	254,96	0,01	0,003	0,40	102	2017
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	90	13,66	13,20	27,97	279,15	0,00	0,02	0,11	112,58	2,08	130,55	138,93	10,55	0,00	44,75	0,00	0,004	0,11	287	2017
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,43	4,89	23,34	151,49	11,35	0,14	0,12	0,04	0,07	45,19	92,28	32,86	1,33	33,60	0,01	0,002	0,40	128	2017
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,000	0,00	ТТК 27	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,50	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	715	24,58	23,7	100,5	708	18,15	0,4	0,42	232,94	3,24	330,94	333,05	83,49	3,32	368,51	0,03	0,009	0,91		
Всего за день:		39,92	39,49	181,55	1208,83	18,84	0,66	0,7	383,46	5,32	549,2	580,38	145,2	6,16	632,04	0,06	0,015	1,54		

Третий день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	8,36	6,22	12,25	195,36	11,89	0,29	0,20	120,56	1,00	110,77	141,16	13,19	0,96	149,88	0,01	0,004	0,40	294	2017
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	4,86	35,94	210,22	0,00	0,00	0,01	20,02	0,08	120,36	102,32	13,20	0,07	12,91	0,00	0,001	0,29	202	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,73	12,65	66,25	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	5,50	21,25	6,25	0,50	32,75	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
СЛОЙКА "БАНТИК"	20	2,18	4,44	8,00	86,15	1,06	0,00	0,05	0,00	1,09	0,00	0,00	10,23	0,60	0,00	0,00	0,001	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	500	18,25	16,25	83,63	587,5	12,99	0,24	0,28	140,58	2,17	249,83	272,15	59,49	2,87	221,34	0,02	0,008	0,8		
Обед																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,78	8,85	97,79	12,19	0,07	0,06	21,00	1,00	59,44	44,11	21,02	0,98	204,25	0,00	0,000	0,30	88	2017
ПЛОВ	200	18,45	21,07	62,11	433,79	6,24	0,24	0,33	210,25	2,36	260,36	269,13	46,33	1,83	61,40	0,01	0,005	0,70	265	2017
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,000	0,00	ТТК 12	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,56	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	5,80	0,40	26,20	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	700	23,5	27,65	111,2	712,98	18,43	0,39	0,42	231,26	3,36	335,95	351,99	80,23	4,01	346,96	0,03	0,009	1		
Всего за день:		41,75	43,9	194,83	1300,48	31,42	0,63	0,7	371,83	5,53	594,78	624,14	139,72	6,88	568,3	0,05	0,015	1,6		

Четвертый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	12,25	10,73	2,70	222,49	0,22	0,08	0,25	123,05	2,35	178,98	163,00	21,18	0,36	83,07	0,01	0,003	0,10	190	2008
КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,95	1,55	12,68	72,50	10,12	0,01	0,09	22,25	0,02	91,70	13,13	11,07	0,05	10,53	0,00	0,000	0,32	ТТК 14	2024
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	50	5,12	2,61	16,96	112,64	2,53	0,05	0,02	38,53	1,02	56,26	28,05	1,69	0,56	42,70	0,01	0,000	0,35	6	2017
Итого за прием пищи:	505	19,32	14,89	32,24	407,83	12,92	0,14	0,36	183,83	3,39	326,94	204,18	34,14	1,07	136,4	0,02	0,003	0,77		
Обед																				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250/5	3,01	5,86	15,31	126,10	0,71	0,04	0,14	26,98	1,80	67,33	27,47	16,32	0,60	69,22	0,01	0,009	0,10	111	2017
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	19,24	17,62	60,06	478,39	19,41	0,27	0,29	198,78	1,50	256,30	284,11	56,92	2,00	252,13	0,01	0,000	0,80	259	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	745	24,1	23,7	100,56	715	20,16	0,36	0,46	227,76	3,3	340,31	340,76	80,61	4,34	380,15	0,03	0,009	0,9		
Всего за день:		43,42	38,59	132,8	1122,83	33,08	0,5	0,82	411,64	6,69	667,25	544,93	114,75	5,41	616,55	0,05	0,012	1,67		

Пятый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,25	10,73	2,70	222,49	0,22	0,08	0,25	123,05	2,35	178,98	163,00	21,18	0,36	83,07	0,01	0,003	0,10	210	2017
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	100	4,08	4,77	47,06	199,28	0,00	0,10	0,06	20,05	0,13	19,33	72,45	12,11	0,84	107,60	0,01	0,003	0,20	415	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	92,75	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	7,70	29,75	11,55	0,70	45,05	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	500	19,15	16,52	82,34	574,04	0,26	0,24	0,34	143,1	2,48	218,19	272,62	50,46	2,64	262,32	0,03	0,006	0,3		
Обед																				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,76	11,98	109,18	7,76	0,06	0,08	122,02	1,02	149,19	46,47	22,88	1,14	125,96	0,01	0,005	0,30	82	2017
ГУЛЯШ	90	13,86	16,79	28,81	275,15	0,00	0,25	0,29	118,50	1,05	155,27	251,54	44,73	1,05	196,06	0,01	0,005	0,60	250	2017
СПАГЕТТИ	150	5,46	4,84	34,84	208,92	0,00	0,00	0,01	0,02	1,08	12,52	2,49	1,32	0,07	1,29	0,00	0,000	0,00	202	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	735	23	27,61	100,82	703,76	7,8	0,36	0,41	240,54	3,15	333,66	329,67	79,3	4	383,11	0,03	0,010	0,9		
Всего за день:		42,15	44,13	183,16	1277,8	8,06	0,6	0,75	383,64	5,63	551,85	602,29	129,76	8,64	645,43	0,06	0,016	1,2		

Первый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/с ут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	7,26	12,03	23,89	306,14	0,20	0,16	0,23	102,54	1,08	143,58	166,70	39,96	0,67	142,10	0,01	0,008	0,30	174	2017
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	50	5,12	2,61	16,95	112,84	2,58	0,05	0,02	36,58	1,02	56,26	28,05	1,89	0,66	42,70	0,01	0,000	0,35	6	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	106,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,80	34,00	13,20	0,80	52,40	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	590	15,59	15,80	76	584,5	2,82	0,27	0,28	141,12	2,1	220,92	236,17	60,69	2,87	263	0,03	0,008	0,65		
Обед																				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250/5	3,01	5,86	15,31	126,10	0,71	0,04	0,14	28,59	1,80	67,33	27,47	10,32	0,60	68,22	0,01	0,009	0,10	111	2017
ТЕФТЕЛЬКИ НЕЖЕНКА В СОУСЕ	100	12,12	11,13	25,55	222,83	5,10	0,02	0,22	139,09	2,04	231,65	72,90	22,40	0,02	56,08	0,01	0,006	0,40	ТТК 16	2024
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,49	6,41	38,36	244,74	0,00	0,23	0,13	50,02	0,08	22,15	187,34	25,74	1,41	164,09	0,00	0,003	0,20	171	2017
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,000	0,00	ТТК 27	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	730	25,28	23,62	113,18	722,07	5,81	0,34	0,51	218,09	3,92	334,09	309,46	65,01	3,03	323,59	0,03	0,018	0,7		
Всего за день:		40,87	39,42	189,18	1306,57	8,63	0,61	0,79	359,21	6,02	555,01	545,63	125,7	5,9	586,59	0,06	0,026	1,35		

Второй день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/с ут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	10,16	10,29	16,41	228,32	12,12	0,21	0,25	114,56	1,00	199,82	176,79	18,91	0,23	119,95	0,00	0,004	0,56	204	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ЙОГУРТ БЗМЖ	100	2,40	1,20	14,40	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,00	ГОСТ	
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,20	4,40	27,58	166,40	0,00	0,06	0,03	0,01	1,06	9,86	36,29	6,07	1,43	74,62	0,01	0,002	0,10	415	2017
Итого за прием пищи:	565	16,95	15,89	72,98	534,24	12,16	0,27	0,29	140,57	2,06	221,86	220,5	53,23	2,4	220,57	0,01	0,006	0,66		
Обед																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,78	8,85	97,79	12,19	0,07	0,06	21,00	1,00	59,44	44,11	21,02	0,98	55,25	0,01	0,000	0,30	88	2017
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	80	12,37	16,02	40,15	282,03	0,04	0,02	0,11	124,64	2,09	184,61	136,75	14,53	0,48	16,30	0,00	0,005	0,25	94	2010
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,43	4,89	23,34	151,49	11,35	0,14	0,12	0,04	0,07	46,19	92,28	32,86	1,33	33,60	0,01	0,002	0,40	126	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	735	19,54	26,91	97,53	641,82	23,62	0,28	0,32	145,68	3,16	306,92	302,31	78,78	4,53	164,95	0,03	0,007	0,95		
Всего за день:		36,49	42,8	170,51	1175,06	35,78	0,55	0,61	286,25	5,22	528,78	522,81	132,01	6,93	385,52	0,04	0,013	1,51		

Третий день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв/с ут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ТЕФТЕЛЯ ОСОБАЯ В СОУСЕ	100	5,81	9,40	10,17	149,43	2,66	0,09	0,04	68,08	2,08	98,00	40,26	11,25	0,68	87,56	0,01	0,003	0,10	ТТК 82	2024
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,49	6,41	38,36	244,74	0,00	0,23	0,13	50,02	0,08	22,15	187,34	25,74	1,41	164,09	0,00	0,003	0,20	171	2017
КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,95	1,55	12,58	72,50	10,12	0,01	0,09	22,25	0,02	91,70	13,13	11,07	0,05	10,53	0,00	0,000	0,32	ТТК 14	2024
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,00	1,16	20,56	106,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,80	34,00	13,20	0,80	12,40	0,02	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	500	19,25	18,52	81,67	572,67	12,78	0,3	0,28	140,35	2,18	220,65	274,73	61,26	2,94	274,58	0,025	0,006	0,62		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	250	5,81	5,39	19,23	148,96	5,80	0,19	0,17	120,32	1,09	141,24	80,09	33,53	0,99	254,96	0,01	0,003	0,40	102	2017
КУРИНЫЙ МЕДАЛЬОН	90	15,40	14,22	25,59	290,92	12,07	0,19	0,14	58,56	2,09	202,10	148,30	19,22	1,10	93,06	0,01	0,000	0,40	ТТК	2026
СПАГЕТТИ	150	5,46	4,84	24,94	155,05	0,00	0,07	0,13	122,36	1,08	121,22	87,92	8,65	0,00	63,90	0,01	0,005	0,10	202	2017
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,000	0,00	ТТК 12	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	715	29,33	24,67	100,72	733,33	18,87	0,5	0,46	301,24	4,26	475,31	338,06	67,68	3,99	447,83	0,04	0,008	0,9		
Всего за день:		48,58	43,19	182,39	1306	31,65	0,8	0,74	441,59	6,44	696,86	612,79	128,94	6,93	722,51	0,065	0,014	1,52		

Четвертый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,ретэкв/с ут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	9,52	10,9	42,38	308,76	0,65	0,2	0,16	0,04	0,88	165,63	240,05	73,40	1,97	348,99	14,25	0,000	0,03	182	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ЙОГУРТ БОЛЬК	100	2,40	1,20	14,40	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,60	0,00	0,00	0,00	0,000	0,00	ГОСТ	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,38	4,63	20,53	177,16	0,00	0,03	0,04	0,01	1,00	10,32	36,10	6,35	0,45	58,47	0,00	0,001	0,10	424	2017
Итого за прием пищи:	522	16,49	16,73	101,5	625,48	0,69	0,26	0,23	25,03	1,88	188,13	283,57	108	3,16	431,26	14,25	0,001	0,13		
Обед																				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,36	5,97	16,61	132,32	6,73	0,09	0,16	121,41	1,02	134,62	88,40	25,77	1,06	162,15	0,00	0,000	0,30	96	2017
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	90	12,37	16,02	40,13	282,03	0,04	0,02	0,11	124,84	2,05	184,01	139,75	14,53	0,48	16,30	0,00	0,005	0,25	270	2017
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,68	36,81	223,05	0,00	0,00	0,10	33,28	0,10	12,20	74,73	25,34	0,53	55,39	0,01	0,010	0,30	304	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,93	50,85	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	735	20,3	28,09	128,76	747,91	6,81	0,19	0,4	279,33	3,21	348,31	329,05	76,01	3,81	293,64	0,02	0,015	0,85		
Всего за день:		36,79	44,82	222,26	1373,37	7,5	0,45	0,63	305,36	4,29	534,44	614,62	184,01	9,87	724,9	14,27	0,016	0,98		

Пятый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,ретэкв/с ут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,29	10,73	2,79	222,49	0,22	0,08	0,25	123,05	2,39	178,99	183,00	21,18	0,36	93,07	0,01	0,003	0,10	210	2017
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	104	4,06	4,77	47,02	165,23	0,03	0,10	0,09	20,05	0,13	10,33	72,45	12,11	0,84	107,60	0,01	0,003	0,20	424	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2,03	1,02	17,99	92,75	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	7,70	29,75	11,55	0,70	45,85	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	804	18,16	16,52	82,34	574,04	0,29	0,24	0,34	143,1	2,48	218,19	272,62	50,46	2,64	292,32	0,03	0,006	0,3		
Обед																				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,76	11,98	109,18	7,78	0,06	0,08	122,02	1,02	149,19	46,47	22,88	1,14	125,96	0,01	0,005	0,30	82	2017
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	16,76	12,69	41,94	332,48	0,00	0,11	0,22	88,89	2,01	116,24	181,49	14,96	0,00	99,75	0,00	0,002	0,20	234	2017
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,43	4,69	23,34	151,49	0,00	0,14	0,12	0,04	0,07	46,16	92,28	32,66	1,33	33,60	0,01	0,002	0,40	128	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	735	23,87	23,86	102,45	703,66	7,9	0,36	0,45	210,95	3,1	328,3	329,41	81,07	4,21	319,11	0,03	0,009	0,9		
Всего за день:		43,02	40,38	184,79	1277,7	8,09	0,6	0,79	353,76	5,58	546,49	602,03	131,53	6,85	611,43	0,06	0,015	1,2		

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,ретэкв/с ут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	411,44	416,41	1 810,60	12 546,73	206,96	6,06	7,27	3 570,27	56,96	5 720,59	5 843,99	1 345,96	65,05	6 004,67	14,70	0,160	13,77
Среднее значение за период	41,14	41,64	181,06	1 254,67	20,70	0,61	0,73	357,03	5,60	572,06	584,40	134,60	6,51	629,49	1,46	0,016	1,38

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	539	728

ПРИМЕЧАНИЕ:

Нормативная документация:

1. СанПин 2.3./2.4.3590-20
2. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т В.Лапшиной
4. Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижен-Софт" : Питание детей в школе 2025г.версия 1.2.10 г.Санкт- Петербург
5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
6. Приказ № 315 от 26.12 86 Министерства торговли СССР.
7. МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".
8. МР 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничением в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)"

Директор ООО "Максимум" Е.Н. Осиповская

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО"МАКСИМУМ"
_____/Е.Н.ОСИНЕВСКАЯ/
"28" августа 2026 года

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР
_____
"07" 09 2026г.

ООО ""МАКСИМУМ""

Примерное меню завтраков, обедов для учащихся образовательных школ.
Калорийность завтрака и обеда по норме для детей 12-18 лет 1360 - 1632 ккал.

Первый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ГУЛЯШ	100	6,03	8,92	2,93	103,03	4,48	0,12	0,11	47,68	0,00	96,30	161,64	26,74	1,08	158,16	0,00	0,004	0,50	260	2017
СПАГЕТТИ	180	6,55	5,81	36,71	250,76	0,00	0,06	0,15	133,25	1,25	115,03	14,89	12,58	1,10	1,65	0,00	0,000	0,00	282	2017
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	0,25	0,01	14,79	61,85	12,00	0,00	0,01	0,00	0,00	14,70	8,61	6,38	0,80	37,21	0,00	0,000	0,40	ТТК 99	2024
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,38	4,63	29,53	177,16	0,00	0,05	0,04	0,01	1,00	10,32	38,10	6,35	0,45	56,47	0,01	0,001	0,10	424	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,53	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	28,20	0,01	0,005	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**552**	**20,71**	**19,95**	**94,24**	**645,80**	**16,48**	**0,29**	**0,32**	**180,94**	**2,25**	**240,75**	**240,54**	**60,66**	**4,43**	**279,61**	**0,02**	**0,010**	**1,00**		
Обед																				
СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	3,24	5,00	15,00	119,61	17,97	0,12	0,19	0,02	1,00	88,69	70,02	26,29	1,21	170,61	0,01	0,003	0,40	168	2004
ТЕФТЕЛЯ ОСОБАЯ В СОУСЕ	100	11,53	16,97	17,69	302,53	0,05	0,00	0,09	200,25	1,00	233,88	77,46	17,41	1,04	29,14	0,00	0,008	0,43	ТТК 82	2024
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,18	7,70	46,02	293,86	0,00	0,22	0,15	70,03	1,09	26,57	220,09	40,99	3,29	138,86	0,00	0,000	0,20	171	2017
НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	11,25	44,62	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,001	0,00	389	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,80	52,20	11,40	0,40	81,06	0,02	0,003	0,20	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**800**	**26,92**	**32,20**	**115,39**	**883,02**	**21,02**	**0,45**	**0,48**	**270,30**	**3,09**	**360,14**	**419,77**	**96,08**	**5,94**	**419,69**	**0,03**	**0,016**	**1,23**		
Всего за день:		**49,63**	**52,15**	**209,63**	**1 528,82**	**37,50**	**0,74**	**0,80**	**451,24**	**5,34**	**600,89**	**660,31**	**156,71**	**10,37**	**699,30**	**0,05**	**0,026**	**2,23**		

Второй день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	15,67	18,02	51,40	393,45	2,65	0,29	0,28	172,58	2,08	241,88	222,91	49,49	2,40	211,53	0,01	0,003	0,83	173	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,16	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,26	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	28,20	0,01	0,005	0,00	ГОСТ	
ФРУКТ	130	0,78	0,19	7,26	35,86	0,00	0,00	0,09	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,003	0,00		2017
Итого за прием пищи:	**620**	**18,31**	**18,79**	**83,55**	**542,83**	**2,69**	**0,32**	**0,39**	**182,58**	**2,08**	**258,26**	**247,33**	**61,71**	**3,54**	**263,53**	**0,02**	**0,011**	**0,83**		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	250	5,81	5,35	19,23	146,96	6,80	0,19	0,17	120,32	1,09	141,24	60,09	33,53	0,99	254,93	0,01	0,003	0,40	102	2017
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	100	14,12	18,02	20,58	295,76	2,40	0,00	0,13	153,02	1,11	145,85	131,17	18,62	0,42	54,18	0,00	0,009	0,30	267	2017
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,82	6,82	25,68	177,19	12,46	0,15	0,13	0,05	1,09	55,80	102,95	36,37	1,47	37,04	0,01	0,000	0,50	128	2017
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,16	23,16	95,65	1,60	0,01	0,01	0,00	0,00	13,09	3,93	4,43	0,79	74,66	0,00	0,000	0,00	ТТК 27	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,80	52,20	11,40	2,40	72,62	0,01	0,003	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**800**	**27,88**	**31,52**	**120,08**	**839,94**	**23,26**	**0,46**	**0,49**	**273,39**	**3,29**	**364,78**	**370,38**	**104,25**	**6,07**	**493,48**	**0,03**	**0,015**	**1,20**		
Всего за день:		**46,22**	**50,41**	**203,63**	**1 382,77**	**25,95**	**0,78**	**0,88**	**455,97**	**5,37**	**623,04**	**617,71**	**165,96**	**9,61**	**757,01**	**0,05**	**0,026**	**2,03**		

Третий день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	10,21	7,67	8,25	189,96	13,47	0,26	0,23	168,58	1,00	121,40	143,00	26,26	2,01	182,50	0,01	0,010	0,80	294	2017
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,64	5,61	41,77	245,70	0,00	0,00	0,01	30,05	0,09	133,97	51,48	3,75	0,07	2,25	0,00	0,000	0,00	202	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,60	0,00	0,000	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	45	3,38	1,31	23,13	119,25	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	9,90	38,25	14,85	0,90	58,95	0,02	0,000	0,00	ГОСТ	
СЛОЙКА "БАНТИК"	20	2,18	4,44	8,00	59,15	1,09	0,00	0,05	0,00	1,09	0,00	0,00	10,23	0,60	0,00	0,00	0,001	0,00	ТТК 88	2024
Итого за прием пищи:	560	22,60	19,45	95,75	670,60	14,57	0,35	0,32	189,03	2,18	277,45	240,15	60,71	4,32	269,50	0,03	0,011	0,80		
Обед																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	5,76	8,65	97,79	12,16	0,07	0,06	21,00	1,00	59,44	44,11	21,02	0,96	204,25	0,00	0,000	0,30	88	2017
ПЛОВ	300	21,96	25,85	62,04	554,42	8,97	0,31	0,37	256,35	2,06	282,85	270,51	56,68	4,72	133,58	0,02	0,012	0,65	265	2017
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,000	0,00	ТТК 12	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	10,80	52,20	11,40	0,40	81,06	0,02	0,003	0,20	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	815	27,82	32,20	116,68	852,00	21,06	0,49	0,48	277,35	3,06	360,14	366,82	90,63	6,10	420,00	0,04	0,015	1,35		
Всего за день:		50,32	51,83	211,43	1 522,60	35,63	0,84	0,80	466,38	5,24	637,59	606,97	151,34	10,42	689,50	0,08	0,026	2,15		

Четвертый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	14,38	16,74	3,38	277,99	2,28	0,10	0,29	169,58	2,37	195,66	175,24	25,81	1,84	90,07	0,01	0,007	0,40	190	2017
КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,60	0,00	0,000	0,00	ТТК 14	2024
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	50	4,08	4,77	47,08	199,28	0,00	0,10	0,06	20,05	0,13	19,33	72,45	12,11	0,84	107,60	0,00	0,003	0,20	6	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	45	3,38	1,31	23,13	119,25	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	9,90	38,25	14,85	0,90	58,95	0,02	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	550	22,03	22,82	88,16	656,04	2,32	0,27	0,38	189,63	2,50	237,07	293,36	58,39	4,32	282,42	0,02	0,010	0,60		
Обед																				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250/5	3,01	5,86	15,31	129,10	0,71	0,04	0,15	28,98	1,80	71,33	34,47	14,32	1,30	88,22	0,01	0,009	0,10	80/31	2017/2019
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	300	23,02	21,91	73,26	567,60	20,75	0,32	0,30	241,26	1,50	274,27	295,49	67,41	2,84	224,68	0,00	0,002	0,50	259	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,60	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	6,30	30,45	6,65	1,40	47,50	0,02	0,004	0,20	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	885	28,54	28,08	118,00	824,61	21,50	0,42	0,49	270,26	3,30	364,08	367,83	94,00	6,28	386,30	0,03	0,015	1,20		
Всего за день:		50,57	50,90	206,16	1 480,65	23,82	0,69	0,87	459,89	5,80	601,15	661,19	152,39	10,60	668,72	0,05	0,025	1,80		

Пятый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	14,38	16,74	3,38	277,99	2,28	0,10	0,29	169,58	2,37	195,66	175,24	25,81	1,84	90,07	0,01	0,007	0,40	210	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,60	0,00	0,000	0,00	376	2017
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	100	4,08	4,77	47,08	199,28	0,00	0,10	0,06	20,05	0,13	19,33	72,45	12,11	0,84	107,60	0,00	0,003	0,20	416	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,75	1,45	25,70	132,50	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,00	42,50	16,50	1,00	64,50	0,02	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	565	22,40	22,96	90,73	669,29	2,32	0,28	0,39	189,63	2,50	238,17	297,61	60,04	4,42	287,97	0,03	0,010	0,60		
Обед																				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,69	5,76	11,88	108,18	7,76	0,06	0,08	122,02	1,02	149,19	45,47	22,66	1,14	125,90	0,01	0,005	0,30	82	2017
ГУЛЯШ	100	15,02	15,95	29,27	351,25	4,00	0,20	0,19	46,38	1,06	72,17	247,27	40,16	1,34	137,13	0,00	0,007	1,00	260	2017
СПАГЕТТИ	180	6,55	5,81	35,71	250,78	0,00	0,08	0,15	102,56	1,25	115,03	14,99	12,56	1,10	1,55	0,00	0,000	0,00	202	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,60	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,00	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	1,00	68,00	0,02	0,003	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	880	26,90	27,97	113,75	871,73	11,82	0,43	0,47	270,96	3,33	357,57	359,65	90,76	5,32	358,44	0,03	0,015	1,30		
Всего за день:		49,30	50,93	204,48	1 541,02	14,14	0,71	0,86	460,59	5,83	595,74	657,26	150,80	9,74	646,41	0,06	0,025	1,90		

Первый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	7,28	12,03	23,69	309,14	1,00	0,18	0,23	102,54	1,08	143,68	186,70	39,98	0,67	153,00	0,01	0,008	0,10	174	2017
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	60	7,87	5,90	22,10	139,34	4,00	0,07	0,07	82,54	1,04	75,45	36,55	14,19	1,46	58,33	0,01	0,002	0,50	5	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	106,00	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,80	34,00	13,20	0,80	52,40	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**570**	**18,34**	**19,09**	**81,14**	**614,00**	**5,04**	**0,29**	**0,33**	**185,08**	**2,12**	**240,12**	**244,67**	**72,99**	**3,67**	**287,53**	**0,03**	**0,010**	**0,60**		
Обед																				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250/5	3,01	5,80	15,31	126,10	0,71	0,04	0,15	28,98	1,80	71,33	34,47	14,32	1,30	88,22	0,01	0,009	0,10	111	2017
ТЕФТЕЛЬКИ НЕЖЕНКА В СОУСЕ	100	12,12	13,13	23,55	222,83	7,7	0,02	0,22	209,21	1,03	257,65	41,00	8,40	0,00	27,69	0,01	0,010	0,73	ТТК 16	2024
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,18	7,70	46,02	293,66	0,00	0,22	0,15	70,03	1,09	26,57	220,09	40,99	3,13	107,18	0,00	0,000	0,20	171	2017
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,16	23,16	95,05	1,50	0,01	0,01	0,00	0,00	13,00	3,60	4,43	0,79	74,68	0,00	0,000	0,00	ТТК 27	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,00	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	1,00	0,00	0,02	0,003	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,26	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	6,20	0,01	0,005	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**805**	**30,28**	**27,87**	**139,52**	**892,26**	**10,01**	**0,41**	**0,58**	**308,22**	**3,92**	**382,04**	**360,92**	**84,24**	**6,62**	**393,97**	**0,05**	**0,027**	**1,03**		
Всего за день:		**48,62**	**46,96**	**220,66**	**1 506,26**	**15,05**	**0,70**	**0,91**	**493,30**	**6,04**	**622,16**	**605,59**	**157,23**	**10,29**	**681,50**	**0,08**	**0,037**	**1,63**		

Второй день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	11,95	15,85	22,00	240,62	14,65	0,20	0,27	155,78	2,12	266,66	196,59	22,40	2,17	130,93	0,00	0,010	0,80	204	2017
ЙОГУРТ БЗМЖ	100	2,40	1,20	14,40	80,00	0,00	0,00	0,00	25,88	0,00	0,00	0,00	22,03	0,00	0,00	0,00	0,000	0,00	ГОСТ	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,20	4,40	17,58	166,40	0,00	0,05	0,03	0,01	0,08	9,86	36,29	6,07	0,43	74,82	0,01	0,002	0,10	415	2017
Итого за прием пищи:	**605**	**18,74**	**21,25**	**68,57**	**546,74**	**14,69**	**0,26**	**0,31**	**181,77**	**2,18**	**288,70**	**240,30**	**56,72**	**3,34**	**231,55**	**0,01**	**0,012**	**0,90**		
Обед																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,69	5,78	6,85	97,79	12,19	0,07	0,06	21,00	1,00	59,44	44,11	21,02	0,66	204,25	0,00	0,000	0,30	88	2017
ЁЖИКИ МЯСНЫЕ	100	14,12	19,02	26,58	295,76	2,40	0,00	0,13	153,02	1,11	145,85	131,17	20,52	1,62	64,18	0,00	0,009	0,30	64	2010
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,82	6,52	25,68	177,19	12,46	0,15	0,13	0,05	1,05	53,60	102,96	36,37	1,47	37,04	0,00	0,000	0,50	128	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,00	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	1,00	0,00	0,01	0,003	0,00	ГОСТ	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	53,00	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,40	17,00	6,60	0,40	6,20	0,01	0,005	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**815**	**24,83**	**32,34**	**107,10**	**784,26**	**27,09**	**0,34**	**0,38**	**174,07**	**3,20**	**284,67**	**346,16**	**99,63**	**5,21**	**337,47**	**0,02**	**0,014**	**1,10**		
Всего за день:		**43,57**	**53,59**	**175,75**	**1 331,00**	**41,78**	**0,60**	**0,69**	**355,84**	**5,38**	**573,37**	**586,46**	**156,35**	**9,55**	**569,02**	**0,03**	**0,026**	**2,00**		

Третий день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ТЕФТЕЛЯ ОСОБАЯ В СОУСЕ	120	8,23	9,40	10,17	149,45	4,68	0,04	0,05	88,86	1,10	111,00	24,28	5,44	0,32	60,53	0,01	0,010	0,33	ТТК 82	2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,18	7,70	46,02	293,66	0,00	0,22	0,15	70,03	1,09	26,57	220,09	40,99	3,13	107,18	0,00	0,000	0,20	171	2024
КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,95	1,55	12,58	72,50	10,12	0,01	0,09	22,25	0,02	91,70	13,13	11,07	0,05	10,83	0,00	0,000	0,32	ТТК 14	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,75	1,45	25,70	132,50	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,00	42,50	16,50	1,00	64,50	0,02	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**550**	**22,11**	**20,10**	**94,47**	**648,11**	**14,78**	**0,35**	**0,32**	**181,16**	**2,21**	**240,27**	**300,00**	**74,00**	**4,50**	**242,84**	**0,03**	**0,012**	**0,85**		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	250	5,81	5,39	19,23	148,98	6,80	0,19	0,17	120,32	1,09	141,24	80,09	33,53	0,99	254,96	0,01	0,003	0,40	102	2017
КУРИНЫЙ МЕДАЛЬОН	100	17,79	15,25	51,27	343,15	0,41	0,11	0,27	121,03	2,03	150,93	155,32	25,42	0,97	122,53	0,01	0,010	0,60	ТТК	2026
СПАГЕТТИ	160	3,70	0,70	21,50	193,00	14,27	0,12	0,10	156,28	0,00	74,30	80,58	35,07	2,58	147,45	0,01	0,005	0,30	202	2017
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ СМ	200	0,03	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	0,00	1,53	0,00	1,11	0,00	0,000	0,00	ТТК 12	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	3,31	0,44	21,20	101,00	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	1,00	0,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	**800**	**30,61**	**30,78**	**132,56**	**863,52**	**21,48**	**0,51**	**0,58**	**397,63**	**3,12**	**382,72**	**379,49**	**105,05**	**5,52**	**526,05**	**0,04**	**0,018**	**1,30**		
Всего за день:		**52,72**	**50,88**	**227,03**	**1 511,63**	**36,26**	**0,86**	**0,90**	**578,79**	**5,33**	**622,99**	**679,49**	**179,05**	**10,02**	**768,89**	**0,07**	**0,030**	**2,16**		

Четвертый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250/5	16,37	17,91	47,78	407,60	4,75	0,27	0,31	220,45	2,09	219,27	205,49	58,62	2,60	222,60	0,01	0,010	0,60	182	2017
ЙОГУРТ БЗМЖ	100	2,40	1,20	14,40	80,00	0,00	0,00	0,00	25,98	0,00	0,00	0,00	22,63	0,00	0,00	0,00	0,000	0,00	ГОСТ	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ	50/2	4,38	4,63	29,53	177,16	0,00	0,06	0,04	0,01	1,00	10,32	38,10	6,35	0,45	56,47	0,01	0,001	0,10	424	2017
Итого за прием пищи:	622	23,34	23,74	106,30	724,28	4,79	0,33	0,36	246,44	3,09	241,77	252,01	93,22	3,99	304,87	0,02	0,011	0,70		
Обед																				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	4,76	5,21	19,25	143,17	9,65	0,13	0,10	0,20	0,50	37,52	70,13	29,26	1,70	219,97	0,00	0,000	0,80	96	2017
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	100	14,57	16,67	8,22	268,79	11,53	0,09	0,19	137,01	1,30	156,92	220,73	36,03	1,71	193,17	0,01	0,011	0,50	270	2017
РИС ОТВАРНОЙ	180	6,55	5,81	36,71	250,78	0,00	0,08	0,15	133,25	1,25	115,03	14,99	12,58	1,10	1,55	0,00	0,000	0,00	304	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,00	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	1,00	0,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	680	29,38	30,33	99,98	823,26	21,23	0,39	0,49	270,46	3,05	360,65	356,77	92,99	6,25	437,49	0,02	0,011	1,30		
Всего за день:		52,72	54,07	206,28	1 547,54	26,02	0,72	0,85	516,90	6,14	602,42	608,78	186,21	10,24	742,36	0,04	0,022	2,00		

Пятый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв /сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	14,38	16,74	3,30	277,95	1,28	0,10	0,29	169,68	2,37	186,66	177,17	25,61	1,84	160,07	0,01	0,007	0,60	210	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
БУЛОЧКА ДОМАШНИЙ С САХАРОМ	104	4,08	4,77	47,06	193,26	0,00	0,10	0,06	20,05	0,13	19,33	72,45	12,11	0,64	107,60	0,00	0,003	0,20	424	2017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ	50	3,76	1,45	25,70	132,50	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,00	42,50	16,50	1,00	64,50	0,02	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	569	22,40	22,96	90,73	669,25	1,32	0,28	0,39	189,63	2,50	238,17	299,54	59,84	4,42	297,97	0,03	0,010	0,80		
Обед																				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,83	5,76	11,56	109,18	7,78	0,06	0,08	122,02	1,02	149,19	46,47	22,65	1,14	125,95	0,01	0,005	0,30	82	2017
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	18,66	15,59	41,64	368,49	0,00	0,12	0,22	148,65	1,00	134,24	155,49	14,50	1,07	193,75	0,01	0,010	0,00	234	2017
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,82	6,52	25,68	177,19	2,20	0,15	0,13	0,05	1,09	53,90	102,95	35,37	1,47	37,04	0,00	0,000	0,50	128	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,19	0,00	14,59	59,52	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	12,18	7,42	5,62	0,74	25,80	0,00	0,000	0,00	376	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,00	0,00	0,06	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	1,00	0,00	0,01	0,000	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	680	27,71	28,31	114,39	815,37	10,02	0,42	0,48	271,02	3,11	358,41	356,84	89,33	5,42	349,55	0,03	0,015	0,80		
Всего за день:		50,11	51,27	205,12	1 484,66	11,34	0,70	0,87	460,65	5,61	596,58	656,38	149,17	9,84	647,52	0,06	0,025	1,60		

ООО "МАКСИМУМ"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А,рет.экв а/сут	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	493,76	512,79	2 071,17	14 936,55	267,49	7,34	8,43	4 699,55	56,09	6 075,93	6 333,14	1 605,41	100,69	6 790,23	0,54	0,268	19,40
Среднее значение за период	49,38	51,28	207,12	1 493,70	26,75	0,73	0,84	469,96	5,61	607,59	633,31	160,54	10,07	679,02	0,05	0,027	1,95

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
12-18 лет	576	604

Нормативная документация:

1. СанПин 2.3./2.4.3590-20

2. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питание при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т В.Лапшиной

4. Меню разработано с применением програмного обеспечения ООО "Вижен-Софт" : Питание детей в школе 2023г.версия 1.2.9 г.Санкт- Петербург

5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

6. Приказ № 315 от 26.12 86 Министерства торговли СССР.

7. МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учрежений".
8. МР 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничением в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)"

Директор ООО "Максимум" Е.Н. Осиневская