СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №15"
Салько Наталья Александровна

_____Салько Н.А.
31 Мая 2025г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4463C397EC30233FCCB6A277EFEE21DA
Владелец: Салько Наталья Александровна
Действителен: с 19.05.2025 до 12.08.2026

СОГЛАСОВАНО:

Начальник лагеря дневного пребывания
Ляпунова Елена Александровна

_____Ляпунова Е. А.
31 мая 2025 года

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель
Алексеев Сергей Петрович

_____Алексеев С.П.
31 мая 2025 года

Сезон: Весенне- Летний ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

Основное (организованное) четырнадцати дневное меню для питания школьников в лагере дневного пребывания в Муниципальном Бюджетном Общеобразовательном Учреждении "Средняя общеобразовательная школа № 15".

г. Черногорск, 2025г.

День: Первый
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

1 день

№ технологической карты	Прием пищи,наименование блюда	масса порции гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность .ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
Завтрак						
173	Каша пшенная	200,00	7,20	5,90	34,20	281,00
3	Бутерброд с маслом и сыром на пш. хлебе	30/20/10	6,27	3,86	14,83	157,00
847	Яблоко	200,00	0,67	0,67	16,33	84,10
382	Какао с молоком	180,00	3,78	0,67	26,00	106,70
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	0,90	0,20	8,50	51,20
Итого за прием пищи:		**665,0**	**18,8**	**11,3**	**99,9**	**680,0**
Обед						
54-21з	Кукуруза сахарная	100,00	2,00	0,33	10,16	52,16
112	Суп с макаронными изделиями, картофелем и тушенкой	250 / 20	6,69	6,43	15,40	159,30
б/н	Котлета домашняя из п/ф	100,00	28,00	3,60	38,20	132,90
302	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	11,46	8,12	51,52	325,04
376	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	42,00	1,80	0,40	17,00	94,24
б/н	Хлеб пшеничный	60,00	3,00	0,30	27,30	128,10
Итого за прием пищи:		**972,0**	**53,0**	**19,2**	**174,6**	**951,7**
Всего за день:		**1637,0**	**71,8**	**30,5**	**274,4**	**1631,7**

День: Второй
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

2 день

№ технологической карты	Прием пищи,наименование блюда	масса порции гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность .ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
Завтрак						
206	Макароны запеченые с сыром	200,00	12,78	9,56	33,70	337,44
20	Сок яблочный	200,00	1,00	0,20	18,40	96,40
377	Чай с лимоном	200,00	0,13	0,02	15,20	62,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	43,00	1,80	0,40	17,00	88,00
б/н	Хлеб пшеничный	45,00	2,00	0,26	18,26	96,10
Итого за прием пищи:		**688,0**	**17,7**	**10,4**	**102,6**	**679,9**
Обед						
71	Огурцы свежие нарезка	100,00	0,70	0,10	1,90	12,00
86	Суп Свекольник	250	7,5	11,12	10,37	178,37
б/н	Тефтели куринные из п/ф	100	10,8	12,49	11,97	202
304	Рис отварной	200,00	3,65	5,37	36,69	279,60
388	Напиток из плодов шиповника	200,00	0,68	0,41	20,76	88,20
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,80	0,40	17,00	89,76
б/н	Хлеб пшеничный	48,00	2,40	0,24	21,84	102,48
Итого за прием пищи:		**938,0**	**27,5**	**30,1**	**120,5**	**952,4**
Всего за день:		**1626,0**	**45,2**	**40,6**	**223,1**	**1632,4**

День: Третий
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

3 день

№ техно	Прием пищи,наименование	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
	Завтрак					
175	Каша "Дружба"	200	6,8	8,9	34,6	214
1	Бутерброд с маслом	60/40	3,54	11,2	22,3	253,2
847	Апельсин	155	0,9	0,2	7,2	56,35
378	Чай с молоком	180	1,52	1,35	15,9	72,9
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	0,9	0,2	8,5	40,8
б/н	Хлеб пшеничный	20,00	1,00	0,13	9,13	42,70
	Итого за прием пищи:	**675,0**	**14,66**	**21,98**	**97,63**	**679,95**
	Обед					
71	Помидоры свежие нарезка	100,00	1,12	0,12	3,17	22,00
119	Суп Гороховый	250,00	7,80	48,03	19,69	197,68
б/н	Котлета рыбная (Филе горбуши) из п/ф	100,00	17,78	5,56	0,00	94,40
128	Пюре картофельное	200,00	3,72	10,99	25,90	230,50
824-3	Соус красный основной	50,00	0,55	1,00	5,45	24,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,10	132,80
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,25	0,50	21,25	102,00
б/н	Хлеб пшеничный	70,00	3,50	0,47	31,97	149,80
	Итого за прием пищи:	**1020,0**	**37,38**	**66,76**	**139,53**	**953,18**
	Всего за день:	**1695,0**	**52,04**	**88,74**	**237,16**	**1633,13**

День: Четвертый
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

4 день

№ техно	Прием пищи,наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
	Завтрак					
384	Каша янтарная молоч.	250,00	8,00	13,12	45,50	326,00
42	Сыр порциями	40,00	5,10	4,60	0,30	63,00
847	Груша	140,00	0,40	0,30	10,20	61,30
379	Кофейный напиток	200,00	3,17	2,68	15,95	100,60
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	31,00	1,35	0,30	12,75	63,10
б/н	Хлеб пшеничный	31,00	1,50	0,15	13,70	66,10
	Итого за прием пищи:	**692,0**	**19,5**	**21,2**	**98,4**	**680,1**
	Обед					
б/н	Икра кабачковая из п/ф	100,00	1,60	8,97	3,62	78,40
96	Рассольник Ленинградский	250,00	2,01	5,58	22,40	160,50
290	Курица тушеная (голень п/ф, филе п/ф)	100,00	13,27	10,80	2,90	162,00
199	Пюре из гороха с маслом	180,00	15,59	7,84	40,03	291,43
824-3	Соус красный основной	50,00	0,55	1,00	5,45	24,00
376	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,80	0,40	16,46	81,60
б/н	Хлеб пшеничный	45,00	2,40	0,24	21,84	95,08
	Итого за прием пищи:	**965,0**	**37,29**	**34,85**	**127,7**	**953,01**
	Всего за день:	**1657,0**	**56,81**	**56**	**226,1**	**1633,11**

День: Пятый
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

5 день

№ технологической	Прием пищи,наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
Завтрак						
181	Каша манная молочная	250,00	7,18	4,13	50,28	267,85
б/н	Сырники из творога из п/ф	70,00	7,50	8,00	29,00	154,00
327	Соус молочный сладкий	50,00	0,97	2,26	6,63	50,75
847	Мандарины	100,00	0,90	0,20	8,50	62,17
375	Чай без сахара	200,00	2,00	0,51	0,40	2,40
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,35	0,30	12,75	61,20
б/н	Хлеб пшеничный	38,00	1,50	0,20	13,70	81,50
	Итого за прием пищи:	**738,0**	**21,4**	**15,6**	**121,3**	**679,9**
Обед						
54-20з	Горошек Зеленый	100,00	2,83	0,16	5,83	36,83
54-12с	Суп с рыбными консервами	250,00	9,87	4,80	15,55	144,57
б/н	Биточки мясные из п/ф	100,00	28,00	3,60	38,20	174,44
309	Макароны отварные с маслом	180,00	6,56	6,95	36,55	231,85
824-3	Соус Красный основной	50,00	0,55	1,00	3,10	24,00
344	Компот из яблок с лимоном	200,00	0,30	0,20	25,10	101,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,80	0,40	17,00	89,76
б/н	Хлеб пшеничный	70,00	3,50	0,47	31,97	149,80
	Итого за прием пищи:	**990,0**	**53,4**	**17,6**	**173,3**	**952,3**
	Всего за день:	**1728,0**	**74,8**	**33,2**	**294,6**	**1632,1**

День: Шестой
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

6 день

№ технологической	Прием пищи,наименование блюда	масса порции гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
Завтрак						
174	Каша ячневая молочная	250,00	9,04	4,66	61,31	308,25
3	Бутерброд с маслом и сыром на пш. хлебе	30/20/10	6,27	3,86	14,83	157,00
847	Яблоко	150,00	1,09	1,09	26,73	55,30
382	Какао с молоком	200,00	3,78	0,67	26,00	118,60
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	0,90	0,20	8,50	40,80
	Итого за прием пищи:	**680,0**	**21,1**	**10,5**	**137,4**	**680,0**
Обед						
71	Огурцы свежие нарезка	100,00	1,12	0,10	3,17	12,00
88	Щи из свежей капусты с картофелем	300 / 20	6,00	8,70	7,90	171,60
б/н	Тефтели мясные из п/ф	100,00	13,70	6,30	5,68	132,90
304	Рис отварной	200,00	4,56	6,71	45,86	262,13
331	Соус сметанный с томатом	100,00	1,76	5,00	7,02	80,10
1010	Напиток из кураги	200,00	0,1	0	14,8	58,9
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	38,00	1,80	0,40	17,00	85,27
б/н	Хлеб пшеничный	70,00	3,50	0,47	31,97	149,80
	Итого за прием пищи:	**1100,0**	**32,5**	**27,7**	**133,4**	**952,7**
	Всего за день:	**1780,0**	**53,6**	**38,2**	**270,8**	**1632,7**

День: Седьмой
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

7 день

№ технологической карты	Прием пищи,наименование блюда	масса порции гр.	Пищевые вещества			Эн. ценность. ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
	Завтрак					
120	Суп молочный с макаронами	250	6,27	3,86	14,83	157
1	Бутерброд с маслом	60/40	3,54	11,2	22,3	253,2
20	Сок абрикосовый	200,0	1,0	0,0	25,4	154,7
377	Чай с лимоном	200,0	0,1	0,0	15,2	62,0
б/н	Хлеб ржано-пшеничны	26,00	0,90	0,20	8,50	53,20
	Итого за прием пищи:	**776,0**	**11,8**	**15,3**	**86,2**	**680,1**
	Обед					
23	Салат из свежих помидор	100,00	1,17	6,17	4,50	77,67
96	Рассольник Ленинградский	250,00	2,01	5,58	22,40	160,50
б/н	Бифштекс из п/ф	100,00	28,00	3,60	38,20	132,90
302	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,32	7,31	46,37	292,54
388	Напиток из плодов шиповника	200,00	0,68	0,41	20,76	88,20
б/н	Хлеб ржано-пшеничны	35,00	1,80	0,40	17,00	71,40
б/н	Хлеб пшеничный	60,00	3,00	0,30	27,30	128,20
	Итого за прием пищи:	**925,0**	**47,0**	**23,8**	**176,5**	**951,4**
	Всего за день:	**1701,0**	**58,8**	**39,1**	**262,8**	**1631,5**

День: Восьмой
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

8 день

№ технологической карты	Прием пищи,наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Эн. ценность. ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
	завтрак					
175	Каша "Дружба"	250,00	8,50	11,12	43,25	267,50
2	Бутерброд с джемом или повидлом	30/30	0,9	4,2	22,1	129,7
847	Апельсин	200	1,8	7,8	7	75,1
378	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,52	1,35	15,90	81,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	62,00	2,79	0,62	26,35	126,75
	Итого за прием пищи:	**713,0**	**15,51**	**25,09**	**114,6**	**680,05**
	Обед					
54-21з	Кукуруза сахарная	100,00	2,00	0,33	10,16	52,16
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250/ 25	8,88	10,88	16,68	192,50
290	Курица тушеная (голень п/ф, филе п/ф)	100,00	13,27	10,80	2,90	162,00
199	Пюре из гороха с маслом	180,00	12,99	6,53	33,36	269,24
824-3	Соус Красный основной	50,00	0,55	1,00	3,10	24,00
349	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,66	0,09	32,10	126,64
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	0,90	0,20	8,50	40,80
б/н	Хлеб пшеничный	40,00	2,00	0,26	18,26	85,40
	Итого за прием пищи:	**945,0**	**41,3**	**30,1**	**125,1**	**952,7**
	Всего за день:	**1658,0**	**56,8**	**55,2**	**239,7**	**1632,8**

День: Девятый
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

9 день

№ техно логии	Прием пищи,наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
	Завтрак					
174	Каша рисовая молочная	220,00	5,09	10,72	43,39	235,73
б/н	Сырники из творога п/ф	70,00	7,50	8,00	29,00	154,00
847	Груша	125,00	0,40	0,30	10,30	71,20
379	Кофейный напиток	200,00	3,52	2,97	17,72	100,60
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	22,00	0,90	0,20	8,50	43,80
б/н	Хлеб пшеничный	35,00	1,75	0,22	15,97,	74,72
	Итого за прием пищи:	**672,0**	**19,16**	**22,41**	**108,91**	**680,05**
	Обед					
24	Салат из свежих помидор и огурцов	100,00	0,97	6,08	3,65	70,70
82	Борщ с капустой, картофелем и тушенкой	300 /20	4,73	9,96	17,70	196,38
б/н	Котлета рыбная (Филе горбуши) из п/ф	100,00	17,78	5,56	0,00	94,40
128	Пюре картофельное	230,00	3,44	10,18	20,00	265,11
376	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	56,00	2,56	0,57	24,22	114,75
б/н	Хлеб пшеничный	70,00	3,50	0,47	31,97	149,80
	Итого за прием пищи:	**1066,0**	**33,1**	**32,8**	**112,5**	**951,1**
	Всего за день:	**1738,0**	**52,2**	**55,3**	**221,5**	**1631,2**

День: Десятый
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

10 день

№ техно логии	Прием пищи,наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
	Завтрак					
206	Макароны запеченые с сыром	250,00	16,00	12,00	42,13	421,81
1	Бутерброд с маслом	30 /10	3,54	11,20	22,30	100,90
847	Мандарин	80,00	0,90	0,20	8,10	48,23
376	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	24,00	0,90	0,20	8,50	48,96
	Итого за прием пищи:	**594,0**	**21,41**	**23,62**	**96,03**	**679,9**
	Обед					
23	Салат из свежих помидор	100,00	1,17	6,17	4,50	77,67
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками из п/ф	260/ 20	3,50	6,56	13,77	161,46
б/н	Котлета куриная из п/ф	100,00	13,50	24,03	11,19	312,00
143	Рагу из овощей	200,00	2,53	15,70	12,29	259,74
1010	Напиток из кураги	200	0,1	0	14,8	58,9
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	0,90	0,20	8,50	40,80
б/н	Хлеб пшеничный	20,00	1,00	0,13	9,13	42,70
	Итого за прием пищи:	**920,0**	**22,7**	**52,8**	**74,2**	**953,3**
	Всего за день:	**1514,0**	**44,1**	**76,4**	**170,2**	**1633,2**

День: Одиннадцатый
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

11 день

№ технологической	Прием пищи,наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
завтрак						
173	Каша пшенная молочная	210	7,37	6,24	35,91	300,09
3	Бутерброд с маслом и сыром на пш. хлебе	30/20/10	6,27	3,86	14,83	157,00
847	Яблоко	120,0	0,4	0,2	4,9	39,4
382	Какао с молоком	200,00	3,78	0,67	26,00	118,60
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	32,00	1,35	0,30	12,75	65,00
	Итого за прием пищи:	**622,0**	**19,17**	**11,27**	**94,39**	**680,09**
Обед						
54-20з	Горошек Зеленый	100,00	2,83	0,16	5,83	36,83
112	Суп с макаронными изделиями, картофелем и тушенкой	250/ 20	6,81	6,55	15,69	162,25
б/н	Биточки мясные из п/ф	100,00	28,00	3,60	38,20	174,44
302	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	11,46	8,12	51,50	325,04
331	Соус сметанный с томатом	50,00	0,88	2,50	3,51	40,05
342	Компот из свежих яблок	200,00	0,16	0,16	23,88	114,60
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	22,00	0,90	0,20	8,50	43,80
б/н	Хлеб пшеничный	26,00	1,00	0,13	9,13	54,51
	Итого за прием пищи:	**963,0**	**52,0**	**21,4**	**156,2**	**951,5**
	Всего за день:	**1585,0**	**71,2**	**32,7**	**250,6**	**1631,6**

День: Двенадцатый
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

12 день

№ технологической	Прием пищи,наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
завтрак						
121	аша "Дружба"	250	6,8	8,9	34,6	267,5
1	Бутерброд с маслом	40/20	3,54	11,2	22,3	152,55
847	Апельсин	200	1,8	0,4	14,2	52,35
378	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,52	1,35	15,90	81,00
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	22,00	0,90	0,20	8,50	43,80
	Итого за прием пищи:	**782,0**	**14,56**	**22,05**	**95,5**	**597,2**
Обед						
71	Огурцы свежие нарезка	100,00	0,70	0,10	1,90	12,00
119	Суп гороховый	260,00	7,80	48,02	19,69	205,63
б/н	Биточки куринные из п/ф	100,00	13,50	24,09	11,19	312,00
128	Пюре картофельное	200,00	4,12	12,21	24,00	206,77
349	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,10	132,80
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	0,90	0,20	8,50	40,80
б/н	Хлеб пшеничный	20,00	1,00	0,13	9,13	42,70
	Итого за прием пищи:	**900,0**	**28,7**	**84,8**	**106,5**	**952,7**
	Всего за день:	**1682,0**	**43,2**	**106,9**	**202,0**	**1549,9**

День: Тринадцатый
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

13 день

№ технологической карты	Прием пищи,наименование блюда	масса порции гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность .ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
Завтрак						
181	Каша манная молочная	210,00	6,02	3,46	42,22	223,60
2	Бутерброд с джемом или повидлом	40/8/32	1,8	8,4	44,2	259,4
847	Груша	180	0,4	0,3	10,2	55,6
379	Напиток кофейный	200,00	3,17	2,68	15,95	100,60
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	0,90	0,20	8,50	40,80
Итого за прием пищи:		**703,0**	**12,3**	**15,0**	**121,1**	**680,0**
Обед						
б/н	Икра кабачковая из п/ф	100,00	1,60	8,97	3,62	78,40
96	Рассольник ленинградский	300,00	2,42	6,71	18,87	192,60
б/н	Тефтели мясные из п/ф	100,00	15,57	15,55	22,22	153,30
302	Каша пшеничная	180,0	4,75	4,62	33,81	213,92
342	Напиток из ягод	200	0,3	1,3	23,1	102,7
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,80	0,40	17,00	81,60
б/н	Хлеб пшеничный	60,00	3,00	0,30	27,30	128,20
Итого за прием пищи:		**980,0**	**29,4**	**37,9**	**145,9**	**950,7**
Всего за день:		**1683,0**	**41,7**	**52,9**	**267,0**	**1630,7**

День: Четырнадцатый
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний период ЛДП
Возрастная категория: с 12 лет и старше

14 день

№ технологической карты	Прием пищи,наименование блюда	масса порции гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность .ккал
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	
Завтрак						
206	Макароны запеченые с сыром	200,00	12,80	9,60	33,73	337,47
847	Банан	200,00	2,50	0,83	35,00	151,43
377	Чай с лимоном	200,00	0,13	0,02	15,20	62,00
б/н	Хлеб пшеничный	30,00	1,50	0,20	13,70	64,10
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	32,00	1,35	0,30	12,75	65,00
Итого за прием пищи:		**662,0**	**18,3**	**11,0**	**110,4**	**680,0**
Обед						
54-20з	Горошек Зеленый	100,00	2,83	0,16	5,83	36,83
86	Суп Свекольник	250	7,5	11,13	10,38	178,38
б/н	Тефтели куринные из п/ф	100	10,8	12,49	11,97	202
304	Рис отварной	200,00	4,87	7,16	48,92	279,60
824-3	Соус Красный основной	50,00	0,55	1,00	3,10	24,00
388	Напиток из плодов шиповника	200,00	0,68	0,41	20,76	88,20
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,35	0,30	12,75	59,16
б/н	Хлеб пшеничный	39,00	2,00	0,26	18,26	85,10
Итого за прием пищи:		**969,0**	**30,6**	**32,9**	**132,0**	**953,3**
Всего за день:		**1631,0**	**48,9**	**43,9**	**242,4**	**1633,3**

Среднее значение калорийности

Сезон: Весенне- Летний период ЛДП

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Дни	Завтрак	%	Обед	%
1	680,0	25,00	951,74	35,0
2	679,9	25,00	952,41	35,0
3	680,0	25,00	953,18	35,0
4	680,1	25,00	953,01	35,0
5	679,9	25,00	952,25	35,0
6	680,0	25,00	952,70	35,0
7	680,1	25,00	951,41	35,0
8	680,1	25,00	952,74	35,0
9	680,1	25,00	951,14	35,0
10	679,9	25,00	953,27	35,0
11	680,1	25,00	951,52	35,0
12	597,2	21,96	952,70	35,0
13	680,0	25,00	950,72	35,0
14	680,0	25,00	953,27	35,0
Итого:	**674,1**	24,78	**952,3**	35,0

Средние значения калорийности приведены согласно СаН ПиН 2.3/2.4.3590-20 +/- 5%

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Сборник технологических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" [М.: Хлебпродинформ,2004]

2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно - методическое пособие/ Сост. А.В. Румянцев - 3 -е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство <<Дело и Сервис>>, 2002. - 1016с,

3. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания" [М.: Минторг СССР, 1983]

4. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания" А. И. Злобнов, В.А. Цыганенко, - К., ООО "Издательство Арий", М:ИКТЦ "Лада", 2010

5. "Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания". - М.: ООО «Дом Славянской книги», 2019. – 576с.