

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №12

Е.В.Ирүвышева



УТВЕРЖДАЮ:

Ген. директор ООО "Валдай"

О.Г.Рябкин



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НАЧАЛЬНОГО ЗВЕНА  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ  
2021-2022г**

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория :7-11 лет

Наименование блюда	номер по СР	выход (г)	пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины и минеральные вещества								
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
Первый день (понедельник)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>															
<i>Масло сливочное</i>		10	0,1	8,3	0,1	75	0,10	0,00	0,00	0,00	1,20	0,04	1,90	0,02	
<i>Каша молочная пшеничная маслом</i>	311*	180/5	18,40	9,14	21,03	262,00	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09	
<i>Кисель</i>	648*	200	0,00	0,00	33,93	129,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	0,00	0,00	0,10	
<i>Хлеб пшеничный</i>		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
<i>итого:</i>			21,5	17,7	74,5	562	0,18	0,21	1,18	1,21	177,96	18,56	177,94	2,65	
<b>Обед</b>															
<i>Салат из белокочанной капусты</i>	043*	60	0,9	3,1	5,7	53	0,01	0,01	9,54	1,38	25,87	9,86	17,99	0,33	
<i>Суп картофельный с горохом</i>	139*	200	4,71	3,73	15,96	118	0,05	0,19	9,2	0,21	30,72	27,9	70,66	1,67	
<i>Рубленые изделия из говядины с соусом</i>	451*	80(50/30)	9,08	15,2	9,2	165	0	0,05	1	2,08	23,75	7,39	50,15	0,48	
<i>Макароны отварные</i>	516*	150	5,32	4,89	35,52	211	0,05	0,09	0	0,76	10,3	8,16	45,28	0,82	
<i>Чай с лимоном</i>	686*	200	0,26	0,06	15,22	59,0	0,00	0,00	2,90	0,00	8,05	5,24	9,78	0,91	
<i>Хлеб ржаной</i>		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
<i>итого:</i>			23,12	24,48	82,15	732	0,11	0,38	22,64	5,21	113,09	69,95	246,06	6,45	

Наименование блюда	номер по СР	ВЫХОД	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Второй день (вторник)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
<i>Сыр порциями</i>		15	3,45	5,85	0,00	54,00	0,60	0,00	0,24	0,08	150,00	7,50	81,00	0,17
<i>Каша молочная овсяная с маслом</i>	302*	200/5	6,74	10,33	15,46	282	0,19	0,70	29,60	0,60	161,60	202,30	56,51	1,31
<i>Чай с сахаром</i>	685	200	0,20	0,05	15,01	57,00	0,00	0,00	0,10	0,00	5,25	4,40	8,24	0,87
<i>Хлеб пшеничный</i>		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44
<i>итого:</i>			13,43	16,57	49,91	489,0	0,79	0,74	29,94	1,12	324,85	219,80	171,75	2,79
<b>Обед</b>														
<i>Огурцы св.порциями</i>		60	0,48	0,12	3,12	12	0,03	12,6	0,15	0,2	7,5	13,5	10,5	0,45
<i>Борщ из св.капусты и картоф. и сметаной</i>	110*	200/5	1,47	4,67	7,31	89	1,09	0,03	8,81	0,17	36,95	19,46	43,72	0,95
<i>Рубленое изделие из птицы с маслом</i>	498*	50/5	10,84	7,6	1,86	157	0,00	0,07	0,01	2,96	42,63	18,03	112,32	0,12
<i>Каша пшеничная</i>	302*	150	4,21	4,8	22,99	154	0,05	0,11	0	0,65	0,63	0,02	95,94	1,61
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	639*	200	0,44	0	28,88	116	0	0	0,4	0	44,8	6	15,4	1,26
<i>Хлеб пшеничный</i>		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33
<i>Хлеб ржисной</i>		30	3,9	0,6	28,2	132	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24
<i>Итого</i>			23,62	18,04	106,94	732	1,17	12,88	9,37	5,09	152,91	72,61	349,58	6,96

Наименование блюда	номер по СР	выход	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe	
Третий день (среда)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)									
<b>Завтрак</b>															
<i>Блины дрожжевые со сгущенным молоком</i>	726*	150/20	8,21	5,27	71,1	375	0,19	0,46	0,01	0,42	24,16		20,30	1,21	
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	692*	200	3,16	2,68	15,95	150	0,04	0,60	15,00	0,00	125,00	90,00	14,00	0,13	
<i>итого:</i>			11,37	7,95	87,05	525,00	0,23	1,06	15,01	0,42	149,16	90,00	34,30	1,34	
<b>Обед</b>															
<i>Салат из кваш. капусты с раст. маслом*</i>	045*	70	1,12	3,5	5,8	60	0,00	0,01	17,70	1,47	29,45	10,05	21,60	0,35	
<i>Суп картофельный с макарон.изделиями</i>	140*	200	2,26	4,3	16,68	117	0,06	0,08	13,2	0,23	18,63	19,61	52,91	0,85	
<i>Рыба тушеная в томате с овощами</i>	374*	100(50/50)	11,7	6,5	5,6	135	0,02	0,02	1,19	1,43	34,75	23,2	159,11	0,77	
<i>Картофельное пюре</i>	520*	150	3,22	5,56	22	155	0,09	0,16	25,94	0,13	40,45	32,67	95,63	1,17	
<i>Компот из св.яблок</i>	631*	200	0,16	0,16	27,87	109	0,01	0,01	6,6	0,08	6,88	3,6	4,4	0,95	
<i>Хлеб пшеничный</i>		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33	
<i>Хлеб ржаной</i>		30	1,41	0,3	0,3	63	0	0,02	0	0,39	7,2	5,7	26,1	1,12	
<i>итого</i>			22,15	20,61	92,86	711	0,18	0,33	64,63	4,06	143,36	99,03	379,25	5,54	

\*Салат из кваш. капусты с раст. маслом заменяется салатом из овощей по сезону

Наименование блюда	номер по СР	ВЫХОД	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe	
Четвертый день (четверг)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>Завтрак</b>															
<i>Каша молочная пшеничная с маслом</i>	302*	180/5	17,63	12,96	23,61	267	0,09	0,23	1,18	0,14	145,01	50,27	168,10	1,32	
<i>Чай с лимоном</i>	686*	200	0,26	0,06	15,22	59,0	0,00	0,00	2,90	0,00	8,05	5,24	9,78	0,91	
<i>Кондитерское изделие</i>		шт/20г	0,5	3,4	14,8	92									
<i>Хлеб пшеничный</i>		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
<b>итого</b>			21,43	16,76	73,07	514	0,09	0,27	4,08	0,58	161,06	61,11	203,88	2,67	
<b>Обед</b>															
<i>Салат из варенных овощей</i>	52**	80	1,01	12,05	6,12	137,0	0,01	0,01	6,8	5,36	25,16	14,96	29,24	0,95	
<i>Щи из св.капусты со сметаной</i>	124*	200/5	1,46	4,75	6,22	79	0,08	0,04	14,64	0,14	38,49	17,29	41,11	0,68	
<i>Плов из птицы</i>	492*	150	20,27	6,74	28,08	256	0,16	0,09	4,8	1,35	25,92	45,3	194,016	1,76	
<i>Напиток апельсиновый</i>	699*	200	0,2	0,14	25,73	100	0,01	0,01	13,2	0,04	7,96	2,86	5,06	0,14	
<i>Хлеб пшеничный</i>		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33	
<i>Хлеб ржаной</i>		30	1,41	0,3	0,3	63	0	0,02	0	0,39	7,2	5,7	26,1	1,12	
<b>итого</b>			26,63	24,23	81,03	707,0	0,26	0,20	39,44	7,61	110,73	90,31	315,026	4,98	

Наименование блюда	номер по СР	выход	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Пятый день (пятница)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)								
1	2	Ка	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Макарон.изделия запеченные с сыром/маслом	334*	200/5	11,06	24,37	48,96	464	0,29	0,18	0,26	0,20	188,94	25,00	147,00	1,44
Чай с фруктовым соком	79*	200	0,34	0,02	24,53	95,0	0,00	0,00	1,04	0,05	6,13	3,98	7,21	0,58
<i>итого</i>			11,4	24,39	73,49	559	0,29	0,18	1,30	0,25	195,07	28,98	154,21	2,02
Винегрет овощной*	71*	60	0,84	6,06	4,08	76	0,54	0,03	7,77	2,72	16,83	11,12	24,65	0,46
Рассольник ленинградский со сметаной	132*	200/5	1,88	5,1	13,92	113	0,07	0,07	13,44	0,17	23,1	21,8	55,31	0,81
Тефтели рубленные из говядины с соусом	462*	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	197	0,01	0,05	1,86	4,25	16,35	6,76	35,53	0,33
Каша гречневая	508*	150	8,76	6,62	43,08	271	0,05	0,08	0	0,55	14,49	138,62	207,51	4,65
Компот из св.яблок	631*	200	0,16	0,16	27,9	109	0,01	0,01	6,6	0,08	6,88	3,6	4,4	0,95
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33
Хлеб ржаной		30	1,41	0,3	0,3	63	0	0,02	0	0,39	7,2	5,7	26,1	1,12
<i>итого</i>			23,9	32,6	112,9	900,6	0,7	0,3	29,7	8,5	90,9	191,8	373,0	8,7

Наименование блюда	номер по СР	выход (г)	пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины и минеральные вещества								
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe	
<b>Шестой день (понедельник)</b>															
<b>Завтрак</b>															
<i>Сыр порциями</i>		15	3,45	4,35	0	54	0,06	0,01	0,24	0,08	150,00	7,50	81,00	0,16	
<i>Каша мол. рисовая с маслом</i>	302*	180/5	22,08	15,42	26,55	244	0,08	0,07	1,18	0,24	116,06	32,92	143,25	0,51	
<i>Кисель</i>	648*	200	0,00	0,00	33,93	129,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	0,00	0,00	0,10	
<i>Хлеб пшеничный</i>		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
<i>итого</i>			28,57	20,11	79,92	523	0,14	0,08	1,42	0,32	266,74	40,42	224,25	0,77	
<b>Обед с первым блюдом</b>															
<i>Салат из овощей</i>	20*	60	0,54	4,30	1,90	49	0,60	0,50	7,90	0,20	23,40	10,00	23,00	0,54	
<i>Суп картофельный гороховый</i>	139*	200	4,71	3,73	15,96	118	0,05	0,19	9,2	0,21	30,72	27,9	70,66	1,67	
<i>Биточки рубленые из говядины с соусом</i>	451*	80(50/30)	9,08	9,46	10,66	165	0	0,05	1	2,08	23,75	7,39	50,15	0,48	
<i>Макаронь отварные</i>	516*	150	5,32	4,89	35,52	211	0,05	0,09	0	0,76	10,3	8,16	45,28	0,82	
<i>Компот из кураги</i>	638*	200	1,04	0	30,96	123	0,7	0,02	0,8	1,1	32,4	21	29,2	0,7	
<i>Хлеб ржаной</i>		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
<i>итого</i>			23,51	22,98	95,6	792	1,4	0,89	18,9	5,13	134,97	85,85	270,49	6,45	

Наименование блюда	номер по СР	ВЫХОД	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
Седьмой день (вторник)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
<i>Масло сливочное</i>		10	0,1	8,3	0,1	75	0,10	0,00	0,00	0,00	1,20	0,04	1,90	0,02
<i>Каша пшеничная молоч. с маслом сливочн.</i>	302*	200/5	8,53	9,29	42,07	286,67	0,09	0,19	1,28		1,28			0,31
<i>Чай с лимоном</i>	686*	200	0,26	0,06	15,22	59,0	0,00	0,00	2,90	0,00	8,05	5,24	9,78	0,91
<i>Хлеб пшеничный</i>		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44
<i>Итого</i>			11,88	17,94	76,81	516,67	0,19	0,23	4,18	0,44	18,53	10,88	37,68	1,68
<b>Обед</b>														
<i>Огурцы с порциями</i>		60	0,48	0,12	3,12	12	0,03	12,6	0,15	0,2	7,5	13,5	10,5	0,45
<i>Борщ из св.капусты и картоф. и сметаной</i>	110*	200/5	1,47	4,67	7,31	89	1,09	0,03	8,81	0,17	36,95	19,46	43,72	0,95
<i>Птица тушенная в сметанном соусе</i>	493*	50/50	14,28	19,35	7,27	220	0,15	0,07	0,86	2,13	24,25	17,14	138,83	1,10
<i>Рис отварной</i>	511*	150	3,81	6,11	38,61	228	0,07	0,04	0	0,4	5,13	27,03	82,28	0,55
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	639*	200	0,44	0	28,88	116	0	0	0,4	0	44,8	6	15,4	1,26
<i>Хлеб пшеничный</i>		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33
<i>Хлеб ржаной</i>		30	1,41	0,3	0,3	63	0	0,02	0	0,39	7,2	5,7	26,1	1,12
<i>итого</i>			24,17	30,8	100,07	800	1,34	12,79	10,22	3,66	131,83	93,03	336,33	5,76

Наименование блюда	номер по СР	ВЫХОД	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe	
Восьмой день (среда)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>Завтрак</b>															
<i>Каша молочная овсяная с маслом</i>	302*	200/5	6,74	10,33	15,46	282	0,19	0,70	29,60	0,60	161,60	202,30	56,51	1,31	
<i>Ватрушка с творогом</i>	741*	60	6,8	5,9	25,5	183	0,04	0,13	0,10	0,12	42,50	11,10	85,00	0,60	
<i>Чай с сахаром</i>	685*	200/15	0,20	0,05	15,01	57,0	0,00	0,00	0,10	0,00	5,25	4,40	8,24	0,87	
<i>Хлеб пшеничный</i>		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33	
<i>итого</i>			16,02	16,53	70,55	594	0,23	0,86	29,80	1,05	215,35	222,00	169,25	3,11	
<b>Обед</b>															
<i>Щи из св.капусты со сметаной</i>	124*	200/5	1,46	4,75	6,22	79	0,08	0,04	14,64	0,14	38,49	17,29	41,11	0,68	
<i>Котлеты рыбные с маслом</i>	388*	80(75/5)	9,52	5,56	11,44	218	0,01	0,05	0,45	2,91	35,78	77,43	77,05	0,72	
<i>Картофельное пюре</i>	520*	150	3,22	5,56	22	155	0,09	0,16	25,94	0,1	40,45	32,67	95,63	1,17	
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	705*	200	0,68	0,28	20	133	0	0,01	0,06	0	12,4	3,4	3,4	0,66	
<i>Хлеб пшеничный</i>		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33	
<i>Хлеб ржаной</i>		30	1,41	0,3	0,3	63	0	0,02	0	0,39	7,2	5,7	26,1	1,12	
<i>Фрукт 1шт</i>		100	1,5	0,05	21	96	0	0,04	10,00	0,40	8,00	42,00	28,00	0,60	
<i>итого</i>			20,07	16,75	95,54	816	0,18	0,35	51,09	4,30	148,32	182,69	290,79	5,28	



Наименование блюда	номер по СР	ВЫХОД	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
Девятый день (четверг)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Яйцо вареное	337*	1 шт.	5	4,2	0,4	78	0,15	0,06	0,00	1,03	50,00	10,00	25,20	1,20
Каша ячневая молоч. с маслом сливочн.	302*	200/5	18,33	20,22	21,48	286,67	0,09	0,19	1,28		1,28			0,31
Чай с сахаром	685*	200/15	0,20	0,05	15,01	57,0	0,00	0,00	0,10	0,00	5,25	4,40	8,24	0,87
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44
<i>итого</i>			26,57	24,81	56,33	517,67	0,24	0,29	1,38	1,47	64,53	20,00	59,44	2,82
<b>Обед</b>														
Салат из белокочанной капусты	043*	60	0,9	3,1	5,7	53	0,01	0,01	9,54	1,38	25,87	9,86	17,99	0,33
Суп картофельный рыбный	133*	200/12,5	4,57	2,8	15,3	107	0,04	0,1	18,39	0,29	21,41	27,91	85,17	1,01
Котлеты из птицы панированные с соусом	496*	80(50/30)	10,84	7,6	8,14	165	0,00	0,07	1,01	2,96	42,63	18,03	117,00	1,12
Каша пшеничная вязкая	302*	150	4,21	4,8	22,99	154	0,05	0,11	0	0,65	0,63	0,02	95,94	1,61
Напиток из ягод	700*	200	0,1	0	24,9	97	0	0,05	0	0,1	16,4	8,4	25,8	0,66
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,25	14,58	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33
Хлеб ржаной		30	1,41	0,3	0,3	63	0	0,02	0	0,39	7,2	5,7	26,1	1,12
<i>итого</i>			24,34	18,8	91,86	711	0,0995	0,39	28,94	6,1	120,14	74,12	387,5	6,18

Наименование блюда	номер по СР	ВЫХОД	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины и минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
Десятый день (пятница)		(г)	(г)	(г)	(г)	(ккал)									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>Завтрак</b>															
<i>Сыр порциями</i>		15	3,45	5,85	0,00	54,00	0,60	0,00	0,24	0,08	150,00	7,50	81,00	0,17	
<i>Каша рисовая молочная с маслом</i>	302*	180/5	22,08	15,42	26,55	310	0,10	0,27	1,44	0,59	170,98	65,12	140,30	0,84	
<i>Чай с сахаром</i>	685	200	0,20	0,05	15,01	57,00	0,00	0,00	0,10	0,00	5,25	4,40	8,24	0,87	
<i>Хлеб пшеничный</i>		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8	5,6	26	0,44	
<i>итого:</i>			28,77	21,66	61,00	517,0	0,70	0,31	1,78	1,11	334,23	82,62	255,54	2,32	
<b>Обед с первым блюдом</b>															
<i>Помидоры св.порциями</i>	78*	60	0,46	0,12	3,12	12	0,03	12,60	0,15	0,20	7,50	13,50	10,50	0,45	
<i>Суп картофельный с макарон.изделиями</i>	140*	200	2,26	4,3	16,68	117	0,06	0,08	13,2	0,23	18,63	19,61	52,91	0,85	
<i>Биточки рубленные из говядины с соусом</i>	451*	80(50/30)	9,08	9,46	10,66	165	0	0,05	1	2,08	23,75	7,39	50,15	0,48	
<i>Каша гречневая рассыпч.</i>	508*	150	8,76	6,62	43,08	271	0,05	0,0795	0	0,55	14,49	138,6	207,51	4,65	
<i>Компот из св.яблок</i>	631*	200	0,16	0,16	27,9	109	0,01	0,01	6,6	0,08	6,88	3,6	4,4	0,95	
<i>Хлеб пшеничный</i>		30	2,28	0,25	14,56	72,0	0,00	0,03	0,00	0,33	6,00	4,20	19,50	0,33	
<i>Хлеб ржаной</i>		30	1,41	0,3	0,3	63	0	0,02	0	0,39	7,2	5,7	26,1	1,12	
<i>итого</i>			24,43	21,21	116,29	809,0	0,15	12,87	20,95	3,85	84,45	192,60	371,07	8,83	

**Витаминация третьих блюд проводится ежедневно под контролем медицинского работника.**

**Салаты из овощей урожая прошлого года (капуста свежая, корнеплоды), не прошедших тепловую обработку, могут реализоваться в общеобразовательных учреждениях только в период до 1 марта.**

**Заправка салатов только растительным маслом перед подачей блюда.**

**Зеленый горошек, кукуруза консервированная, фасоль консервированная на дополнение к второму блюду используются припущенными, т.е после термообработки путем кипячения не менее 5-7 минут, непосредственно перед подачей блюда**

**В питании учащихся не допускается использование творога и сметаны в натуральном виде, без тепловой обработки**

**Напитки с соками, ягодами, апельсинами, лимонами готовятся по технологии приготовления компотов.**

**В питании не допускается использовать кофе натурального, а также продуктов содержащих кофеин и другие стимуляторы. Использовать только кофейный напиток.**

**В меню рационов питания включены рецепты из:**

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах", издательство "Хлебпродинформ" Москва 2004г

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания для предприятий общественного питания

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образ.учреждениях 2017

Сборник технических нормативов изд. 2008г

Составила :



А.А.Константинова