

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МБОУ СОШ
 г. Иркутск

03 2024

УТВЕРЖДАЮ

Директор МУП "Комбинат питания г. Иркутск"

С.А. Калинин

20 февраля



Основное меню приготавливаемых блюд для учащихся
 МБОУ СОШ 2-х недельное (6 - ти дневная учебная неделя),
 период : весна 2024 уч.год

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 1
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
M2017№181	Каша жидкая молочная из манной крупы	1/250	7,30	12,80	38,50	298,40
H 2020№54-7гн	Какао с молоком	1/200	4,11	6,00	12,55	120,64
M2017№14	Масло сливочное (порциями)	1/10	0,08	7,25	0,13	66,09
Пром. выпуск	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,32	19,68	93,76
Пром. выпуск	Кондитерское изделие (печенье сливочное)	2/20	1,70	3,92	29,76	161,12
Итого за Завтрак		565	18,13	30,89	113,47	804,41
Обед						
M 2016№95	Суп с рыбными консервами	1/250	8,60	8,40	14,33	167,32
ТТК№2063	Котлета п/ф "Домашняя" с соусом томатным	1/70/30	8,70	10,66	12,06	178,98
M 2017№309	Макаронные изделия отварные	1/200	7,33	6,00	35,25	224,32
П2018№508	Панингов с витаминами и пребиотиком "Витошка"	1/200	0,00	0,00	18,60	74,40
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,66	29,64	142,74
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/40	0,24	0,48	13,36	58,72
Итого за Обед		850	29,43	26,20	123,24	846,48
Полдник						
M 2017№173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	7,90	12,50	35,80	287,30
Пром. выпуск	Фрукт (апельсин)	1/200	1,98	0,44	17,82	83,16
M 2004№684	Чай без сахара	1/200	0,40	0,10	0,08	2,82
Пром. выпуск.	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Итого за Полдник		625	12,18	13,64	66,55	437,68
Итого за день		2040	59,74	70,73	303,26	2088,57

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 2
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
М 2017№210	Омлет натуральный	1/200	13,20	35,70	3,50	388,10
ТТК№721	Чай с молоком без сахара	1/200	1,52	1,35	15,90	81,83
М2017№15	Сыр (порциями)	1/20	5,20	5,30	0,00	68,50
Пром.выпуск	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром.выпуск	Фрукт (яблоко)	1/130	0,52	0,52	12,70	57,56
Итого за Завтрак		575	22,34	43,47	44,95	660,39
Обед						
М 2017№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	2,00	5,90	11,35	106,50
ТТК№2090	Бедро куриное запеченное "Рябушка"	1/100	22,06	25,26	0,48	317,50
М 2017№310	Картофель отварной	1/180	3,43	5,18	27,61	170,78
Пром.выпуск	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,20	20,20	86,60
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,66	29,64	142,74
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Итого за Обед		850	33,35	37,80	105,98	897,52
Полдник						
М2017№173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	1/200	8,20	10,50	42,20	296,10
Пром.выпуск	Кисломолочная продукция в ассортименте	1/180	4,68	4,50	17,23	128,14
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		400	14,38	15,16	69,23	470,88
Итого за день		1825	70,07	96,43	220,16	2028,79

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 3
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК№2135	Макаронные изделия отварные с сыром	1/250	13,13	16,87	66,50	470,35
Н2020№54-6гп	Чай с молоком и сахаром	1/200	1,50	1,40	8,50	52,60
М2017№16	Ветчина (порциями)	1/30	6,78	6,27	0,00	83,55
Пром.выпуск	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром.выпуск.	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Итого за Завтрак		555	23,61	25,74	104,55	744,30
Обед						
М 2017№88	Щи из свежей капусты со сметаной	1/250/10	2,00	5,95	8,35	94,95
М2017№234	Котлета рыбная с соусом сметанным	1/70/30	8,15	6,70	11,30	138,10
М 2017№305	Рис припущенный	1/200	4,90	5,70	48,90	266,50
Н2020№54-7хп	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,60	0,00	22,70	93,20
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром.выпуск.	Хлеб ржаной	1/40	0,24	0,48	13,36	58,72
Итого за Обед		850	19,69	19,23	129,21	768,67
Полдник						
ТТК№2177-22п	Вареники "Колдуны"	1/180/5	14,70	11,39	25,14	261,87
Пром.выпуск	Кисломолочная продукция в ассортименте	1/180	4,68	4,50	17,23	128,14
Пром.выпуск.	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		385	20,88	16,05	52,17	436,65
Итого за день		1790	64,18	61,02	285,93	1949,62

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 4
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК№907	Сырники из творога с повидлом	2/60/20	17,76	2,40	33,07	224,92
М2004№684	Чай без сахара	1/200	0,40	0,10	0,08	2,82
Пром. выпуск	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром. выпуск.	Фрукт(апельсин)	1/200	1,98	0,44	17,82	83,16
Итого за Завтрак		565	22,04	3,54	63,82	375,30
Обед						
М2017№71	Овоши натуральные свежие (огурец)	1/100	0,70	0,10	1,90	11,30
М 2017№102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,49	5,27	16,54	135,55
М 2016№123	Гренки из пшеничного хлеба	1/20	2,48	0,32	15,20	73,60
М2017№265	Плов из свинины	1/220	18,50	41,30	37,97	597,58
М 2017№342	Компот из яблок	1/200	0,16	4,40	27,88	151,76
Пром. выпуск.	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Пром. выпуск.	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого за Обед		890	31,43	52,39	140,79	1160,39
Полдник						
М 2017№143	Рагу из овощей	1/180	3,18	19,78	15,48	252,66
ТТК№2097	Напиток из свежемороженой ягоды	1/180	0,18	0,85	20,50	90,37
Пром. выпуск.	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		380	4,86	20,79	45,78	389,67
Итого за день		1835	58,33	76,72	250,39	1925,36

Рацион: с 12-ти лет старше (не более 6 часов)						День: 5
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК№2246-23н	Миньболлы запеченные с соусом томатным с овощами	1/80/30	4,50	17,30	4,40	191,30
М2017№303	Каша вязкая гречневая	1/200	6,13	6,66	27,33	193,78
Н 2020№54-2гн	Чай с сахаром	1/200	0,20	0,00	6,40	2,82
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/55	0,33	0,66	18,37	80,74
Итого за Завтрак		565	11,16	24,62	56,50	492,22
Обед						
М2017№52	Салат из свеклы отварной	1/100	1,40	6,00	8,26	92,64
М 2017№96	Рассольник "Ленинградский"	1/250	2,00	5,00	11,98	100,92
М2017№259	Жаркое по - домашнему	1/220	15,40	37,07	20,79	478,39
П2018№508	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка"	1/200	0,00	0,00	18,60	74,40
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,66	29,64	142,74
Пром.выпуск.	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Итого за Обед		880	23,66	49,33	105,97	962,49
Полдник						
Н2020№54-16к	Каша "Дружба"	1/200	5,00	6,90	23,90	177,70
Пром.выпуск.	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,20	20,20	86,60
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		420	7,50	7,26	53,90	310,94
Итого за день		1865	42,32	81,21	216,37	1765,65

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)			День : 6			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
М 2017№71	Овощи натуральные свежие (помидор)	1/30	0,33	0,06	1,14	6,42
ТТК№2025-Пн	Котлеты рыбные из минтая п/ф с соусом томатным	1/70/30	7,84	5,50	12,76	131,90
М2017№305	Рис припущенный	1/150	3,60	4,30	36,70	199,90
ТТК№721	Чай с молоком без сахара	1/200	1,52	1,35	15,90	81,83
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/40	0,24	0,48	13,36	58,72
Итого за Завтрак		570	17,33	12,09	104,46	595,97
Обед						
ТТК№2092-20м	Салат "Огурцы пикантные"	1/120	0,75	12,09	2,05	120,01
М 2017№392	Пельмени мясные с маслом сливочным	1/250	26,30	20,00	45,00	465,20
ТТК№2140	Компот из компотной смеси	1/200	0,70	0,30	19,30	82,70
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Пром.выпуск	Фрукт (яблоко)	1/130	0,52	0,52	12,70	57,56
Итого за Обед		800	32,37	33,91	120,35	916,07
Полдник						
ТТК№2135	Макаронные изделия отварные с сыром	1/180	9,50	12,50	47,88	342,02
Пром.выпуск	Кисломолочная продукция в ассортименте	1/180	4,68	4,50	17,23	128,14
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/20	0,12	0,24	6,68	29,36
Итого за Полдник		380	14,30	17,24	71,79	499,52
Итого за день		1750	64,00	63,24	296,60	2011,56

с.к.03

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 7
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭП (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК№2183	Каша "Янтарная"	1/250	10,37	15,80	48,50	377,68
Н 2020№54-7гп	Какао с молоком	1/200	4,11	6,00	12,55	120,64
М2017№15	Сыр (порциями)	1/20	5,20	5,30	0,00	68,50
Пром. выпуск	Багон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/25	0,15	0,30	8,35	36,70
Пром. выпуск	Кондитерское изделия (пряник глазированный)	1/40	2,27	4,00	26,25	150,08
Итого за Завтрак		560	24,00	32,00	108,50	818,00
Обед						
М 2017№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	2,00	5,90	11,35	106,50
ТТК№490а-21д	Котлета п/ф "Петушок" с соусом томатным	1/70/30	11,69	7,60	8,50	149,16
М2017№303	Каша гречневая вязкая	1/180	5,50	6,00	24,60	174,40
Н2020№54-7хп	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,60	0,00	22,70	93,20
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Итого за Обед		840	23,89	20,50	108,45	713,86
Полдник						
М2017№175	Каша вязкая молочная из риса и пшена	1/200	5,80	10,60	31,90	246,20
Пром. выпуск	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,20	20,20	86,60
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		420	8,30	10,96	61,90	379,44
Итого за день		1820	56,19	63,46	278,85	1911,30

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 8
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
М2017№211	Омлет натуральный с сыром	1/200	21,20	39,20	3,40	451,20
Н2020№54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	1/200	0,30	0,00	6,70	28,00
Пром. выпуск.	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром. выпуск.	Фрукт (яблоко)	1/130	0,52	0,52	12,70	57,56
Итого за Завтрак		555	23,92	40,32	35,65	601,16
Обед						
М 2017№71	Овощи натуральные свежие (огурец)	1/100	0,70	0,10	1,90	11,30
М 2017№102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,49	5,27	16,54	135,55
М 2016№123	Гренки из пшеничного хлеба	1/20	2,48	0,32	15,20	73,60
М 2017№263	Рагу из свинины	1/220	14,63	37,84	21,67	485,76
М 2017№350	Кисель из плодов и ягод свежих	1/200	0,07	0,04	23,04	92,81
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	0,18	0,36	10,02	44,04
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,66	29,64	142,74
Итого за Обед		880	28,11	44,59	118,01	985,80
Полдник						
М2017№173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200	7,90	12,50	35,80	287,30
Пром. выпуск	Кисломолочная продукция в ассортименте	1/180	4,68	4,50	17,23	128,14
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	0,12	0,24	6,68	29,36
Итого за Полдник		400	12,70	17,24	59,71	444,80
Итого за день		1835	64,73	102,15	213,37	2031,76

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 9
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
М 2017№71	Овощи натуральные свежие (помидор, огурец)	1/30/30	0,54	0,09	1,71	9,81
ТТК№490	Котлета п/ф "Нежная"	1/50	9,24	5,80	5,70	111,96
Пром.выпуск	Булочка "Пикник"	1/40	2,10	3,76	22,20	131,04
Н 2020№54-2гн	Чай с сахаром	1/200	0,20	0,00	6,40	26,40
Пром.выпуск	Фрукт (апельсин)	1/200	1,98	0,44	17,82	83,16
Итого за Завтрак		550	14,06	10,09	53,83	362,37
Обед						
М2017№67	Винегрет овощной	1/100	1,40	10,04	7,29	125,12
М2017№98	Суп крестьянский с крупой и фрикадельками п/ф	1/250/20	4,60	6,25	6,25	99,65
М 2017№291	Плов из куриной грудки	1/220	19,70	9,80	40,15	327,60
П2018№508	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витоника"	1/200	0,00	0,00	18,60	74,40
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/30	0,18	0,36	10,02	41,04
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,66	29,64	142,74
Итого за Обед		880	30,44	27,11	111,95	813,55
Полдник						
М2017№395	Вареники с картофелем с маслом сливочным	1/180/5	10,80	5,08	36,44	234,68
Пром.выпуск	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,20	20,20	86,60
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/20	0,12	0,24	6,68	29,36
Итого за Полдник		405	11,92	5,52	63,32	350,64
Итого за день		1835	56,42	42,72	229,10	1526,56

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 10
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
М2017№174	Каша вязкая молочная из риса	1/250	7,00	12,90	51,00	348,10
Н2020№54-9гп	Кофейный напиток с молоком	1/200	3,77	3,44	11,10	90,44
М2017№16	Ветчина (порциями)	1/30	6,78	6,27	0,00	83,55
Пром. выпуск	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Пром. выпуск	Кондитерское изделия (мармелад)	2/10	0,00	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак		575	19,75	23,81	106,65	719,89
Обед						
М 2017№96	Рассольник " Ленинградский "	1/250	2,00	5,00	11,98	100,92
ТТК№519-21п	Котлета п/ф "Особая" с соусом томатным	1/70/30	10,08	10,00	11,15	174,92
М 2017№309	Макаронные изделия отварные	1/180	6,60	5,40	31,73	201,92
М 2017№342	Компот из яблок	1/200	0,16	4,40	27,88	151,76
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	0,18	0,36	10,02	44,04
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого за Обед		810	22,82	25,56	117,36	790,76
Полдник						
ТТК№2127	Кануста тушеная с мясом	1/180	9,13	19,44	12,40	261,08
Н2020№54-6гп	Чай с молоком и сахаром	1/200	1,50	1,40	8,50	52,60
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		400	12,13	21,00	30,70	360,32
Итого за день		1785	54,70	70,37	254,71	1870,97

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 11
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК №820/1-22с	Запеканка из творога с соусом сладким из красной смородины	1/180/20	30,12	12,28	44,06	407,24
ТТК №721	Чай с молоком без сахара	1/200	1,52	1,35	15,90	81,83
Пром. выпуск	Батон	1/25	1,90	0,60	12,85	64,40
Пром. выпуск	Фрукт (яблоко)	1/130	0,52	0,52	12,70	57,56
Итого за Завтрак		555	34,06	14,75	85,51	611,03
Обед						
М2017 №112	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,60	2,78	15,70	98,22
ТТК №2190-23и	Филе минтая запеченное "Сибирь Помидор"	1/100	20,28	6,42	3,57	153,18
М 2017 №128	Картофельное пюре	1/180	3,72	11,00	21,60	200,28
ТТК №2097	Напиток из свежемороженой ягоды	1/200	0,20	0,95	22,80	100,55
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/40	0,24	0,48	13,36	58,72
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,66	29,64	142,74
Итого за Обед		830	31,60	22,29	106,67	753,69
Полдник						
ТТК №2183	Каша "Ягтарная"	1/200	8,30	12,64	38,80	302,16
Пром. выпуск	Кисломолочная продукция в ассортименте	1/180	4,68	4,50	17,23	128,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		400	14,48	17,30	65,83	476,94
Итого за день		1785	80,14	54,34	258,01	1841,66

Рацион: с 12-ти лет и старше (не более 6 часов)						День: 12
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
М2017№71	Овощи натуральные свежие (огурец)	1/50	0,35	0,05	0,95	5,65
М 2017№392	Пельмени мясные с маслом сливочным	1/200	21,05	16,00	36,00	372,20
Н2020№54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	1/200	0,30	0,00	6,70	28,00
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Итого за Завтрак		550	25,80	17,05	84,95	596,45
Обед						
М2017№71	Овощи натуральные свежие (помидор)	1/100	1,10	0,20	3,80	21,4
ТТК№2135	Макаронное изделия отварные с сыром	1/250	13,13	16,87	66,50	470,35
П2018№508	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витоника"	1/200	0,00	0,00	18,60	74,40
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Пром.выпуск	Фрукт (апельсин)	1/200	1,98	0,44	17,82	83,16
Итого за Обед		850	20,31	18,51	148,02	839,91
Полдник						
ТТК№907	Сырники из творога с повидлом	2/60/30	19,03	2,60	35,44	241,28
Пром.выпуск	Кисломолочная продукция в ассортименте	1/180	4,68	4,50	17,23	128,14
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/20	0,12	0,24	6,68	29,36
Итого за Полдник		350	23,83	7,34	59,35	398,78
Итого за день		1750	69,94	42,90	292,32	1835,14

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приёмам пищи в зависимости от времени пребывания в организации.

Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ЗАВТРАК (20-25%)	Норма :	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75	544-680
	Факт :	21,35	23	80,24	615,12
Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ОБЕД (30-35%)	Норма :	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05	816-952
	Факт :	27,3	31,5	119,67	870,77
Потребность в пищевых веществах, энергии (суточная), ПОЛДНИК (10-15%)	Норма :	9-13,5	9,2-13,8	38,3-57,45	272-408
	Факт :	13,12	13,78	57,44	406,27
ИТОГО за 2 недели (завтрак: 20-25%, обед: 30-35%, полдник: 10-15%)	Норма :	54-67,5	55,2-69	229,8-287,25	1632-2040
	Факт :	61,73	68,13	257,34	1892,16

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приёмам пищи в зависимости от времени пребывания в

Тип организации	Приём пищи	Доли суточной потребности в пищевых веществах и энергии
Общеобразовательные организации и организации профессионального образования	Завтрак	22,6
	Обед	32,0
	Полдник	14,9
Итого за 2 недели, %		69,6

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием :

1. Сборник рецептур на производство для обучающихся во всех образовательных учреждениях. М 2017 г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов. Новосибирск 2020 г.
3. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений. Пермь 2001 г.
4. Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий. П 2018 г.
5. Сборник рецептур на производство для питания детей в дошкольных образовательных организациях. М 2016.
6. Сборник технологических нормативов; рецептур блюд и кулинарных изделий. Пермь 2013.
7. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. М 2004.
8. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях. М 2022 г.