



**Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ГОРОДСКОГО ХОЗЯЙСТВА»
(СПб ГБПОУ «ПКГХ»)**

ПРИКАЗ

19 декабря 2024 года

№ 891 -ОД

**Об утверждении Примерного двухнедельного
циклического сбалансированного меню
горячего питания (комплексный обед)
для студентов**

В соответствии с пунктом 8.1.3 и Приложением №12 Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 №32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и на основании приказа директора от 28.08.2024 №497-ОД «Об организации питания»

П Р И К А З Ы В А Ю:

1. Утвердить и ввести в действие с 01.01.2025 прилагаемое Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню горячего питания (комплексный обед) для студентов СПб ГБПОУ «ПКГХ» с преобладанием обучающихся юношей 15-18 лет в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов (далее – Меню).
2. Заведующему столовой Пуриной И.Н.:
 - 2.1. Обеспечить горячее питание для студентов в соответствии с Меню.
3. Назначить ответственным за организацию горячего питания в столовой учреждения начальника АХК Барсукова Н.А.
4. Считать утратившим силу приказ директора от 04.09.2024 №532-ОД «Об утверждении Примерного двухнедельного циклического сбалансированного меню горячего питания (комплексный обед) для студентов на 2024/2025 учебный год.
5. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор

В.М.Малиновский

Исполнитель:
Заведующий столовой
Пурина И.Н.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора

от 19.12 2024

№ 891 -ОД

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ СБАЛАНСИРОВАННОЕ МЕНЮ

горячего питания (комплексный обед) для студентов СПб ГБПОУ "ПКГХ"

с преобладанием обучающихся юношей 15-18 лет в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов

1-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	31	Салат из редиса с огурцами и яйцом	100	2,3	7,3	2,6	86,3	0,00	16,00	0,00	2,50	27,50	11,10	36,50	0,80
2011	112	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,3	3,2	21,0	141,4	0,1	2,99	0,10	0,00	29,88	0,00	0,00	0,00
2008	306	Голубцы ленивые	300	23,9	18,8	25,5	368,7	0,2	16,80	0,00	5,70	110,40	61,20	277,71	2,90
2011	349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	16,4	65,3	0,0	0,00	0,00	0,00	8,50	1,80	0,00	0,00
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	45	2,6	0,1	20,0	91,4	0,10	0,00	0,00	1,00	110,30	18,50	58,10	2,30
2011	406.1	Пирожок с яблоками	75	2,5	1,6	36,8	172,3	0,2	1,00	0,00	0,30	26,50	8,20	37,40	0,90
к/к	к/к	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0	0,1	38,00	0,00	0,20	35,00	11,00	17,00	0,10
Итого за прием пищи:				35,4	31,2	129,8	963,4	0,7	74,79	0,10	9,70	348,08	111,80	426,70	7,00
Всего за день:				35,4	31,2	129,8	963,4	0,7	74,79	0,10	9,70	348,08	111,80	426,70	7,00

2-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	47	Салат из квашенной капусты	100	1,7	5,0	8,5	85,7	0,00	27,30	0,00	2,20	49,00	14,80	27,80	0,60
2011	99	Суп из овощей со сметаной	300	2,2	6,7	11,3	124,6	0,00	5,00	0,00	0,00	30,00	14,00	29,00	0,00
2011	171.1	Каша гречневая	180	9,0	9,8	41,5	290,2	0,56	0,00	0,11	5,55	24,31	145,30	216,23	5,00
2008	315	Биточки рубленые из птицы паровые	100	16,2	10,4	16,1	212,0	0,10	2,00	0,00	0,00	80,00	35,00	200,00	0,00
2011	346	Компот из апельсинов	200	0,5	0,1	26,5	110,4	0,00	12,00	0,00	0,10	20,80	7,10	10,40	0,20
2008	1	Хлеб ржаной - пшеничный	45	2,6	0,1	20,0	91,4	0,10	0,00	0,00	1,00	110,30	18,50	58,10	2,30
2011	338	Яблоко	100	0,4	0,4	12,8	56,4	0,0	10,00	0,00	0,60	16,00	8,00	11,00	2,20
Итого за прием пищи:				32,6	32,5	136,7	970,7	0,76	56,30	0,11	9,45	330,41	242,70	552,53	10,30
Всего за день:				32,6	32,5	136,7	970,7	0,76	56,30	0,11	9,45	330,41	242,70	552,53	10,30

3-й день

Сборник рецептур	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,6	9,4	7,2	131,9	0,00	3,40	0,00	2,20	159,90	21,50	106,90	1,20
2011	96	Рассольник "Ленинградский"	300	2,4	6,1	14,4	128,7	0,10	8,00	0,10	2,90	34,10	30,30	78,30	1,20
2011	128	Пюре картофельное	230	1,5	6,4	34,6	204,5	0,20	16,40	0,10	0,40	54,60	45,80	131,90	1,80
2008	238	Рыба запеченная под молочным соусом	120	13,6	7,6	0,8	106,7	0,10	0,70	0,00	3,50	57,10	21,90	156,20	0,60
2011	342,1	Компот из свежих груш	200	0,2	0,2	24,8	101,5	0,00	0,80	0,00	0,10	14,20	5,80	5,80	0,70
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	45	2,6	0,1	20,0	91,4	0,10	0,00	0,00	1,00	8,10	8,60	39,20	1,80
2011	406,1	Пирожок с капустой	75	2,5	3,1	28,9	155,0	0,20	2,90	0,00	0,90	24,40	11,10	44,10	0,70
2011	338	Груща	100	0,4	0,5	8,3	39,3	0,00	5,00	0,00	0,00	19,00	12,00	16,00	2,00
Итого за прием пищи:				27,8	33,4	139,0	959,0	0,70	37,20	0,20	11,40	490,60	166,90	597,30	10,50
Всего за день:				27,8	33,4	139,0	959,0	0,70	37,20	0,20	11,40	490,60	166,90	597,30	10,50

4-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2012	12	Салат из кукурузы консервированной	100	2,7	4,5	9,8	91,8	0,20	3,70	0,00	3,20	16,70	17,60	52,00	0,60
2011	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	0,7	4,9	12,5	101,9	0,00	7,70	0,10	2,30	55,00	27,10	52,00	1,40
2011	291	Плов из птицы	280	22,7	19,0	48,0	453,8	0,10	4,00	0,30	0,00	80,00	80,00	350,00	0,00
2011	349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	16,4	65,3	0,00	0,00	0,00	0,00	8,50	1,80	0,00	0,00
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,7	0,1	13,3	60,9	0,10	0,00	0,00	0,70	73,50	12,30	38,70	1,20
2011	406.1	Пирожок с картофелем	75	2,5	2,5	31,4	158,3	0,20	2,10	0,00	0,50	27,60	12,00	50,40	0,70
к/к	к/к	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0	0,10	38,00	0,00	0,20	35,00	11,00	17,00	0,10
Итого за прием пищи:				31,1	31,2	138,9	970,0	0,70	55,50	0,40	6,90	296,30	161,80	560,10	4,00
Всего за день:				31,1	31,2	138,9	970,0	0,70	55,50	0,40	6,90	296,30	161,80	560,10	4,00

5-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,9	6,0	3,4	70,6	0,00	19,10	0,10	2,80	26,80	16,70	30,40	1,00
2011	102	Суп картофельный с горохом	300	6,6	6,3	19,8	177,9	0,30	7,30	0,10	5,00	48,80	41,20	95,00	2,30
2011	143	Рагу из овощей	200	1,2	7,3	15,2	133,4	0,10	18,80	0,10	3,60	25,80	25,30	52,90	0,80
2008	240	Котлеты рыбные паровые	100	16,4	4,4	9,9	122,9	0,20	0,40	0,00	0,80	48,30	29,70	182,00	0,80
2011	389	Сок яблочный	200	1,0	0,2	15,0	65,8	0,00	4,00	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80
2011	1	Бутерброд с маслом	30	1,9	4,8	14,1	107,8	0,00	0,00	0,00	0,10	5,40	3,30	17,30	0,30
2011	410.1	Ватрушка с повидлом	75	2,8	2,2	44,4	209,8	0,20	0,10	0,00	0,10	14,20	8,50	40,40	0,80
2011	338	Груша	100	0,4	0,5	8,3	39,3	0,00	5,00	0,00	0,40	19,00	12,00	19,00	2,00
Итого за прием пищи:				31,2	31,7	130,1	927,5	0,80	54,70	0,30	12,80	263,20	144,70	448,00	10,80
Всего за день:				31,2	31,7	130,1	927,5	0,80	54,70	0,30	12,80	263,20	144,70	448,00	10,80

6-й день

Сборник рецептур	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	20	Салат из свежих огурцов	100	0,7	6,0	2,3	66,6	0,00	9,50	0,00	2,60	21,90	13,30	40,00	1,00
2011	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/30	6,8	3,7	18,5	135,5	0,10	9,00	0,10	1,50	27,70	34,40	117,30	1,40
2011	2,5	Капуста тушеная	200	1,2	8,7	23,5	179,9	0,10	19,80	0,00	3,50	108,50	41,60	80,60	2,50
2011	241	Мясо отварное с соусом сметанным	100	12,8	9,5	0,6	138,7	0,10	0,30	0,00	0,00	18,00	21,00	170,00	0,00
2011	348	Компот из изюма	200	0,5	0,1	34,8	141,9	0,00	0,00	0,00	0,00	23,20	9,50	23,20	0,50
2088	1	Хлеб ржано - пшеничный	45	2,6	0,1	20,0	91,4	0,10	0,00	0,00	1,00	110,30	18,50	39,20	2,30
2008	3	Бутерброд с сыром	50	5,6	5,4	19,7	150,6	0,00	0,10	0,00	0,00	222,00	9,90	97,80	0,60
2011	338	Яблоко	100	0,4	0,4	12,8	56,4	0,0	10,00	0,00	0,60	16,00	8,00	11,00	2,20
Итого за прием пищи:				30,6	33,9	132,2	961,0	0,40	48,70	0,10	9,20	548,60	156,20	598,00	10,50
Всего за день:				30,6	33,9	132,2	961,0	0,40	48,70	0,10	9,20	548,60	156,20	598,00	10,50

7-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	27	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,1	6,0	3,7	74,1	0,00	64,60	0,20	3,00	22,20	15,80	22,50	0,80
2011	87	Щи из свежей капусты со сметаной	300	2,2	6,5	7,3	109,3	0,00	9,40	0,10	2,80	66,10	23,70	44,20	1,00
2011	125	Картофель отварной	200	0,7	4,9	34,3	186,0	0,20	16,50	0,10	0,40	28,90	44,30	109,20	1,90
2011	278	Тефтели мясные	100/20	13,4	9,8	12,7	194,5	0,00	1,40	0,00	4,20	67,20	23,50	147,90	1,20
2011	348	Компот из чернослива	180	0,3	0,1	23,5	96,8	0,00	0,20	0,00	0,00	18,40	14,30	10,10	0,40
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	45	2,6	0,1	20,0	91,4	0,10	0,00	0,00	1,00	110,30	18,50	58,10	2,30
2011	410.1	Ватрушка с творогом	75	6,4	4,9	30,7	194,2	0,20	0,20	0,00	0,10	74,00	13,80	106,10	0,60
2011	338	Груша	100	0,4	0,5	8,3	39,3	0,00	5,00	0,00	0,40	19,00	12,00	16,00	2,00
Итого за прием пищи:				27,1	32,8	140,5	985,6	0,50	97,30	0,40	11,80	406,10	165,90	514,10	10,20
Всего за день:				27,1	32,8	140,5	985,6	0,50	97,30	0,40	11,80	406,10	165,90	514,10	10,20

8-й день

Сборник рецептур	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	69	Винегрет с сельдью	75/25	3,7	8,1	5,1	108,9	0,00	9,30	0,00	3,30	46,20	31,50	83,50	1,20
2011	99	Суп из овощей	300	2,1	6,0	11,1	114,3	0,00	5,00	0,00	0,00	30,00	14,00	29,00	0,00
2011	289	Рагу из птицы	280	22,0	16,2	26,2	343,0	0,30	13,20	0,20	3,00	50,60	60,60	257,70	3,40
2011	342.1	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	26,4	107,8	0,00	1,60	0,00	0,30	13,20	4,40	4,00	0,80
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	50	2,9	0,2	22,2	101,6	0,10	0,00	0,00	1,10	122,50	20,50	64,50	2,50
2011	406.1	Пирожок с капустой	75	2,8	3,4	28,9	158,2	0,20	2,90	0,00	1,00	38,70	11,30	47,60	0,80
к/к	к/к	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43,0	0,00	60,00	0,00	0,20	34,00	13,00	23,00	0,30
Итого за прием пищи:				34,6	34,3	128,0	976,8	0,60	92,00	0,20	8,90	335,20	155,30	509,30	9,00
Всего за день:				34,6	34,3	128,0	976,8	0,60	92,00	0,20	8,90	335,20	155,30	509,30	9,00

9-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2008	14	Сыр (порциями)	15	3,45	4,45	0	54,5	0,01	0	0,05	0,1	132	5,5	75	0,15
2011	34	Салат "Летний"	100	2,5	6,2	6,5	92,5	0,00	12,90	0,00	2,70	21,50	15,50	34,60	0,90
2011	98	Суп "Крестьянский" с крупой	300	1,8	6,0	7,2	91,5	0,00	6,00	0,10	2,70	45,10	25,10	55,70	1,10
2011	143	Рагу из овощей	200	1,2	7,3	15,2	133,4	0,10	18,80	0,10	3,60	25,80	25,30	52,90	0,80
2011	227	Рыба припущенная с маслом сливочным	100	16,2	4,7	1,0	111,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	346	Компот из апельсинов	200	0,5	0,1	26,5	110,4	0,00	12,00	0,00	0,10	20,80	7,10	10,40	0,20
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	60	3,4	0,2	26,6	121,9	0,10	0,00	0,00	1,30	147,00	24,60	77,40	3,00
2011	406.1	Пирожок с картофелем	100	3,1	3,4	39,9	203,9	0,20	3,00	0,00	0,80	35,50	15,90	65,50	0,90
2011	338	Яблоко	100	0,4	0,4	12,8	56,4	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	8,00	11,00	2,20
Итого за прием пищи:				32,6	32,8	135,7	975,7	0,41	62,70	0,25	11,90	443,70	127,00	382,50	9,25
Всего за день:				32,6	32,8	135,7	975,7	0,41	62,70	0,25	11,90	443,70	127,00	382,50	9,25

10-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2012	24	Салат из картофеля с помидорами	100	0,4	5,2	11,4	93,8	0,10	15,60	0,10	2,30	14,80	20,80	42,40	0,90
2008	80	Борщ "Сибирский"	300	2,7	3,7	17,9	120,0	0,10	7,10	0,10	0,30	63,40	36,00	98,40	1,80
2011	202.1	Макаронные изделия отварные	180	4,3	6,8	43,3	251,6	0,10	0,00	0,10	1,50	34,60	13,10	52,10	0,00
2008	312	Птица тушёная	100	16,8	11,3	2,3	175,4	0,10	0,70	0,10	0,20	28,00	18,00	157,30	1,40
2011	342.1	Компот из свежих груш	200	0,2	0,2	24,8	101,5	0,00	0,80	0,00	0,10	14,20	5,80	5,80	0,70
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,7	0,1	13,3	60,9	0,10	0,00	0,00	0,70	73,50	12,30	38,70	1,50
2008	3	Бутерброд с сыром	50	5,6	5,4	19,7	150,6	0,00	0,10	0,00	0,00	222,00	9,90	97,80	0,60
к/к	к/к	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43,0	0,00	60,00	0,00	0,20	34,00	23,00	23,00	0,30
Итого за прием пищи:				32,6	32,9	140,8	996,8	0,50	84,30	0,40	5,30	484,50	128,90	515,50	7,20
Всего за день:				32,6	32,9	140,8	996,8	0,50	84,30	0,40	5,30	484,50	128,90	515,50	7,20

11-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2012	10	Салат из горошка зелёного консервированного	120	3,2	6,1	8,8	111,2	0,20	8,10	0,00	3,80	26,00	23,10	64,70	0,70
2011	102	Суп картофельный с фасолью	300	6,6	6,3	19,8	177,9	0,30	7,30	0,10	5,00	48,80	41,20	95,00	2,30
2011	128	Пюре картофельное	200	1,3	5,5	30,0	177,0	0,20	14,30	0,00	0,30	47,00	39,90	114,40	1,60
2011	229	Рыба тушеная в томате с овощами	120	13,9	5,6	5,6	108,7	0,10	2,30	0,10	3,30	41,20	34,30	163,40	1,00
2011	348	Компот из кураги	200	0,0	0,0	22,8	90,8	0,00	0,00	0,00	0,00	8,80	1,90	0,00	0,00
2011	1	Бутерброд с маслом	30	1,9	4,8	14,1	107,8	0,00	0,00	0,00	0,10	53,10	3,30	17,30	0,30
2011	406.1	Пирожок с яблоками	75	2,5	1,6	36,8	172,3	0,2	1,00	0,00	0,30	26,50	8,20	37,40	0,90
2011	338	Груша	100	0,4	0,5	8,3	39,3	0,00	5,00	0,00	0,40	19,00	12,00	16,00	2,00
Итого за прием пищи:				29,8	30,4	146,2	985,0	1,00	38,00	0,20	13,20	270,40	163,90	508,20	8,80
Всего за день:				29,8	30,4	146,2	985,0	1,00	38,00	0,20	13,20	270,40	163,90	508,20	8,80

12-й день

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование	Масса порции	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
								В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
2011	54	Салат из свеклы с яблоком	100	1,1	6,1	11,2	103,9	0,00	5,20	0,00	2,80	26,40	15,20	28,80	1,40
2011	106	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/20	4,1	2,6	18,7	109,4	0,10	9,20	0,10	1,50	39,90	35,40	104,10	1,30
2011	171.1	Каша гречневая	180	9,0	9,8	41,5	290,2	0,56	0,00	0,11	5,55	24,31	145,30	216,23	5,00
2011	282	Оладьи из печени	100	16,9	13,9	10,3	233,9	0,25	16,60	3,07	0,00	16,60	24,90	323,70	0,00
2011	346	Компот из апельсинов	200	0,5	0,1	26,5	110,4	0,00	12,00	0,00	0,10	20,80	7,10	10,40	0,20
2008	1	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,4	0,1	11,1	50,8	0,00	0,00	0,00	0,60	61,30	10,30	32,30	1,30
2011	338	Яблоко	100	0,4	0,4	12,8	56,4	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	8,00	11,00	2,20
Итого за прием пищи:				33,4	33,0	132,1	955,0	0,9	53,0	3,3	11,15	205,31	246,20	726,53	11,40
Всего за день:				33,4	33,0	132,1	955,0	0,9	53,0	3,3	11,15	205,31	246,20	726,53	11,40

	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
					В1, мг	С, мг	А, мг x 1000	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Итого за весь период	378,8	390,1	1630,0	11626,5	7,98	754,49	5,84	121,70	4422,40	1971,30	6338,76	109,25
Среднее значение за период	31,6	32,5	135,8	968,9	0,67	62,87	0,49	10,04	368,30	164,30	528,23	9,10
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,0	30,2	56,8									

Использовались: - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга 2-е изд. испр. Санкт-Петербург: Речь 2010 Куткина М.Н., Петрова Н.А.

- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Москва, Дели принт, 2012, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

В меню допускаются изменения в наименованиях фруктов и напитков в случаях сбоев поставок.

* - В соответствии с приложением №12 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (время нахождения детей в организации до 6 часов) - количество приемов пищи одно (комплексный обед).