

Составлено
Директор ЭМУП «Общественное питание» И.В.



Утверждаю:
Директор
ЭМУП «Общественное питание»
 Т. Н. Кулешова
11.09.2024 г.



Примерное двухнедельное меню
питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
ОВЗ 1-4 классы I смены
для муниципальных общеобразовательных учреждений
Эжвинского района г. Сыктывкара
летне-осеннего сезона

1 неделя															
ПОНЕДЕЛЬНИК															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	200/10	8,7	11	44,4	312	0,96	0,14	73,5	0,2	144	218	43,3	0,18	2,3	Москва 1996 № 257
Сыр твердый порциями	20	4,60	5,9	0	72	0,16	0,03	174	0,3	587	333,7	23,3	0,06	0,72	Москва 1994 таб. № 25
Батон нарезной	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,02	0,22	ТТК
Круассан "Сладкоужка"	65	4,2	14,3	39,00	301,6										СКЗ
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Итого	540	19,17	31,42	108,6	795,6	1,12	0,19	247,5	0,76	740,7	576,8	77,4	0,26	4,06	
2-й прием пищи															
Суп картофельный с бобовыми, филе куриное отв.	250/10	10,9	6,9	20,9	217,4	7,3	0,23	0	2,4	42,8	88,1	35,6	0,08	2	Москва 1996 №138
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
Итого	505	12,27	7,12	44,5	320,4	7,3	0,25	0	2,58	52,5	117	44,8	0,1	3,42	
ВТОРНИК															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Биточки куриные рубленые	90	14,9	11,2	13,2	214,2	0,72	0,1	0,36	0,81	11,1	156,6	28,8	0,1	2,3	ТТК
Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	21,8	0,12	35,9	0,2	45,7	92,8	29,85	0,15	1,1	Москва 1996 № 472
Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,07	32,9	0	0	20	0,05	1,2	1,5	0	0,05	0	
Компот из вишни	200	0,4	0	36	143	24	0,02	0	0,07	20,3	19,36	8,12	0,02	0,45	Москва 1996 № 585
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,01	0,22	ТТК
Итого	505	20,63	20,76	83,97	604,8	46,52	0,26	56,26	1,39	82,9	287,66	73,37	0,33	4,07	
2-й прием пищи															
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	3,2	5,6	12,1	112	11	0,05	0,22	0,2	52	58	25	0,05	1,3	Москва 1996 № 110
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
Итого	505	4,57	5,82	35,70	215,00	15,00	0,07	0,2	0,4	61,7	86,9	34,2	0,1	2,72	

СРЕДА															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептов
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Запеканка из творога	150	22,9	15,7	22,10	320,8	0,34	0,08	78	1,04	169	244,4	28,6	0,21	1,2	Москва 1996 № 297
Молоко гущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,3	0,02	14	0,1	92,1	65,7	10,2	0	0,1	
Банан свежий	150	2,25	0,75	31,5	144	15	0,075	0	0,6	11,7	42	62,3	0,06	1,5	
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
итого	545	27,38	19,02	85,25	623,2	15,64	0,175	92	1,74	277,9	359,8	105,3	0,27	3,62	
2-й прием пищи															
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,51	6,4	7,99	166,7	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23	0,06	0,83	Москва 1996 № 120
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
итого	515	2,88	6,62	31,59	269,70	15,8	0,08	11,0	2,5	67,7	84,0	32,2	0,1	2,3	
ЧЕТВЕРГ															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептов
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Плов из филе куриного	275	32,9	16,2	52,05	487,2	9,01	0,2	38,5	0,75	49,6	260,3	74,1	0,19	2,5	ТТК
Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,4	13,2	10,6	0,04	0	0,4	8,4	15,6	12	0,03	0,54	ТТК № 14
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,83	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0	0,9	Москва 2004 № 686
Хлеб " Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,01	0,22	ТТК
итого	587	35,29	16,54	79,85	612,4	22,44	0,26	38,5	1,43	70,5	302,4	97,7	0,23	4,16	
2-й прием пищи															
Рассольник ленинградский, сметана	250/10	3	5,8	17,2	133	8	0,09	0,21	0,2	34	79	27,0	0,1	1,02	Москва 1996 № 129
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"	40	1,7	0,27	11,5	57,3	0	0,03	0	0,24	6,1	28,3	6,7	0,03	0,8	ТТК
итого	515	4,77	6,09	43,7	250,3	8	0,12	0,21	0,44	45,2	115	37,9	0,09	2,64	

ПЯТНИЦА															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептов
	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Mg	B2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Макаронные изделия отвар. с сыром	150/20	11,6	13,5	28,9	284,2	0,19	0,06	97,9	0,83	250,9	171,7	17,3	0,1	1,05	ТТК
Язычок слоеный с сахаром	50	4,5	7,5	28,5	215,2										СКЗ
Мандарин свежий	150	0,6	0	6,5	28,5	0	0,2	0	0	0	0	0,01	1,7		
Компот из апельсин	200	0,45	0,1	141,2	141,2	12	0,02	0	0,1	23	11,5	7,6	0,02	0,24	ТТК
Итого	570	17,15	21,1	205,1	669,1	12,19	0,28	97,9	0,93	273,9	183,2	24,9	0,13	2,99	
2-й прием пищи															
Суп-лапша домашняя, филе куриное отварное	250/10	3,6	5,8	14,2	123	1	0	0,21	0,3	28	36	10	0	0,5	Москва 1996 № 151
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
Итого	505	4,97	6,02	37,8	226	1	0,02	0,21	0,48	37,7	64,9	19,2	0,02	1,92	
СУББОТА															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептов
	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Mg	B2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Рыбное филе жареное	100	16,2	14,6	4,4	288,3	1,98	0,1	49,6	5,7	32,6	174,8	25	0,02	0,6	Москва 1996 № 310
Рис отварной рассыпчатый	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0	0,03	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,03	0,53	Москва 1996 № 465
Огурец свежий	60	0,5	0,012	1,6	8,4	1,68	0	0	0	11	11,6	6,8	0,06	0,24	ТТК №12
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	4	0,02	0	0,2	14	14	8	0,03	2,8	
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,01	0,22	ТТК
Итого	540	22,55	20,582	85,48	692,8	7,66	0,17	76,6	6,76	64,81	279,3	65,41	0,15	4,39	
2-й прием пищи															
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	8,9	5,2	17,4	153	11	0,14	0,2	0,3	29	126	35,8	0,08	2,05	Москва 1996 № 135
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
Итого	505	10,27	5,42	41	256	11	0,16	0,2	0,48	38,7	154,9	45	0,1	3,47	

2 неделя															
ПОНЕДЕЛЬНИК															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептов
	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Каша вязкая пшеница с маслом сливочным	230/10	7,2	9,8	39,9	286,4	1,1	0,15	43,4	0,33	126,9	185,9	82,4	0,21	2,4	Москва 1996 № 257
Масло сливочное	20	0,2	14,4	0,26	131,4	0	0	80	0,2	4,8	6	0	0,01	0	ТТК
Конвертик "Каприз"	70	3,2	8,4	44,1	266										СКЭ
Батон нарезной	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,01	0,22	ТТК
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,83	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0	0,9	Москва 2004 № 686
ИТОГО	582	12,33	32,82	109,66	795,6	3,93	0,17	123,4	0,81	144,2	218,4	94	0,23	3,52	
2-й прием пищи															
Суп картофельный с макаронными изделиями, филе куриное отварное	250/20	6,3	4,8	15,5	143,6	11,1	0,23	0	2,42	42,68	88,1	35,6	0,03	2	Москва 1996 № 139
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
ИТОГО	515	7,67	5,02	39,1	246,6	11,1	0,25	0	2,6	52,38	117	44,8	0,05	3,42	
ВТОРНИК															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептов
	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Биточки рубленные Особые, масло слив.	90/10	15,1	17,9	13,5	276,4	0,53	0,1	36,7	0,9	13,4	160,5	29,1	0,15	2,4	ТТК
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141	5	0,14	0,04	0,2	47	85	29	0,12	1,1	Москва 1996 № 472
Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,4	13,2	10,6	0,04	0	0,4	8,4	15,6	12	0,03	0,54	ТТК № 14
Компот из свежих яблок	200	0,2	0	35,8	136	1,1	0,012	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,01	0,95	Москва 1996 № 585
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,01	0,22	ТТК
ИТОГО	540	20,66	23,62	82,2	616,6	17,23	0,312	36,74	1,84	87,58	282,9	81,84	0,32	5,21	
2-й прием пищи															
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	6,2	8,4	8	127	23	0,01	0,21	0,2	46	70	5	0,06	2,5	Москва 1996 № 120
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
ИТОГО	515	7,57	8,62	31,6	230	23	0,03	0,21	0,38	55,7	98,9	14,2	0,08	3,92	

СРЕДА																
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет															№ по сборнику рецептов
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe		
ЗАВТРАК 1 смена																
Пудинг из творога запеченный	150	20,9	14,4	21,1	333,5	0,3	0,1	90	1,2	195	282	33	0,41	1,4	Москва 1996 № 296	
Молоко сгущенное	40	2,88	3,4	22,2	131,2	0,4	0,03	18,7	0,13	122,8	87,6	13,6	0	0,13		
Яблоко свежее	150	1,2	1,2	13,7	66,6	15	0,05	0	0,3	24	16,7	13,7	0,03	3,5		
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685	
Итого	555	25,05	19,02	72	591,3	15,7	0,18	108,7	1,69	346,9	394	64,5	0,44	5,85		
2-й прием пищи																
Рассольник ленинградский, сметана	250/10	3	5,8	17,2	133	8	0,09	0,21	0,2	34	79	27,0	0,1	1,02	Москва 1996 № 129	
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685	
Хлеб " Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК	
Итого	505	4,37	6,02	40,8	236	8	0,11	0,21	0,38	43,7	107,9	36,2	0,08	2,44		
ЧЕТВЕРГ																
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет															№ по сборнику рецептов
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe		
ЗАВТРАК 1 смена																
Котлеты рыбные	90	11,2	3,3	5,7	260,3	0,9	0,1	22,5	2,4	35,2	199,9	45,8	0,17	1,1	ТТК	
Рис отварной рассыпчатый	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0	0,03	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,03	0,53	Москва 1996 № 465	
Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,4	13,2	10,6	0,04	0	0,4	8,4	15,6	12	0,03	0,54	ТТК № 14	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,83	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0	0,9	Москва 2004 № 686	
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,01	0,22	ТТК	
Итого	552	17,24	9,01	70,18	595,2	14,33	0,19	49,5	3,68	58,71	303,5	88,41	0,24	3,29		
2-й прием пищи																
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	3,2	5,6	12,1	112	11	0,05	0,22	0,2	52	58	25	0,05	1,3	Москва 1996 № 110	
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685	
Хлеб " Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК	
Итого	505	4,57	5,82	35,7	215	11	0,07	0,22	0,38	61,7	86,9	34,2	0,07	2,72		

ПЯТНИЦА															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Макаронные изделия отвар. с сыром	150/20	11,6	13,5	28,9	284,2	0,19	0,06	97,9	0,83	250,9	171,7	17,3	0,1	1,05	ТТК
Булочка "Молочная"	80	4,4	6,8	40	239,1										СКЗ
Банан свежий	150	2,25	0,75	31,5	144	15	0,075	0	0,6	11,7	42	62,3	0,06	1,5	
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
итого	615	18,32	21,07	115,4	727,3	15,19	0,135	97,9	1,43	267,7	221,4	83,8	0,16	3,37	
2-й прием пищи															
Суп картофельный с бобовыми, филе куриное отв.	250/10	10,9	6,9	20,9	217,4	7,3	0,23	0	2,4	42,8	88,1	35,6	0,08	2	Москва 1996 № 138
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
итого	505	12,27	7,12	44,5	320,4	7,3	0,25	0	2,58	52,5	117	44,8	0,1	3,42	
СУББОТА															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	В2	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена															
Жаркое по-домашнему	90/200	25,7	19,3	36,9	437,7	12,7	0,3	0	5,2	56	375,8	77,8	0,26	7,1	Москва 1996 № 394
Огурец свежий	60	0,5	0,012	1,6	8,4	1,68	0	0	0	11	11,6	6,8	0,06	0,24	ТТК №12
Компот из клюквы	200	0,11	0	21,07	84,7	36	0,01	0	0,38	23,7	18,4	13,4	0,01	0,71	Пермь 2006 № 226
Хлеб "Городской"	40	2,1	0,3	13,60	66,7	0	0,03	0	0,35	6,1	23,2	8,8	0,02	0,25	ТТК
итого	590	28,41	19,612	73,17	597,5	50,38	0,34	0	5,93	96,8	429	106,8	0,35	8,3	
2-й прием пищи															
Суп-лапша домашняя, филе куриное отварное	250/10	3,6	5,8	14,2	123	1	0	0,21	0,3	28	36	10	0	0,5	Москва 1996 № 151
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,02	0,6	ТТК
итого	505	4,97	6,02	37,8	226	1	0,02	0,21	0,48	37,7	64,9	19,2	0,02	1,92	

1. Рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий в соответствии со «Сборником технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений» 2006 года г. Пермь, Сборника рецептур для ПООП 1994,1996,1997 года г. Москва, Сборника рецептур на производство для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 года г. Москва, Сборника методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области 2013 года г. Самара.

2. При составлении примерного двухдневного меню были использованы материалы нормативов СанПиН 2.4.4.1204-03; СанПиН 2.4.4.969-00; СанПиН 2.3./2.4.3590-20.

3. Меню должно утверждаться руководителем организации (СанПиН 2.3./2.4.3590-20. П.8.1.3.).

4. Питание детей должно осуществляться в соответствии с утвержденным меню. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (Приложение № 11 к настоящему Правилу). (СанПиН 2.3./2.4.3590-20. П.8.1.4.).

5. Меню допускается корректировать с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ (СанПиН 2.3./2.4.3590-20. П.8.1.5.).

6. Для дополнительного обогащения рациона питания детей микроэлементами и эндемичных по недостатку отдельных микроэлементов регионах в меню должны использоваться специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Витаминные напитки должны готовиться в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Замена витаминизации блюд выдачей детям поливитаминных препаратов не допускается. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться соль поваренная йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий (СанПиН 2.3./2.4.3590-20. П.8.1.6.).

7. Гарниры из круп и макаронных изделий можно заменить на овощные или картофель.

8. На третьи блюда включать соки.

Специалист по производству и ценообразованию

Д.В.Сотникова

