

Согласовано:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «Лицей №23» (МБОУ "Лицей №23")

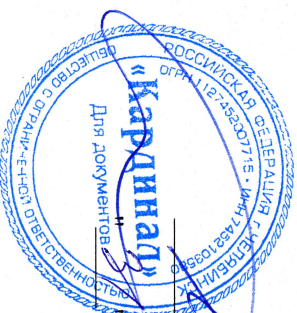


Е.А. Лукьянова

2026 г.

Утверждаю:

Директор ООО "Кардинал"



И.Г. Вахитов

2026 г.

18-ти дневное меню
приготавливаемых блюд (завтраков, обедов)
для учащихся с 7-11 лет городского летнего-оздоровительного лагеря
г. Озёрска

18-ти дневное меню

приготовляемых блюд (завтраков, обедов)

для учащихся с 7-11 лет для городского летнего-оздоровительного лагеря

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Энергети ческая ценн.	Витамины				Минеральные вещества					№ рецептуры
		г	г	г	г	ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг		
п/п																

День 1

Завтрак

1	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	С6.2015г. №209
2	Сыр (попцям)	15	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	С6.2015г. №15
3	Каша "Здоровье" молочная с маслом сливочным	200/10	7,30	14,40	44,73	319,72	0,00	0,00	40,00	0,11	95,04	3,00	44,18	1,24	С6.2005г. №37
4	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	С6.2015г. №376
5	Хлеб из муки пшеничной	35	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
Итого:		510	19,92	25,20	68,97	564,52	0,07	0,41	192,00	0,84	313,54	228,03	77,61	4,90	

Обед

1	Овощи натуральные свежие (отуреп)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71
2	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250/20/20	6,57	18,34	13,08	176,70	0,13	22,07	24,35	2,46	51,60	88,57	26,69	1,25	С6.2015г. №96
3	Котлета рубленая из мяса птицы с маслом	80/10	14,27	13,71	13,32	234,00	0,17	0,74	44,02	55,97	48,91	65,46	18,17	2,97	С6.2015г. №294
4	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12,00	34,50	7,50	0,75	С6.2015г. №202
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	С6.2015г. №349
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
8	Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	13,00	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	2,86	С6.2015г. №338
Итого:		1030	35,84	41,58	170,68	1133,93	0,54	42,91	68,37	62,51	170,45	355,95	138,36	11,48	
Итого за день			55,76	66,78	239,65	1698,45	0,61	43,32	260,37	63,35	483,99	583,98	215,97	16,38	

День 2

Завтрак

1	Пудинг из творога с молоком сгущенным	50/10	7,45	7,30	15,57	140,62	0,04	0,11	32,50	0,41	96,70	116,90	14,40	0,47	С6.2015г. №222
2	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом сл.	200/10	6,68	13,09	51,14	339,00	0,15	1,10	54,80	0,79	147,87	222,00	44,83	2,47	С6.2015г. №173
3	Чай с молоком	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	С6.2015г. №378
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
Итого:		500	18,02	22,04	97,10	630,76	0,26	2,54	97,30	1,59	378,07	457,80	84,53	3,68	

Обед

1	Морковь отварная (порционно)	60	0,79	1,56	3,11	29,58	0,04	2,22	8,40	0,28	15,83	18,21	20,43	0,38	С6.2016г. стр 477
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	14,66	9,20	6,70	136,95	0,05	17,18	13,23	2,51	65,33	73,54	23,51	1,17	С6.2015г. №88
3	Быточек рыбный с маслом сливочным	80/10	16,88	5,70	16,82	181,72	0,05	0,34	14,80	2,58	44,13	99,55	22,33	0,79	С6.2015г. №234
4	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	75/75	3,07	3,92	15,48	112,61	0,60	14,68	16,57	1,53	63,18	68,99	28,98	1,05	С6.2015г. №312/139
5	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,03	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	С6.2015г. №389
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
Итого:		870	43,94	21,73	115,99	802,69	0,88	38,42	53,00	8,33	227,77	360,41	135,55	8,40	
Итого за день			61,96	43,77	213,09	1433,45	1,14	40,96	150,30	9,92	605,84	818,21	220,08	12,08	

День 3															
Завтрак															
1	Омлет натуральный с маслом сливочным	55/5	5,57	9,93	1,05	115,86	0,04	0,10	129,82	1,48	41,23	90,31	6,45	1,05	С6.2015г. №210
2	Каша вязкая молочная из овсяной крупы "Геркулес" с маслом сливочным	200/10	9,04	13,44	15,14	358,00	0,21	0,96	54,80	0,73	158,95	264,86	72,05	2,12	сб. 2015г. № 173
3	Какао с молоком	200	4,08	3,55	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40	0,00	152,20	124,56	21,34	0,48	С6.2015г. №382
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
	Итого:	500	21,06	27,22	48,26	662,60	0,34	2,65	209,02	2,60	359,28	505,83	109,74	3,98	
Обед															
1	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71
2	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/15	9,88	8,79	17,09	199,19	0,24	5,84	3,16	2,56	49,93	123,84	40,41	2,64	С6.2015г. №102
3	Котлета рубленая из мяса птицы с маслом	80/10	14,27	13,71	13,32	234,00	0,17	0,74	44,02	55,97	48,91	65,46	18,17	2,97	С6.2015г. №294
4	Рис припущенный	150	3,64	4,33	36,67	199,95	0,03	0,00	0,00	0,27	2,42	60,60	19,01	0,52	С6.2015г. №305
5	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	23,88	97,60	0,01	0,90	0,00	0,00	6,40	4,40	3,60	0,18	С6.2015г. №342
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
8	Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	13,00	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	2,86	С6.2015г. №338
	Итого:	1005	36,69	28,72	159,48	1055,69	0,61	26,78	47,18	60,73	159,76	375,72	134,19	11,86	
	Итого за день		57,75	55,94	207,74	1718,29	0,95	29,43	256,20	63,33	519,04	881,55	243,93	15,84	

День 4															
Завтрак															
1	Запеканка из творога с молоком стуженным	90/10	17,54	13,27	33,60	324,00	0,08	0,57	78,00	0,50	234,70	86,42	31,90	0,78	С6.2015г. №223
2	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	10,85	52,93	334,00	0,06	0,96	54,80	0,23	130,97	157,44	36,46	0,63	С6.2015г. №174
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
	Итого:	540	26,44	24,42	110,49	768,14	0,17	1,80	132,80	1,12	386,17	292,09	89,99	3,87	
Обед															
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	С6.2015г. №71
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	6,46	9,94	11,85	170,89	0,06	10,73	13,86	2,45	65,78	96,44	31,86	1,84	С6.2015г. №82
3	Оладьи из говяжьей печени со сливочным маслом	80/10	15,29	18,46	6,25	268,36	0,21	77,97	6484,90	5,31	19,65	223,38	15,08	11,47	С6.2015г. №282
4	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12,00	34,50	7,50	0,75	С6.2015г. №202
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	С6.2015г. №349
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
8	Фрукт свежий	170	2,56	0,86	35,70	160,66	0,07	17,00	0,00	0,68	13,60	47,60	71,40	1,02	С6.2015г. №338
	Итого:	1040	38,77	38,33	185,52	1266,62	0,57	117,00	6498,76	12,24	150,57	549,64	203,14	18,79	
	Итого за день		65,21	62,75	296,01	2034,76	0,74	118,80	6631,56	13,36	536,74	841,73	293,13	22,66	

День 5																
Завтрак																
1	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	С6.2015г. №209	
2	Сыр (порциями)	15	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	С6.2015г. №15	
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,13	65,72	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,00	С6.2015г. №14	
4	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным	200/10	8,64	11,06	54,30	352,00	0,14	0,96	54,80	0,77	147,07	221,30	44,33	2,37	С6.2015г. №173	
5	Чай с молоком	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	С6.2015г. №378	
6	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33		
Итого:		515	22,35	30,41	85,10	703,52	0,25	2,43	256,80	1,60	480,97	520,00	81,43	4,31		
Обед																
1	Овощи натуральные свежие (отуреп)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71	
2	Расоольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250/20/20	6,57	18,34	13,08	176,70	0,13	22,07	24,35	2,46	51,60	88,57	26,69	1,25	С6.2015г. №96	
3	Шницель мясной	90	13,50	19,80	11,71	281,45	0,06	0,27	36,65	2,91	35,29	154,47	45,63	2,29	С6.2015г. №268	
4	Пюре картофельное	150	3,07	4,81	20,44	137,25	0,14	18,16	0,00	0,19	36,98	86,60	27,75	1,01	С6.2015г. №312	
5	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,03	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	С6.2015г. №389	
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55		
8	Ватрушка с творогом	75	2,24	2,45	14,91	86,94	0,10	0,05	45,33	1,28	67,73	120,26	28,80	1,20	С6.2015г. №410	
Итого:		975	34,60	46,81	136,12	1036,17	0,59	50,85	106,33	8,71	236,90	571,02	178,17	11,24		
Итого за день			56,95	77,22	221,22	1739,69	0,84	53,28	363,13	10,31	717,87	1091,02	259,60	15,55		

День 6																
Завтрак																
1	Омлет натуральный с маслом сливочным	55/5	5,57	9,93	1,05	115,86	0,04	0,10	129,82	1,48	41,23	90,31	6,45	1,05	С6.2015г. №210	
2	Каша вязкая молочная из риса и пшена (длужба) с маслом сливочным	200/10	6,08	11,18	43,46	300,00	0,10	0,96	54,80	0,18	133,68	156,72	37,22	0,84	С6.2015г. №175	
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	С6.2015г. №376	
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33		
Итого:		500	14,55	21,41	68,47	526,00	0,17	1,33	184,62	2,05	195,41	295,26	65,30	4,35		
Обед																
1	Овощи натуральные свежие (отуреп)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71	
2	Суп из овощей с мясом птицы	250/20	9,76	12,81	16,37	231,58	0,03	2,02	43,04	3,73	55,43	87,00	16,85	1,33	С6.2015г. №99	
3	Т-флеги 2-й вариант	60/50	7,46	8,29	9,44	142,00	0,05	0,41	33,00	0,45	23,65	83,14	16,50	0,68	С6.2015г. №279	
4	Капустя тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50	0,01	25,62	0,00	2,93	88,13	61,04	31,28	1,25	С6.2015г. №139	
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	С6.2015г. №349	
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55		
8	Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	13,00	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	2,86	С6.2015г. №338	
Итого:		1030	30,18	28,65	153,43	1010,41	0,27	48,15	76,04	9,24	225,15	398,60	150,63	9,77		
Итого за день			44,73	50,06	221,90	1536,41	0,44	49,48	260,66	11,29	420,56	693,86	215,93	14,12		

День 7															
Завтрак															
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,13	65,72	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,00	С6. 2015г. № 14
2	Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,16	11,94	25,58	250,80	0,06	0,17	86,40	0,81	221,40	151,56	15,24	0,93	С6. 2015г. № 204
3	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	0,00	2,13	0,00	0,00	15,33	23,20	12,27	2,13	С6.2015г. №377
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
5	Фрукт свежий	170	2,56	0,86	35,70	160,66	0,07	17,00	0,00	0,68	13,60	47,60	71,40	1,02	С6.2015г. №338
	Итого:	567	15,72	20,30	85,77	588,92	0,16	19,30	126,40	1,98	259,63	251,46	108,81	4,41	
Обед															
1	Свекла отварная (порционно)	60	0,79	1,56	3,11	29,58	0,04	2,22	8,40	0,28	15,83	18,21	20,43	0,38	С6.1996г. Таб.24
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	14,66	9,20	6,70	136,95	0,05	17,18	13,23	2,51	65,33	73,54	23,51	1,17	С6.2015г. №88
3	Котлета рыбная с маслом сливочным	80/10	16,88	5,70	16,82	181,72	0,05	0,34	14,80	2,58	44,13	99,55	22,33	0,79	С6.2015г. №234
4	Пюре картофельное	150	3,07	4,81	20,44	137,25	0,14	18,16	0,00	0,19	36,98	86,60	27,75	1,01	С6.2015г. №312
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	С6.2015г. №349
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
	Итого:	900	44,10	22,72	148,01	937,11	0,41	38,70	36,43	6,99	193,41	410,02	159,32	6,52	
	Итого за день		59,82	43,02	233,78	1526,03	0,57	58,00	162,83	8,97	453,04	661,48	268,13	10,93	

День 8															
Завтрак															
1	Пудинг из творога с молоком стущеным	50/10	7,45	7,30	15,57	140,62	0,04	0,11	32,50	0,41	96,70	116,90	14,40	0,47	С6.2015г. №222
2	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	10,85	52,93	334,00	0,06	0,96	54,80	0,23	130,97	157,44	36,46	0,63	С6.2015г. №174
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
Итого:		500	16,35	18,45	92,46	584,76	0,13	1,34	87,30	1,03	248,17	322,57	72,49	3,56	
Обед															
1	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	6,46	9,94	11,85	170,89	0,06	10,73	13,86	2,45	65,78	96,44	31,86	1,84	С6.2015г. №82
3	Котлета домашняя с маслом сливочным	80/10	11,52	16,40	63,56	234,19	0,05	0,00	29,09	2,59	9,33	123,47	22,26	1,97	С6.2015г. №271
4	Рагу овощное с томатным соусом №366 (3-й вариант)	150	2,70	6,08	15,84	128,85	0,08	12,85	34,80	1,07	44,75	41,82	31,64	1,26	С6.2016г. №362
5	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,03	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	С6.2015г. №389
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
8	Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	13,00	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	2,86	С6.2015г. №338
Итого:		1000	30,42	34,35	179,97	945,48	0,38	46,88	77,75	8,24	185,96	397,15	146,76	13,42	
Итого за день			46,77	52,80	272,43	1530,24	0,51	48,22	165,05	9,27	434,13	719,72	219,25	16,98	

День 9																
Завтрак																
1	Йогурт вареное	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	С6.2015г. №209	
2	Сыр (порциями)	15	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	С6.2015г. №15	
3	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом сл.	200/10	6,68	11,09	51,14	339,00	0,15	1,10	54,80	0,79	147,87	222,00	44,83	2,47	С6.2015г. №173	
4	Чай с молоком	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	С6.2015г. №378	
5	Хлеб из муки пшеничной	35	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33		
Итого:		510	20,29	23,24	81,81	624,80	0,26	2,57	216,80	1,52	479,37	517,70	81,93	4,41		
Обед																
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	С6.2015г. №71	
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,08	6,36	18,01	169,19	0,13	8,26	3,16	1,45	36,45	103,32	32,11	1,72	С6.2015г. №103	
3	Гуляш из мяса птицы	50/50	9,00	9,65	3,29	13,06	0,05	1,78	4,66	2,02	10,20	76,93	1,88	1,14	С6.2015г. №260	
4	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	145,50	0,12	0,00	0,00	0,35	8,45	108,87	72,03	2,43	С6.2015г. №303	
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	С6.2015г. №349	
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55		
8	Кондитерское изделие (конфета шоколадная)	40	0,60	0,60	0,76	66,60	0,16	0,00	0,00	0,00	24,21	92,13	16,77	1,49		
Итого:		910	30,62	23,19	145,80	859,16	0,63	21,34	7,82	5,67	118,85	528,97	200,09	10,49		
Итого за день			50,91	46,43	227,61	1483,96	0,89	23,91	224,62	7,19	598,22	1046,67	282,02	14,90		

День 10

Завтрак																
1	Запеканка из творога с молоком ступенным	90/10	17,54	13,27	33,60	324,00	0,08	0,57	78,00	0,50	234,70	86,42	31,90	0,78	С6.2015г. №223	
2	Суп молочный с вермишелью	200	5,47	4,75	17,96	150,00	0,09	0,83	33,00	0,38	163,00	136,88	26,68	0,65	С6.2015г. №120	
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	С6.2015г. №376	
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33		
Итого:		530	25,91	18,32	75,52	584,14	0,20	1,67	111,00	1,27	418,20	271,53	80,21	3,89		
Обед																
1	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71	
2	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/15	9,88	8,79	17,09	199,19	0,24	5,84	3,16	2,56	49,93	123,84	40,41	2,64	С6.2015г. №102	
3	Плов из мяса птицы	90/150	21,62	10,73	43,74	358,40	0,17	7,83	33,60	0,65	43,30	227,19	64,71	2,23	С6.2015г. №291	
4	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,39	20,76	88,20	0,02	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,64	С6.2015г. №388	
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
6	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55		
7	Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	13,00	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	2,86	С6.2015г. №338	
Итого:		1005	40,92	21,64	150,11	970,74	0,59	132,97	36,76	5,90	166,67	475,89	161,56	11,06		
Итого за день			66,83	39,96	225,63	1554,88	0,79	134,64	147,76	7,17	584,87	747,42	241,77	14,95		

День 11														
Завтрак														
1	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00 С6.2015г. №209
2	Сыр (порциями)	15	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20 С6.2015г. №15
3	Каша "Здоровье" молочная с маслом сливочным	200/10	7,30	14,40	44,73	319,72	0,00	0,00	40,00	0,11	95,04	3,00	44,18	1,24 С6.2005г. №37
4	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	0,00	2,13	0,00	0,00	15,33	23,20	12,27	2,13 С6.2015г. №377
5	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33
Итого:		512	19,92	25,20	69,37	566,12	0,07	2,27	192,00	0,84	315,27	229,10	78,15	4,90
Обед														
1	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48 С6.2015г. №71
2	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250/20/20	6,57	18,34	13,08	176,70	0,13	22,07	24,35	2,46	51,60	88,57	26,69	1,25 С6.2015г. №96
3	Тертель 2-й вариант	60/50	7,46	8,29	9,44	142,00	0,05	0,41	33,00	0,45	23,65	83,14	16,50	0,68 С6.2015г. №279
4	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12,00	34,50	7,50	0,75 С6.2015г. №202
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96 С6.2015г. №349
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55
8	Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	13,00	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	2,86 С6.2015г. №338
Итого:		1050	29,03	36,16	166,80	1041,93	0,42	42,58	57,35	6,99	145,19	373,63	136,69	9,19
Итого за день			48,95	61,36	236,17	1608,05	0,49	44,85	249,35	7,83	460,46	602,73	214,84	14,09

День 12														
Завтрак														
1	Пудинг из творога с молоком ступенным	50/10	7,45	7,30	15,57	140,62	0,04	0,11	32,50	0,41	96,70	116,90	14,40	0,47 С6.2015г. №222
2	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сл.	200/10	6,68	11,09	51,14	339,00	0,15	1,10	54,80	0,79	147,87	222,00	44,83	2,47 С6.2015г. №173
3	Чай с молоком	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41 С6.2015г. №378
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33
Итого:		500	18,02	20,04	97,10	630,76	0,26	2,54	97,30	1,59	378,07	457,80	84,53	3,68
Обед														
1	Морковь отварная (порционно)	60	0,79	1,56	3,11	29,58	0,04	2,22	8,40	0,28	15,83	18,21	20,43	0,38 С6.2016г. стр 477
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	14,66	9,20	6,70	136,95	0,05	17,18	13,23	2,51	65,33	73,54	23,51	1,17 С6.2015г. №88
3	Котлета рыбная с маслом сливочным	80/10	16,88	5,70	16,82	181,72	0,05	0,34	14,80	2,58	44,13	99,55	22,33	0,79 С6.2015г. №234
4	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушенная)	75/75	3,07	3,92	15,48	112,61	0,60	14,68	16,57	1,53	63,18	68,99	28,98	1,05 С6.2015г. №312/139
5	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,03	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80 С6.2015г. №389
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55
Итого:		870	43,94	21,73	115,99	802,69	0,88	38,42	53,00	8,33	227,77	360,41	135,55	8,40
Итого за день			61,96	41,77	213,09	1433,45	1,14	40,96	150,30	9,92	605,84	818,21	220,08	12,08

День 13															
Завтрак															
1	Омлет натуральный с маслом сливочным	55/5	5,57	9,93	1,05	115,86	0,04	0,10	129,82	1,48	41,23	90,31	6,45	1,05	С6.2015г. №210
2	Каша вязкая молочная из овсяной крупы "Геркулес" с маслом сливочным	200/10	9,04	13,44	15,14	358,00	0,21	0,96	54,80	0,73	158,95	264,86	72,05	2,12	с6. 2015г. № 173
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
Итого:		500	17,51	23,67	40,15	584,00	0,28	1,33	184,62	2,60	220,68	403,40	100,13	5,63	
Обед															
1	Овощи натуральные свежие (отурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71
2	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/15	9,88	8,79	17,09	199,19	0,24	5,84	3,16	2,56	49,93	123,84	40,41	2,64	С6.2015г. №102
3	Котлеты рубленые из мяса птицы с маслом сливочным	80/10	14,27	13,71	13,32	234,00	0,17	0,74	44,02	55,97	48,91	65,46	18,17	2,97	С6.2015г. №294
4	Рис припущенный	150	3,64	4,33	36,67	199,95	0,03	0,00	0,00	0,27	2,42	60,60	19,01	0,52	С6.2015г. №305
5	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	0,00	2,13	0,00	0,00	15,33	23,20	12,27	2,13	С6.2015г. №377
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
8	Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	13,00	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	2,86	С6.2015г. №338
Итого:		1012	37,06	28,56	145,47	999,69	0,60	28,01	47,18	60,73	168,69	394,52	142,86	13,81	
Итого за день			54,57	52,23	185,62	1583,69	0,88	29,34	231,80	63,33	389,37	797,92	242,99	19,44	

День 14															
Завтрак															
1	Запеканка из творога с молоком ступенным	90/10	17,54	13,27	33,60	324,00	0,08	0,57	78,00	0,50	234,70	86,42	31,90	0,78	С6.2015г. №223
2	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	10,85	52,93	334,00	0,06	0,96	54,80	0,23	130,97	157,44	36,46	0,63	С6.2015г. №174
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33	
Итого:		540	26,44	24,42	110,49	768,14	0,17	1,80	132,80	1,12	386,17	292,09	89,99	3,87	
Обед															
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	С6.2015г. №71
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	6,20	8,44	11,49	154,69	0,06	10,69	3,16	2,42	56,98	90,34	30,96	1,82	С6.2015г. №82
3	Оладьи из говяжьей печени со сливочным маслом	80/10	15,29	18,46	6,25	268,36	0,21	77,97	6484,90	5,31	19,65	223,38	15,08	11,47	С6.2015г. №282
4	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12,00	34,50	7,50	0,75	С6.2015г. №202
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	С6.2015г. №349
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55	
8	Фрукт свежий	170	2,56	0,86	35,70	160,66	0,07	17,00	0,00	0,68	13,60	47,60	71,40	1,02	С6.2015г. №338
Итого:		1040	38,51	36,83	185,16	1250,42	0,57	116,96	6488,06	12,21	141,77	543,54	202,24	18,77	
Итого за день			64,95	61,25	295,65	2018,56	0,74	118,76	6620,86	13,33	527,94	835,63	292,23	22,64	

День 15

Завтрак												
1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
1 Яйло вареное												С6.2015г. №209
2 Сыр (порциями)	15	4,64	5,90	0,00	71,66	0,01	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20
3 Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,13	65,72	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	С6.2015г. №15
4 Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным	200/10	8,64	11,06	54,30	352,00	0,14	54,80	0,77	147,07	221,30	44,33	0,00
5 Какао с молоком	200	4,08	3,55	17,58	118,60	0,06	24,40	0,00	152,20	124,56	21,34	С6.2015г. №382
6 Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33
Итого:	515	24,91	32,61	86,78	741,12	0,27	271,20	1,60	506,57	551,76	87,37	4,38

Обед

1 Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48
2 Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250/20/20	6,57	18,34	13,08	176,70	0,13	24,35	2,46	51,60	88,57	26,69	С6.2015г. №96
3 Плов	90/150	24,48	22,93	39,01	475,20	0,07	0,00	4,64	34,70	249,08	51,20	С6.2015г. №265
4 Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,03	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	С6.2015г. №389
5 Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66
6 Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55
7 Ватрушка с творогом	75	2,24	2,45	14,91	86,94	0,10	45,33	1,28	67,73	120,26	28,80	С6.2015г. №410
Итого:	975	42,51	45,13	142,98	1092,67	0,46	69,68	10,25	199,33	579,03	155,99	11,38
Итого за день		67,42	77,74	229,76	1833,79	0,73	340,88	11,85	705,90	1130,79	243,36	15,76

День 16

Завтрак												
55/5	5,57	9,93	1,05	115,86	0,04	0,10	129,82	1,48	41,23	90,31	6,45	1,05
200/10	6,08	13,08	43,46	300,00	0,10	0,96	54,80	0,18	133,68	156,72	37,22	С6.2015г. №210
2 Каша вязкая молочная из риса и пшена (Дружба) с маслом сливочным												С6.2015г. №175
3 Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,00	0,27	13,60	22,13	11,73	С6.2015г. №376
4 Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33
Итого:	500	14,55	23,31	68,47	526,00	0,17	184,62	2,05	195,41	295,26	65,30	4,35

Обед

1 Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48
2 Суп из овощей с мясом птицы	250/20	9,76	12,81	16,37	231,58	0,03	2,02	3,73	55,43	87,00	16,85	С6.2015г. №99
3 Тефтели 2-й вариант	60/50	7,46	8,29	9,44	142,00	0,05	33,00	0,45	23,65	83,14	16,50	С6.2015г. №279
4 Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50	0,01	25,62	2,93	88,13	61,04	31,28	С6.2015г. №139
5 Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	С6.2015г. №349
6 Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66
7 Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55
8 Фрукт свежий	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,00	0,26	20,80	14,30	11,70	С6.2015г. №338
Итого:	1030	30,18	28,65	153,43	1010,41	0,27	76,04	9,24	225,15	398,60	150,63	9,77
Итого за день		44,73	51,96	221,90	1536,41	0,44	260,66	11,29	420,56	693,86	215,93	14,12

День 17																
Завтрак																
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,13	65,72	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,00	С6.2015г. №14	
2	Макроновые изделия отварные с сыром	150	10,16	11,94	25,58	250,80	0,06	0,17	86,40	0,81	221,40	151,56	15,24	0,93	С6.2015г. №204	
3	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	0,00	2,13	0,00	0,00	15,33	23,20	12,27	2,13	С6.2015г. №377	
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33		
5	Фрукт свежий	170	2,56	0,86	35,70	160,66	0,07	17,00	0,00	0,68	13,60	47,60	71,40	1,02	С6.2015г. №338	
Итого:		567	15,72	20,30	85,77	588,92	0,16	19,30	126,40	1,98	259,63	251,46	108,81	4,41		
Обед																
1	Свекла отварная (порционно)	60	0,79	1,56	3,11	29,58	0,04	2,22	8,40	0,28	15,83	18,21	20,43	0,38	С6.1996г. Таб.24	
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	14,66	9,20	6,70	136,95	0,05	17,18	13,23	2,51	65,33	73,54	23,51	1,17	С6.2015г. №88	
3	Биточек рыбный с маслом сливочным	80/10	16,88	5,70	16,82	181,72	0,05	0,34	14,80	2,58	44,13	99,55	22,33	0,79	С6.2015г. №234	
4	Рагу овощное с томатным соусом №366 (3-й вариант)	150	2,70	6,08	15,84	128,85	0,08	12,85	34,80	1,07	44,75	41,82	31,64	1,26	С6.2016г. №362	
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	С6.2015г. №349	
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55		
Итого:		870	43,73	23,99	143,41	928,71	0,35	33,39	71,23	7,87	201,18	365,24	163,21	6,77		
Итого за день			59,45	44,29	229,18	1517,63	0,51	52,69	197,63	9,85	460,81	616,70	272,02	11,18		
День 18																
Завтрак																
1	Пудинг из творога с молоком стученным	50/10	7,45	7,30	15,57	140,62	0,04	0,11	32,50	0,41	96,70	116,90	14,40	0,47	С6.2015г. №222	
2	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	12,85	52,93	334,00	0,06	0,96	54,80	0,23	130,97	157,44	36,46	0,63	С6.2015г. №174	
3	Чай с молоком	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	С6.2015г. №378	
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33		
Итого:		500	17,34	21,80	98,89	625,76	0,17	2,40	97,30	1,03	361,17	393,24	76,16	1,84		
Обед																
1	Овощи натуральные свежие (отурец)	60	0,68	0,06	2,10	12,00	0,02	6,30	0,00	0,44	6,00	21,00	9,00	0,48	С6.2015г. №71	
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	6,20	8,44	11,49	154,69	0,06	10,69	3,16	2,42	56,98	90,34	30,96	1,82	С6.2015г. №82	
3	Котлета домашняя с маслом сливочным	80/10	11,52	16,40	63,56	234,19	0,05	0,00	29,09	2,59	9,33	123,47	22,26	1,97	С6.2015г. №771	
4	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	145,50	0,12	0,00	0,00	0,35	8,45	108,87	72,03	2,43	С6.2015г. №303	
5	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,03	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	С6.2015г. №389	
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05	0,00	0,00	0,45	11,50	33,92	12,50	1,55		
Итого:		870	31,52	31,26	171,55	888,21	0,39	20,99	32,25	7,23	120,06	443,80	174,55	11,71		
Итого за день			48,86	53,06	270,44	1513,97	0,56	23,39	129,55	8,26	481,23	837,04	250,71	13,55		
Среднее значение за период			56,53	54,58	235,60	1627,87	0,72	55,28	933,53	18,88	522,58	801,03	245,11	15,40		

При разработке данного меню были использованы рецептуры следующих сборников: Сборник 2015г. Тутельян В.А. сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник 2005г. Министерство экономического развития Челябинской области. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений, примерные рационы питания по возрастным группам и предназначен для организаторов школьного питания. В сборнике представлены: методические рекомендации организации питания учащихся образовательных учреждений, примерные рационы питания по возрастным группам и технико-технологические карты на кулинарные блюда и изделия. Сборник 2016г. Тутельян В.А. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.

При приготовлении блюд и изделий используется йодированная соль

В исключительных случаях, при отсутствии необходимых пищевых продуктов, допускается их замена другими продуктами, равноценными по химическому составу (пищевой ценности) в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (приложение № 11 к СанПин 2.3.2.4.3590-20)

