

Утверждаю  
Директор МАОУ «Просторская ООШ»



И.Р. Бакеева

Приказ № 88 от 29.09.2024 г.



Примерное 10 – дневное меню  
для организации питания воспитанников 3 – 7 лет  
в МАОУ «Просторская ООШ»  
на 2024-2025 учебный год  
(осень-зима)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 1</b>								
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,35	8,03	23,2	189,6	2,21	№ Т.К 168 блюдо для Д\С
	Чай с сахаром	200	12	3,06	13	77,3	6	Техн. карт. № 68н/р
	Батон нарезной обогащенный с маслом сливочным	30/10	2,44 0,08	7,552 7,25	14,62 0,13	136 66,10	-	№ 1 дет.сад «Питание»
	<b>Итого</b>		<b>20,87</b>	<b>25,892</b>	<b>50,95</b>	<b>469</b>	<b>8,21</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат из моркови	60	0,74	3,05	7,04	57,15	2,85	№ 1 № рец 41
	Борщ с фасолью на мясном бульоне со сметаной	200	2,8	4,4	13,4	94	5,2	№3/2 детсад Питание
	Котлета мясная п\фабрикат	72	14	18	17	279		Техн. карт № 161
	Макароны отварные	150	4,48	9,2	24,36	198,8	-	Тех. карт № 70 н/р № 376
	Соус	20						
	Компот из с\фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	№ 398 Программа д\с Питание
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справочник прод сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>26,41</b>	<b>35,17</b>	<b>113,71</b>	<b>848,75</b>	<b>8,45</b>	
Полдник	Молоко кипяченое	180	5,49	4,89	9,09	102	2,46	№ 400 д\с
	Кондитерское изделие	20	0,584	0,666	15,05	70,834	-	№152д.питание
	<b>Итого</b>		<b>6,074</b>	<b>5,556</b>	<b>24,14</b>	<b>172,83</b>	<b>2,46</b>	
<b>Итого за первый день</b>			<b>54,254</b>	<b>66,618</b>	<b>206,97</b>	<b>1566,58</b>	<b>22,72</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 2</b>								
Завтрак	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	200	6,46	8,12	27,25	206,00	2,21	Тех.кар№ 11 н/р168
	Чай сладкий с молоком	200	2,52	2,25	14,21	84,71	1,17	№ 394 Д\с Питание
	Батон с повидлом	30/10	2,508	3,93	28,88	161,00	0,47	№ 2 Д\с Питание
	<b>Итого</b>		<b>11,488</b>	<b>14,3</b>	<b>70,34</b>	<b>451,71</b>	<b>3,85</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
138Обед	Салат из свежей капусты	60	0,98	3,05	4,27	48,14	22,80	Техн. карт. № 2 н/р 20
	Суп гороховый на м.б.	250	7,55	0,66	20,15	167,0	5,325	Техн. карт № 52 н/р138
	Гуляш из отварного мяса	80	15,516	12,432	3,288	186,996	0,12	№ 278 д\с № 354 Питание Т.к
	Отварной рис	150	3,9	5,5	39,1	126,4	0,04	№ 2 н/р192
	Компот из с\фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	Т.К. № 70 нр № 376
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справ. продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>32,336</b>	<b>22,162</b>	<b>118,718</b>	<b>748,336</b>	<b>28,685</b>	
Полдник	Крендель сладкий	75	4,34	7,95	39,41	246,55	-	№ 415 сбор рецепт блюд
	Кисель ягодный	200	1,36	0	29,02	116,9		№ 516 д\с
	<b>Итого</b>		<b>5,7</b>	<b>7,95</b>	<b>68,43</b>	<b>363,45</b>		
<b>Итого за второй день</b>			<b>50,42</b>	<b>44,412</b>	<b>275,668</b>	<b>1639,496</b>	<b>36,135</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 3</b>								
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,35	8,03	23,20	189,60	2,21	№ Т.К. 168 блю для Д\с
	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,7	15,9	79	1,3	№ 513 Т.к. 280 блюд для ДОУ
	Батон нарезной сыр порционно	30/15	2,31 4,02	0,9 4,10	15,63 -	78,6 54,00	- 0,11	№ 19 Т.К.7
	<b>Итого</b>		<b>15,88</b>	<b>15,73</b>	<b>54,73</b>	<b>401,20</b>	<b>3,62</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Винегрет	60	0,95	4,61	5,48	67,34	9,90	Т.К.8 н.рец 45
	Суп с мак\изд на м/к бульоне	200	2,16	2,26	13,72	83,8	6,6	Техн.карт№29н/р 82
	Крупа пшеничная рассыпчатая	150	6,9	6,8	39,9	253,7	0,04	№4 н/р188
	Гуляш с мясом	110	15,516	12,432	3,288	186,996	0,12	№ 278 д/с №354Питание Т.к
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	Техн.карт№70 н/р376
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справ продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>32,516</b>	<b>26,602</b>	<b>113,498</b>	<b>822,636</b>	<b>17,46</b>	
Полдник	Чай с лимоном	200	0,126	0,018	10,206	41,004	2,826	№ 69 н/р393
	Кондитерское изделие	50	1,46	1,665	38,75	177,085		№59 сборн.рец блюд 152
	<b>Итого</b>		<b>1,586</b>	<b>1,683</b>	<b>48,956</b>	<b>267,045</b>	<b>2,826</b>	
<b>Итого за третий день</b>			<b>50,882</b>	<b>44,015</b>	<b>235,364</b>	<b>1566,881</b>	<b>27,506</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 4</b>								
Завтрак	Омлет натуральный	130	11,77	13,59	3,31	187,39	0,27	Техн. карт.№ 8 н/р 340
	Батон нарезной обогащенный с маслом сливочным	30/10	2,44 0,08	7,552 7,25	14,62 0,13	136 66,10	-	№ 1 дет.сад «Питание»
	Какао с молоком	200	3,78	3,258	15,55	106,79	1,44	№ 75 Т.к. Д/с Питание № 397
	<b>Итого</b>		<b>15,63</b>	<b>31,65</b>	<b>31,61</b>	<b>496,28</b>	<b>1,71</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат с б\капусты	60	0,85	3,05	5,19	51,54	20,97	Техн.карт.№22 н/р 20
	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	200	2	2,24	13,6	82,6	6,6	Техн.карт.№25 н/р80
	Жаркое по –домашнему	200	22,02	6,79	19,95	259	8,15	№276
	Компот из с\фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	№70 нр№376
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справ продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>29,26</b>	<b>12,6</b>	<b>90,65</b>	<b>612,94</b>	<b>36,12</b>	
Полдник	Кондитерское изделие	50	3,7	5	12,8	213		№ 61 сборник рецептов готовых
	Чай сладкий	200	0,12	0,03	0,024	0,84	0,06	Техн. карта № 68 н/о 391
	<b>Итого</b>		<b>3,82</b>	<b>5,03</b>	<b>12,824</b>	<b>123,84</b>	<b>0,06</b>	
<b>Итого за четвертый день</b>			<b>49,61</b>	<b>49,28</b>	<b>153,264</b>	<b>1309,06</b>	<b>41,49</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 5</b>								
	Каша молочная «Геркулес»	200	7,84	9,87	24,48	217,00	2,60	Тех. кар. № 2 н/р 168
	Чай с сахаром	200	12	3,06	13	77,3	6	Техн. карт. № 12 н/р 485
	Батон с повидлом	30/10	2,508	3,93	28,88	161,00	0,4785	№ 2 Д\с Питание
	<b>Итого</b>		<b>22,348</b>	<b>16,86</b>	<b>66,36</b>	<b>455,3</b>	<b>9,07</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат из моркови и яблок	60	0,516	3,132	4,722	48,14	4,17	Тех№23 ном ре40
	Рассольник на мясокостном бульоне	250	4,22	2,37	15,3	163,37	9,12	Техн.карт№23 н/р128
	Рыба туш в то с овощ	100	9,47	4,97	4,41	100,04	4,32	Т. к. № 42 № н/р 90
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,8		№ 36 № 315
	Компот из с\фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	№ 70 - № 376
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справочник продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>21,026</b>	<b>14,572</b>	<b>100,802</b>	<b>671,15</b>	<b>18,01</b>	
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,49	4,896	9,09	102,006	2,466	Ткарт №77 н/р 400
	Кондитерское изделие	50	1,46	1,665	38,75	177,085		№ 59 №152
	<b>Итого</b>		<b>6,95</b>	<b>6,561</b>	<b>47,84</b>	<b>279,091</b>	<b>2,466</b>	
<b>Итого за пятый день</b>			<b>51,224</b>	<b>37,993</b>	<b>233,182</b>	<b>1481,541</b>	<b>33,146</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>								
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	6,04	9,96	31,32	239,34	0,9	Т.кар№3н/р72
	Батон нарезной сыр порционно	30/15	2,31 4,02	0,9 4,10	15,63 -	78,6 54,00	- 0,11	№ 19 Т.К.7
	Чай сладкий с молоком	200	1,4	1,6	17,34	89,32		№ 261Д/с Питание
	<b>Итого</b>		<b>9,75</b>	<b>16,56</b>	<b>64,29</b>	<b>461,26</b>	<b>1,01</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат из отварной свеклы с изюмом	60	0,798	3,198	9,198	67,002	0,402	Те.кар№84 н/р18
	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	200	1,54	4,69	10,07	92,19		№ 35 Д\с Питание
	Птица туш с соусе с овощами	220	11,11	7,942	20,152	196,768	8,976	№ 46 №302
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	Техн.карт№70 н/р376
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справочник продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>17,838</b>	<b>16,35</b>	<b>91,33</b>	<b>575,76</b>	<b>9,778</b>	
Полдник	Кисель	200	1,36	-	29,02	116,19	-	№ 233 д/с
	Кондитерское изделие	50	1,46	1,665	38,75	177,085	-	№ 59 №152
	<b>Итого</b>		<b>2,82</b>	<b>1,665</b>	<b>67,77</b>	<b>293,275</b>		
Итого за шестой день			<b>31,308</b>	<b>34,575</b>	<b>241,57</b>	<b>1406,295</b>	<b>14,388</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 7</b>								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,10	8,14	26,63	206,20	2,21	Техн. карт. № 8 н/р 168
	Чай с сахаром	200	12	3,06	13	77,3	6	Техн. карт № 12 н/р 485
	Батон нарезной обогащенный с маслом сливочным	30/10	2,44 0,08	7,552 7,25	14,62 0,13	136 66,10	-	№ 1 дет.сад «Питание»
	<b>Итого</b>		<b>21,62</b>	<b>26</b>	<b>54,38</b>	<b>485,60</b>	<b>8,21</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р 399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат из кукурузы ко	60	1,728	3,078	4,824	59,58	5,58	Тех .кар. № 96 н/р 12
	Суп картофельный с рыбой	200	12,74	0,6	9,22	105,44	5,9	Техн. карт. № 84 н/р 43
	Макароны отварные	100	3,84	0,55	20,76	103,4	-	Т. к. № 38 н/р № 204
	Гуляш из отварного мяса	130	16,757	13,247	4,264	203,125	0,897	№ 47 д/с № 277 Питание
	Компот с\фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	№70 № 376 д\с
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справочник продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>39,455</b>	<b>17,995</b>	<b>90,978</b>	<b>691,345</b>	<b>12,777</b>	
	Молоко кипяченое	200	5,48	4,88	9,07	102	2,46	№ 400 д/с
	<b>Итого</b>		<b>9,18</b>	<b>9,88</b>	<b>31,05</b>	<b>315</b>	<b>2,46</b>	
<b>Итого за седьмой день</b>			<b>71,155</b>	<b>53,875</b>	<b>194,588</b>	<b>1567,945</b>	<b>27,047</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 8</b>								
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	7,10	8,54	26,35	208,80	2,21	Техн. карт. № 7 н/р 168
	Батон с повидлом	30/10	2,508	3,93	28,88	161,00	0,4785	№ 2 Д\с Питание
	Какао на молоке	200	3,44	2,98	15,30	99,44	1,43	Техн. карта № 4 н/р 397
	<b>Итого</b>		<b>13,048</b>	<b>15,45</b>	<b>70,53</b>	<b>469,04</b>	<b>4,11</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р 399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат из картофеля с соленым огурцом	60	0,8	3,126	5,142	51,96	7,2	н/р 22 Т.К. 83
	Щи на мясокостном бульоне	200	1,4	3,9	6,78	67,8	14,78	Т.к. № 31 н/р 67
	Плов рисовый с мясом	210	21	19,4	35,133	399	0,546	Техн.карт№41 н/р304
	Компот из с\фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	Т.К.№70 №376
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справочник продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>27,59</b>	<b>26,946</b>	<b>74,815</b>	<b>738,56</b>	<b>22,926</b>	
Полдник	Кондитерское изд	50	1,46	1,665	38,75	177,085	-	Техн. карт. № 59 н/р 152
	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	0,024	0,84	0,06	Техн. карт. № 68 н/р 391
	<b>Итого</b>		<b>1,58</b>	<b>1,695</b>	<b>38,774</b>	<b>177,925</b>	<b>0,06</b>	
<b>Итого за восьмой день</b>			<b>43,118</b>	<b>44,091</b>	<b>202,299</b>	<b>1461,525</b>	<b>30,696</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 9</b>								
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	6,80	8,14	26,13	103,00	2,21	Техн. карт. № 6 н/р 168
	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	79	1,3	№ 513 т.к. 280 Блюды
	Батон нарезной сыр порционно	30/15	2,31 4,02	0,9 4,10	15,63 -	78,6 54,00	- 0,11	№ 19 Т.К. 7
	<b>Итого</b>		<b>16,33</b>	<b>15,84</b>	<b>57,66</b>	<b>114,60</b>	<b>3,62</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	200	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 11 н/р11
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат из з\горошка	60	1,78	3,1	3,74	50,16		Тех.кар. № 16 н/р 10
	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	200	1,76	4,06	9,54	81,8	0,4	№ 2,17 н/р 86
	Картофельное пюре	100	2,17	3,12	5,36	82,6	2,09	№ 45 № 58
	Гуляш из отварного мяса	130	16,7	13,2	4,264	203,125	0,897	№ 47 д/с Питание
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	Техн. карт. № 70 н/р 376
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справочник продуктов сборник № 2
	<b>Итого</b>		<b>26,8</b>	<b>24</b>	<b>74,814</b>	<b>637,485</b>	<b>3,787</b>	
Полдник	Булочка домашняя	60	4,37	7,07	36,8	228,2		Тен. карт. № 51
	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	0,024	0,84	0,06	Техн. карт. № 68 н/р 391
	<b>Итого</b>		<b>4,49</b>	<b>7,1</b>	<b>36,824</b>	<b>237,19</b>	<b>6,22</b>	
<b>Итого за девятый день</b>			<b>48,52</b>	<b>46,94</b>	<b>187,478</b>	<b>1065,275</b>	<b>17,227</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 10</b>								
Завтрак	Каша молочная Дружба	200	6,55	8,33	35,09	241,11		Техн. карт. № 84 ДОУ
	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	0,024	0,84	0,06	Техн. карт. № 68 н/р 391
	Батон с повидлом	30/10	2,508	3,93	28,88	161,00	0,4785	№ 2 Д\с Питание
	<b>Итого</b>		<b>9,178</b>	<b>12,29</b>	<b>63,994</b>	<b>402,95</b>	<b>0,5385</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,90	-	18,18	76	3,60	№ 88 н/р 399
	<b>Итого</b>		<b>0,90</b>	<b>-</b>	<b>18,18</b>	<b>76</b>	<b>3,60</b>	
Обед	Салат из карт с з\гор	60	1,182	3,144	5,868	56,52	9,39	Тех. кар. № 18 н/р 25
	Суп Крестьянский на мясном бульоне	200	1,85	6,19	12,34	112,47		Техн. карт. № 42 ДОУ
	Гуляш из отварного мяса	130	16,757	13,247	4,264	203,125	0,897	№ 47 т.к № 277
	Гречка отварная	100	5,7	4,82	27,45	180,34		Т.К. № 35 № 67
	Хлеб пшеничный обогащенный	100	3,95	0,5	24,15	106,8	-	Справочник продуктов сборник № 2
	Компот из с\фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	Т.К. № 70 № 376
	<b>Итого</b>		<b>29,879</b>	<b>27,921</b>	<b>101,832</b>	<b>772,255</b>	<b>10,687</b>	
Полдник	Кондитерское изделие	50	1,46	1,665	38,75	177,085	-	№ 59 № 152
	Чай с лимоном	200	0,126	0,018	10,206	41,004	2,826	Техн. карта № 69 н/р 393
	<b>Итого</b>		<b>1,586</b>	<b>1,683</b>	<b>48,956</b>	<b>218,089</b>	<b>2,826</b>	
Итого за десятый день			<b>41,543</b>	<b>41,894</b>	<b>232,962</b>	<b>1469,294</b>	<b>17,651</b>	
Итого за весь период			<b>492,034</b>	<b>463,693</b>	<b>2163,345</b>	<b>14533,892</b>	<b>268,006</b>	
Среднее значение за период			<b>49,2034</b>	<b>46,3693</b>	<b>216,3345</b>	<b>1453,38892</b>	<b>26,8006</b>	

Примечание:

1. Согласно «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» 2.3/2.4.3590-20» блюда приготавливаются с использованием йодированной соли
2. Согласно «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» 2.3/2.4.3590-20» в целях профилактики недостаточности витамина С, в ДООУ проводится искусственная С-витаминизация готовых третьих блюд аскорбиновой кислотой (в количестве для детей от 1- 3 лет -35 мг; для детей от 3-7 лет - 50,0мг.)  
Препарат вводят в третье блюдо (компот или кисель) после его охлаждения до температуры 15<sup>0</sup>С (для компота) и 35<sup>0</sup>С (для киселя)  
Витаминизированные блюда не подогреваются.