

"Согласовано"

Директор МБОУ
Старочеркасская СОШ
Для
Кривошапкина Н.Н.

"Утверждено"

ИП Пирцхалаишвили
Пирцхалаишвили Г.Т.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe

I неделя

Понедельник

Завтрак

174	Каша вязкая молочная из риса	250/ 10	6,82	12,92	63,01	397,62	0,07	1,14	65,24	0,26	155,90	187,00	43,40	0,75
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
15	Сыр твёрдый	20	4,64	5,91	-	72,00	0,01	0,15	52,00	0,11	176,00	100,00	7,00	0,20
377	Чай с лимоном	200/ 15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	-	2,83	-	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
405/ 468	Пирожок с творогом	80	10,41	6,97	31,43	231,66	0,13	0,08	28,85	1,69	66,01	128,46	25,28	1,12
	Итого		25,16	26,22	128,96	856,80	0,25	4,20	146,09	2,59	421,31	454,66	91,28	2,87

Обед

112	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,56	2,78	15,69	109,00	0,09	6,08	-	1,45	29,50	57,73	23,80	1,00
271/ 528	Котлеты домашние в красном соусе	100/50	8,06	12,13	8,38	177,46	0,11	0,70	16,20	1,76	22,05	87,70	15,71	1,38
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	8,60	6,09	38,64	243,75	1,39	-	-	-	14,82	203,90	136	4,56
70	Салат из соленых помидор	100	1,13	0,10	3,50	67,43	0,07	0,03	10,50	-	0,70	10,00	35,00	15,00
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,32	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
338	Банан свежий	75	1,13	0,38	15,75	72,00	0,03	7,50	-	0,30	6,00	21,00	31,50	0,45
	Итого		25,83	22,05	143,82	954,27	2,73	14,33	27,43	4,35	87,68	467,31	281,7	50,93

Полдник

	Кондитерские изделия	100	7,50	18,50	67,00	465,00	0,08	-	11,00	3,50	29,00	90,00	20,00	2,10
	Сок фруктовый т/п	200	1,00	0,20	11,20	90,00	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого		8,50	18,70	78,20	555,00	0,10	4,00	11,00	3,70	43,00	104,00	28,00	4,90

Вторник

Завтрак

328	Котлета куриная с соусом красным	80/50	13,52	15,76	16,58	262,40	0,21	1,34	59,36	2,53	60,70	78,08	21,44	1,57
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,32	4,50	38,85	221,50	0,12	-	-	1,04	24,04	159,00	34,21	2,70
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	0,03	5,78	-	2,70	18,74	25,96	11,72	0,50
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	-	1,00	-	-	11,10	2,80	1,40	0,28
338	Банан свежий	75	1,13	0,38	15,75	72,00	0,03	7,50	-	0,30	6,00	21,00	31,50	0,45
	Итого		25,04	27,08	95,27	738,48	0,40	15,62	59,36	7,09	129,78	321,64	113,5	5,94

Обед

96	Рассольник ленинградский	250	2,03	5,10	11,99	107,25	0,19	0,10	8,38	-	2,35	29,15	56,73	24,18
227/528	Рыба припущенная с соусом красным	100/50	11,18	2,48	2,61	135,63	0,15	0,06	0,54	18,4	0,33	18,40	128,8	30,63
128	Пюре картофельное с масл.слив.	180/5	3,72	10,99	21,59	247,03	0,01	0,18	21,36	60	0,30	49,90	104	32,88
21	Салат из соленых огурцов	100	0,85	5,05	2,58	59,10	0,15	4,12	-	0,33	23,73	23,22	13,32	0,62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	-	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20
591	Кисель фруктовый	200	0,40	-	37,80	156,00	-	4,40	-	0,20	22,00	18,00	6,00	0,20
	Итого		21,87	24,10	106,42	856,84	0,50	9,58	30,28	78,9	49,85	152,77	363,4	114

Полдник

406	Пирожок с повидлом	100	5,50	4,99	59,23	304,00	0,09	0,22	16,10	2,21	19,08	59,10	21,17	1,06
	Йогурт	150	7,20	5,25	10,20	117,00	0,06	0,90	33,00	-	183,00	144,00	22,50	0,15
	Итого		12,70	10,24	69,43	421,00	0,15	1,12	49,10	2,21	202,08	203,10	43,67	1,21

Среда

Завтрак

279/528	Тефтели с соусом красным	80/50	5,06	11,72	8,44	162,18	0,14	0,67	11,80	1,50	62,19	60,67	12,71	3,71
203	Макароны отварные с масл.слив.	150/5	5,46	5,79	30,46	195,70	0,06	-	28,57	0,81	12,14	37,57	8,14	0,81
70	Салат из соленых помидор	60	0,68	0,06	19,32	40,46	0,02	6,30	-	0,52	9,20	34,80	13,23	0,44
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	-	1,00	-	-	11,10	2,80	1,40	0,28
	Итого		14,43	17,99	77,94	505,86	0,26	7,97	40,37	3,35	103,83	170,64	48,68	5,68

Обед

101	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	1,98	2,73	12,11	85,75	0,09	8,25	-	1,23	26,70	55,98	22,78	0,88
265	Плов	100/180	30,77	31,53	39,90	601,67	0,11	2,39	-	5,14	26,56	373,74	73,29	4,94
37	Салат картофельный с квашеной капустой	100	1,50	7,85	9,32	113,90	0,05	10,93	-	2,42	25,34	44,03	15,77	0,68

	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08
9	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,32	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
	Итого		38,60	42,68	123,19	1086	1,29	21,59	0,73	9,93	93,21	560,73	151,5	35,04

Полдник

	Кондитерские изделия	100	7,50	18,50	67,00	465	0,08	-	11,00	3,50	29,00	90,00	20,00	2,10
	Сок фруктовый т/п	200	1,00	0,20	11,20	90,00	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого		8,50	18,70	78,20	555	0,10	4,00	11,00	3,70	43,00	104	28,00	4,90

Четверг

Завтрак

234/528	Котлеты рыбные с соусом красным	80/50	7,54	8,57	13,37	161,15	0,05	1,70	31,85	2,77	48,22	110,62	27,65	1,11
128	Пюре картофельное с масл.слив.	150/5	3,10	9,16	17,09	205,86	0,15	17,80	50,00	0,25	41,46	87,03	27,40	1,43
47	Салат из квашеной капусты	60	1,02	0,35	5,07	51,42	0,01	11,89	-	0,11	31,35	20,37	9,61	0,40
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	-	1,00	-	-	11,10	2,80	1,40	0,28
	Итого		14,89	18,50	55,25	525,95	0,25	32,39	81,85	3,65	141,33	255,62	79,26	3,66

Обед

82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,90	10,94	103,75	0,05	10,68	-	2,40	47,23	54,60	26,13	1,23
256	Мясо тушеное	100/50	10,58	28,18	2,56	305,00	0,28	0,18	-	2,58	19,08	126,76	22,60	1,49
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	7,60	5,40	46,62	265,80	0,15	-	-	1,25	28,85	190,80	41,05	3,24
52	Салат из свеклы отварной	100	1,42	6,02	8,27	92,80	0,02	6,65	-	2,70	35,47	40,63	20,70	1,30
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,85	0,32	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
	Итого		25,75	45,07	130,25	1052	1,54	17,53	-	10,1	145,24	499,77	150,1	35,80

Полдник

405/468	Пирожок с творогом	100	13,01	8,71	39,29	289,58	0,16	0,10	36,06	2,11	82,51	160,58	31,60	1,40
	Йогурт	150	7,20	5,25	10,20	117,00	0,06	0,90	33,00	-	183,00	144,00	22,50	0,15
	Итого		20,21	13,96	49,49	406,58	0,22	1,00	69,06	2,11	265,51	304,58	54,10	1,55

Пятница

Завтрак

290/528	Курица тушеная с соусом красным	80/50	9,35	9,33	2,81	132,80	0,03	0,54	24,08	0,40	24,26	63,20	12,95	0,56
302	Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	3,60	4,30	37,53	203,55	0,03	-	-	0,26	5,31	77,89	25,46	0,52
37	Салат картофельный с квашеной капустой	60	0,90	4,71	5,59	68,34	0,03	6,56	-	1,45	15,26	26,42	9,46	0,41

	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	2,10	93,52	0,04	-	-	0,42	6,00	21,00	9,00	0,48
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	-	1,00	-	-	11,10	2,80	1,40	0,28
338	Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	24,00	0,02	23,25	-	0,15	6,75	8,25	6,75	1,65
	Итого	17,38	19,06	55,78	536,21	8,10	10,70	24,08	2,68	68,68	199,56	65,02	3,90	

Обед

102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	0,53	16,54	148,25	0,23	5,83	-	2,43	42,68	88,10	35,58	2,05
279/ 528	Тефтели в соусе красном	100/50	6,79	7,54	8,59	129,13	0,05	0,34	30,00	0,41,	21,50	75,59	15,00	0,61
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	10,34	7,31	46,37	292,50	1,67	-	-	-	17,78	244,68	163,2	5,47
21	Салат из соленых огурцов	100	0,85	5,05	2,58	59,10	0,11	4,12	-	0,33	23,73	23,22	13,32	0,62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,10	32,01	132,80	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70
	Итого	27,82	21,01	135,94	913,61	2,79	11,02	59,36	4,41	152,27	509,53	260,8	20,53	

Полдник

	Кондитерские изделия	100	7,50	18,50	67,00	465,00	0,08	-	11,00	3,50	29,00	90,00	20,00	2,10
	Сок фруктовый т/п	200	1,00	0,20	11,20	90,00	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого	8,50	18,70	78,20	555,00	0,10	4,00	11,00	3,70	43,00	104,00	28,00	4,90	

II неделя

Понедельник

Завтрак

181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250/ 10	6,94	12,18	48,14	330,68	0,09	1,33	65,91	0,59	152,35	134,10	23,07	0,57
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
15	Сыр твёрдый	20	4,64	5,91	-	72,00	0,01	0,15	52,00	0,11	176,00	100,00	7,00	0,20
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40	-	153,00	124,60	21,34	0,48
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	-	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
	Итого	23,90	26,63	85,32	677,80	0,23	3,07	242,31	1,46	512,55	470,30	69,41	2,69	

Обед

112	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,56	2,78	15,69	109,00	0,09	6,08	-	1,45	29,50	57,73	23,80	1,00
271/ 528	Биточки домашние в красном соусе	100/50	8,06	12,13	8,38	177,46	0,11	0,70	16,20	1,76	22,05	87,70	15,71	1,38
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	10,34	7,31	46,37	292,50	1,67	-	-	-	17,78	244,68	163,2	5,47
70	Салат из соленых помидор	100	1,13	0,10	3,50	67,43	0,07	0,03	10,50	-	0,70	10,00	35,00	15,00
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08

	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,32	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
38	Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	24,00	0,02	23,25	-	0,15	6,75	8,25	6,75	1,65
	Итого	26,74	23,19	143,15	955,02	3,00	30,08	27,43	4,35	91,39	495,34	284,1	53,04	

Полдник

	Кондитерские изделия	100	7,50	18,50	67,00	465,00	0,08	-	11,00	3,50	29,00	90,00	20,00	2,10
	Сок фруктовый т/п	200	1,00	0,20	11,20	90,00	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого	8,50	18,70	78,20	555,00	0,10	4,00	11,00	3,70	43,00	104,00	28,00	4,90	

Вторник

Завтрак

294/528	Биточки куриные с соусом красным	80/50	13,52	15,76	16,58	262,40	0,21	1,34	59,36	2,53	60,70	78,08	21,44	1,57
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,33	4,50	38,85	221,50	0,12	-	-	1,04	24,04	159,00	34,21	2,70
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	0,03	5,78	-	2,70	18,74	25,96	11,72	0,50
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	-	1,00	-	-	11,10	2,80	1,40	0,28
338	Банан свежий	75	1,13	0,38	15,75	72,00	0,03	7,50	-	0,30	6,00	21,00	31,50	0,45
	Итого	25,05	27,08	95,27	738,48	0,40	15,62	59,36	7,09	129,78	321,64	113,5	5,94	

Обед

96	Рассольник ленинградский	250	2,03	5,10	11,99	107,25	0,20	0,10	8,38	-	2,35	29,15	56,73	24,18
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	10,94	8,61	8,76	131,25	0,06	5,18	27,39	2,74	60,09	185,54	56	1,19
128	Пюре картофельное с масл.слив.	180/5	3,72	10,99	21,59	247,03	0,01	0,15	21,36	60	0,30	49,90	104	32,88
21	Салат из соленых огурцов	100	0,85	5,05	2,58	59,10	0,15	4,12	-	0,33	23,73	23,22	13,32	0,62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	-	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20
591	Кисель фруктовый	200	0,40	-	37,80	156,00	-	4,40	-	0,20	22,00	18,00	6,00	0,20
	Итого	21,63	30,23	112,57	852,46	0,42	14,67	57,13	63,3	109,61	319,91	290,6	114	

Полдник

406	Пирожок с повидлом	100	5,50	4,99	59,23	304,00	0,09	0,22	16,10	2,21	19,08	59,10	21,17	1,06
	Йогурт	150	7,20	5,25	10,20	117,00	0,06	0,90	33,00	-	183,00	144,00	22,50	0,15
	Итого	12,70	10,24	69,43	421,00	0,15	1,12	49,10	2,21	202,08	203,10	43,67	1,21	

Среда

Завтрак

268/528	Котлеты с соусом красным	80/50	6,58	14,63	8,60	194,00	0,19	2,54	10,10	1,82	13,32	84,39	18,89	1,10
203	Макароньы отварные с масл.слив.	150/5	5,46	5,79	30,46	195,70	0,06	-	28,57	0,81	12,14	37,57	8,14	0,81

	Салат картофельный с квашеной капустой	60	0,90	4,71	5,59	68,34	0,03	6,56	-	1,45	15,26	26,42	9,46	0,41
Р	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
377	Чай с лимоном	200/ 15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	-	2,83	-	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
	Итого		16,23	25,55	79,17	613,56	0,32	11,93	38,67	4,61	64,12	187,58	52,09	3,12

Обед

101	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	1,98	2,73	12,11	85,75	0,09	8,25	-	1,23	26,71	55,98	22,78	0,88
291	Плов из птицы	100/ 180	24,36	15,05	51,36	438,91	0,15	8,66	27,99	0,71	66,63	252,04	77,69	2,84
70	Салат из соленых помидор	100	1,13	0,10	3,50	67,43	0,07	0,03	10,50	-	0,70	10,00	35,00	15,00
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08
405/ 468	Пирожок с творогом	70	9,11	6,10	27,50	202,70	0,11	0,07	25,24	1,48	57,76	112,4	22,12	0,98
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,32	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
	Итого		40,93	24,55	156,33	1079,4	1,46	17,03	63,73	4,56	166,41	517,4	197,2	48,24

Полдник

	Кондитерские изделия	100	7,50	18,50	67,00	465	0,08	-	11,00	3,50	29,00	90,00	20,00	2,10
	Сок фруктовый т/п	200	1,00	0,20	11,20	90,00	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого		8,50	18,70	78,20	555	0,10	4,00	11,00	3,70	43,00	104	28,00	4,90

Четверг

Завтрак

239/ 528	Тефтели рыбные с соусом красным	80/50	7,49	8,89	12,92	162,05	0,07	1,82	31,70	2,89	65,67	112,59	21,18	0,70
128	Пюре картофельное с масл.слив.	150/5	3,10	9,16	17,09	205,86	0,15	17,80	50,00	0,25	41,46	87,03	27,40	1,43
47	Салат из квашеной капусты	60	1,02	0,35	5,07	51,42	0,01	11,89	-	0,11	31,35	20,37	9,61	0,40
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	-	1,00	-	-	11,10	2,80	1,40	0,28
	Итого		14,84	18,82	54,80	526,85	0,27	32,51	81,70	3,77	158,78	257,59	72,79	3,25

Обед

82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,90	10,94	103,75	0,05	10,68	-	2,40	47,23	54,60	26,13	1,23
260	Гуляш	100/50	14,55	16,78	2,89	221,00	0,03	0,93	-	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	7,60	5,40	46,62	265,80	0,15	-	-	1,25	28,85	190,80	41,05	3,24
52	Салат из свеклы отварной	100	1,42	6,02	8,25	92,80	0,02	6,65	-	2,70	35,47	40,63	20,70	1,30
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,32	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46

	Итого	29,72	33,67	130,56	967,98	1,29	18,28	-	10,1	147,97	527,16	149,6	37,37
--	--------------	-------	-------	--------	--------	------	-------	---	------	--------	--------	-------	-------

Полдник

05/468	Пирожок с творогом	100	13,01	8,71	39,29	289,58	0,16	0,10	36,06	2,11	82,51	160,58	31,60	1,40
	Йогурт	150	7,20	5,25	10,20	117,00	0,06	0,90	33,00	-	183,00	144,00	22,50	0,15
	Итого	20,21	13,96	49,49	406,58	0,22	1,00	69,06	2,11	265,51	304,58	54,10	1,55	

Пятница

Завтрак

288/528	Курица отварная с соусом красным	80/50	19,58	16,45	1,60	241,60	0,16	2,53	46,08	0,88	57,92	146,08	20,86	1,70
302	Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	3,60	4,33	37,53	203,55	0,03	-	-	0,26	5,31	77,89	25,46	0,52
37	Салат картофельный с квашеной капустой	60	0,90	4,71	5,59	68,34	0,03	6,56	-	1,45	15,26	26,42	9,46	0,41
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	2,10	93,52	0,04	-	-	0,42	6,00	21,00	9,00	0,48
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	0,40	14,00	-	1,00	-	-	11,10	2,80	1,40	0,28
338	Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	24,00	0,02	23,25	-	0,15	6,75	8,25	6,75	1,65
	Итого	27,61	26,21	54,57	645,01	10,09	10,70	46,08	3,16	102,34	282,44	72,93	5,04	

Обед

102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	0,53	16,54	148,25	0,23	5,83	-	2,43	42,68	88,10	35,58	2,05
268/528	Котлеты с соусом красным	100/50	10,06	11,49	10,75	188,75	0,05	0,50	12,63	2,28	17,48	115,24	22,80	12,63
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	10,34	7,31	46,37	292,50	1,67	-	-	-	17,78	244,68	163,2	5,47
21	Салат из соленых огурцов	100	0,85	5,05	2,58	59,10	0,15	4,12	-	0,33	23,73	23,22	13,32	0,62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,69	0,48	29,85	151,83	0,72	-	-	1,14	14,10	54,50	16,20	11,08
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,32	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
	Итого	31,09	24,95	138,10	973,23	3,14	10,47	59,36	6,18	116,28	558,22	274,5	49,31	

Полдник

	Кондитерские изделия	100	7,50	18,50	67,00	465,00	0,08	-	11,00	3,50	29,00	90,00	20,00	2,10
	Сок фруктовый т/п	200	1,00	0,20	11,20	90,00	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого	8,50	18,70	78,20	555,00	0,10	4,00	11,00	3,70	43,00	104,00	28,00	4,90	

Использованы нормативные документы: " Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях " / Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2017 г.

" Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под редакцией Ф.Л. Марчука, 1996 г.