

Согласовано:

директор МКОУ СОШ № 1 Нижние Серги

М.Ф.У. Мартынова/



Утверждаю:

ООО «Комбинат школьного питания»

/Е.М. Горелова/

2024 г.



Примерное 10-дневное меню горячих завтраков и обедов для детей с ограниченными возможностями 11 лет и старше,
обучающихся в общеобразовательных учреждениях,
(всесезонное, 2-разовое питание)

Использованы:

Методические рекомендации по питанию детей в организованных коллективах, Часть III Сборник технологических карт
(для питания детей), Екатеринбург, 2018 (УДК 613.2 ISBN 978-5-93025-114-2)

МЕНЮ

МБОУ СОШ № 1 ДОВЗ 11 лет и старше

СанПин 2.3/2.4.3590-20

№	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
I день																	
Завтрак																	
1.3	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,24	3,75	8,14	0,64	33,02	228,53	142,74	33,73	154,21	0,64	30,3	56,59	0,18	0,09	0,66
6.10	Какао с молоком	200	3,64	2,9	3,34	0,6	22,81	135	110,63	26,97	101,09	0,9	12	22,12	0,01	0,03	0,52
1.1	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77	0,27	14,27	201	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак '		15,62	6,81	26,69	1,95	90,79	670,28	265,17	70,10	292,90	2,36	122,30	168,91	0,67	0,16	1,18
Обед																	
6.2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,83	0,13	3,01	2,68	7,48	68	39,19	19,2	39,95	0,65	4,5	310,63	1,27	0,04	13,56
9.4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	6,49	2,71	7,92	0,54	50,55	298	117,26	38,72	157,37	0,67	43,75	48,75	0,28	0,07	0,49
17.10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,00	0,10	0,10	14,60	55,74	4,37	1,14	1,12	0,22	0	65,1	0,26	0,01	39
	Фрукты		0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
	Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,50	0,00	0,26	132,13	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,34	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,00	0,42	0,42	14,60	67,68	12,25	16,45	55,3	1,37	0	0,35	0,49	0,06	0
	Итого за 'Обед '		15,6	3	26,94	4,73	133,03	829,528	201,87	89,01	276,24	6,25	128,25	522,33	2,8	0,23	68,05
	Итого за день		31,22	9,81	53,63	6,68	223,82	1499,81	467,04	159,11	569,14	8,61	250,55	691,24	3,47	0,39	69,23

2 день

Завтрак

Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	250	6,38	3,75	8,14
Масло сливочное	20	0,16	0,16	14,50
Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21
Хлеб пшеничный витаминизированный	45	2,98	0,00	0,30
Хлеб ржаной	35	1,98	0,00	0,36
Итого за 'Завтрак '		14,64	6,75	26,51
Обед				
Суп гороховый	250	6,03	0	5,49
Мясо кур отварное (порц.)	100	23,46	23,42	19,74
Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06
Каша перловая с овощами	180	5,89	0,06	5,27
Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,00	0,26
Хлеб ржаной	30	1,70	0,00	0,31
Итого за 'Обед '		40,82	23,56	38,38
Итого за день		55,46	30,31	64,89

0,64	30,87	226	143,91	47,85	162,4	1,13	30,3	56,45	0,25	0,09	0,66
0,00	0,26	132,13	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
0,07	14,39	96	116,69	13,3	83,7	0,13	20	22	0	0,03	0,52
0,30	21,11	100,76	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
1,37	79,14	613,433	275,9	75,25	299,5	2,47	130,3	168,75	0,87	0,17	1,18
5,49	20,51	164	33,18	36,43	88,33	2,09	0	252,28	2,43	0,23	5,65
0,00	0,34	272,63	20,52	19,7	166,65	1,86	50,05	102,96	0,72	0,06	0,86
0,06	23,18	88	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
0,71	44,58	240,20	43,42	40,44	197,06	1,44	19,44	1098,45	0,96	0,08	0,96
0,00	0,13	66	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0
0,26	18,76	89,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,31	10,72	49,73	9	12,09	40,63	1	0	0,26	0,36	0,05	0
6,83	118,22	969,847	139,85	128,61	522,83	7,06	109,49	1615,55	5,67	0,44	7,79
8,2	197,36	1583,28	415,75	203,86	822,33	9,53	239,79	1784,3	6,54	0,61	8,97

3 день

Завтрак

173	Макаронные изделия отварные с сыром	250	11,12	3,34	7,8	1	46,31	310	127,59	16,4	123,05	1,14	30,75	57,88	1,33	0,07	0,04
11	Бутерброд с маслом	50	3,12	0,08	7,61	0,36	18,89	158,08	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0
110	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,7	39	2,18	0,56	1	0,06	0	0,1	0,01	0	0,78
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак '		17,4	3,54	26,7	1,78	93,37	699,98	142,77	26,36	163,14	2,02	130,75	170,67	1,87	0,11	0,82
	Обед																
	Огурец соленый	80	0,63	0,00	0,08	0,08	1,96	11,20	18,03	10,98	18,82	0,47	0	4	0,08	0,02	3,92
182	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,21	0	2,45	2,45	21,69	127	18,29	22,93	59,69	1	0	242,1	1,24	0,1	6,12
13	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,4	0,62	24,45	159	42,83	36,55	104,61	1,36	22,5	30,06	0,21	0,14	6,54
127	Котлета рыбная с овощами (минтай)	100	13,93	12,63	2,02	0,14	9,68	112,05	63,37	48,59	210,97	0,9	27,13	264,15	0,32	0,1	1,73
110	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,84	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Масло сливочное	15	0,12	0,12	10,88	0,00	0,20	99,10	3,6	0	4,5	0,03	60	67,5	0,15	0	0
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,34	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	16,68	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	Итого за 'Обед '		28,31	13,40	20,72	4,18	112,64	758,34	160,41	137,85	461,79	5,35	109,63	608,21	2,56	0,43	18,31
	Итого за день		45,71	16,94	47,42	5,96	206,01	1458,32	303,18	164,21	624,93	7,37	240,38	778,88	4,43	0,54	19,13

4 день
Завтрак

10	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	7,46	2,94	6,58	0,65	38,41	251	145,23	34,12	229,46	0,92	24	44,5	0,8	0,13	0,52
13	Бутерброд с сыром	40	5,90	4,21	4,00	0,22	10,24	102,36	140,8	7,66	83,52	0,1	20,16	38,08	0,06	0	0,04
10	Чай с сахаром	200	0,08	0	0,02	0,02	9,8	38	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Фрукты		0,50	0,00	0,50	0,50	14,50	60,85	20	11,25	13,75	2,75	0	6,25	0,25	0,04	12,5
	Итого за 'Завтрак '		17,24	7,15	11,54	1,83	93,64	558,243	313,32	62,43	358,33	4,58	44,16	89,03	1,39	0,21	13,06
	Обед																
12	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,13	5,42	5,41	16,6	131	25,99	25,9	73,12	0,97	4,5	311	2,46	0,08	7,21
8	Гуляш из мяса свинины	100	12,38	10,91	32,64	0,03	5,37	363,67	13,48	21,1	138,77	1,49	17	22,5	0,4	0,3	0,45
10	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	0,05	6,67	2,41	48,24	280,56	24,4	141,86	209,54	4,91	24	28,49	0,66	0,27	0
10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,00	0,10	0,10	14,60	55,74	4,37	1,14	1,12	0,22	0	65,1	0,26	0,01	39
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	Итого за 'Обед '		31,65	11,09	45,70	8,82	126,19	1042,77	82,24	208,80	485,75	9,15	45,50	427,49	4,34	0,73	46,66
	Итого за день		48,89	18,24	57,24	10,65	219,83	1601,02	395,56	271,23	844,08	13,73	89,66	516,52	5,73	0,94	59,72

5 день

Завтрак

74	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,24	3,75	8,14
10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02
11	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32
	Масло сливочное	15	0,12	0,12	10,88
	Йогурт стакан	100	0,03	0	0,02
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0	0,2
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24
Итого за 'Завтрак '			15,07	9,13	24,82

Обед

11	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	100	1,15	0,00	5,96
12	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,83	0,13	3,01
13	Плов из мяса кур	250	22,90	18,84	18,59
14	Кисель из концентрата	200	0	0	0
	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,00	0,33
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36
Итого за 'Обед '			31,17	18,97	28,25
Итого за день			46,24	28,10	53,07

0,64	32,06	229	144,76	33,85	154,62	0,66	30,3	56,59	0,18	0,09	0,66
0,02	9,7	39	2,18	0,56	1	0,06	0	0,1	0,01	0	0,78
0,00	0,00	70,12	200	11	120	0,14	42	47,6	0,08	0,01	0,14
0,00	0,20	99,10	3,6	0	4,5	0,03	60	67,5	0,15	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,2	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
1,1	62,65	542,557	357,54	54,81	311,72	1,67	132,3	171,99	0,7	0,14	1,58

5,96	10,94	96,95	24,07	33,76	48,98	0,63	0	1850	3,01	0,04	1,59
2,68	7,48	68	39,19	19,2	39,95	0,65	4,5	310,63	1,27	0,04	13,56
2,72	47,91	449	29,26	44,07	207,74	2,16	40,25	422,8	2,23	0,08	1,39
0	6,77	28	0,08	0	0	0,01	0	0	0	0	0
0,33	23,45	111,95	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
12,05	109,06	812,29	103,10	111,13	344,07	4,62	44,75	2583,73	6,93	0,21	16,54
13,15	171,71	1354,85	460,64	165,94	655,79	6,29	177,05	2755,72	7,63	0,35	18,12

6 день

Завтрак

74	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,24	3,75	8,14
13	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77
10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21
	Сок 0,2 л	200	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0	0,2
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24
Итого за 'Завтрак '			15,12	6,75	26,56

Обед

7	Борщ со сметаной	250	2,13	0,13	5,25
13	Макаронные изделия отварные	180	8,01	2,4	5,61
18	Бефстроганов из филе курицы	60/60	22,91	1,70	8,43
10	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3,97	0	0,39
	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48
Итого за 'Обед '			30,64	13,77	33,09
Итого за день			45,76	20,52	59,65

0,64	32,06	229	144,76	33,85	154,62	0,66	30,3	56,59	0,18	0,09	0,66
0,27	14,27	201	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
0,07	14,39	96	116,69	13,3	83,7	0,13	20	22	0	0,03	0,52
0,00	0,20	0,61	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,2	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
1,42	81,61	632,5	273,25	56,55	275,92	1,61	130,3	168,79	0,66	0,16	1,18

5,22	10,54	103	40,02	21,11	47,15	0,93	4,5	210,55	2,4	0,04	10,81
0,72	33,34	223	91,87	11,81	88,59	0,82	22,14	41,67	0,96	0,05	0,03
0,09	7,91	198,35	74,66	9,82	61,65	0,2	30,6	40,2	0,16	0,03	0,41
0,02	9,84	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
0,39	28,02	134	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,48	13,36	77	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
19,1	119,29	930,09	208,75	84,97	355,45	7,8	62,98	321,79	9,81	0,28	25,4
20,52	200,9	1562,59	482	141,52	631,37	9,41	193,28	490,58	10,47	0,44	26,58

7 день

Завтрак

4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	6,64	2,94	6,36
	Йогурт стакан	100	0,03	0	0,02
13	Бутерброд с маслом	50	2,78	0,12	11,19
10	Чай с сахаром	200	0,08	0	0,02
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,00	0,26
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24
Итого за 'Завтрак '			13,49	3,06	18,09
Обед					
	Огурец соленый	80	0,63	0,00	0,08
2	Суп гороховый	250	6,03	0	5,49
1	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,4
8	Тефтели из мяса свинины с рисом	100	10,72	8,69	25,96
	Сок	200	1,00	0,00	0,20
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,00	0,26
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36
Итого за 'Обед '			26,73	9,34	36,75
Итого за день			40,22	12,40	54,84

0,4	35,53	229	117,1	18,64	109,84	0,49	24	44,5	0,65	0,07	0,52
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,32	16,61	179,61	3,6	0	4,5	0,03	60	67,5	0,15	0	0
0,02	9,8	38	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
0,26	18,76	89,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,24	8,34	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
1,24	89,04	575,13	127,99	28,04	145,94	1,33	84	112,2	1,08	0,11	0,52
0,08	1,96	11,20	18,03	10,98	18,82	0,47	0	4	0,08	0,02	3,92
5,49	20,51	164	33,18	36,43	88,33	2,09	0	252,28	2,43	0,23	5,65
0,62	24,45	159	42,83	36,55	104,61	1,36	22,5	30,06	0,21	0,14	6,54
0,18	13,08	327	18,47	23,52	129,47	1,46	20	22,5	0,47	0,29	3
0,00	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
0,26	18,76	89,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
6,99	111,87	895,28	137,01	129,58	402,63	9,35	42,50	309,14	3,81	0,75	23,11
8,23	200,91	1470,41	265,00	157,62	548,57	10,68	126,50	421,34	4,89	0,86	23,63

8 день

Завтрак

4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	7,98	2,95	9,26	2,79	33,99	257	130,88	62,87	209	1,55	27	50,13	0,78	0,18	0,52
13	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77	0,27	14,27	201	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
7/10	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,80	38	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Сок 0,2л	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак '		13,80	3,11	24,49	3,52	78,75	601,80	142,97	72,27	246,6	2,39	107	140,33	1,26	0,21	0,52
	Обед																
9/2	Суп-пюре из картофеля	250	3,20	1,44	3,66	0,32	15,51	111	72,2	26,14	88,12	0,79	20	224,35	0,17	0,1	6,06
9/2	Гренки (сухарики)	30	2,57	0,00	0,25	0,29	16,12	81	6,34	4,38	20,36	0,34	0	0	0,4	0,03	0
8	Запеканка (сырники) из творога	190	32,11	30,90	18,24	1,92	25,09	398	270,41	39,47	350,78	0,98	106,5	121,98	1,43	0,07	0,44
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,70	0,00	11,10	63	61,4	6,8	43,8	0,04	8,4	9,4	0,04	0,01	0,2
9/10	Чай с лимоном	200	0,23	0,00	0,05	0,05	14,68	57,68	2,32	0,56	1	0,07	0	0,1	0,01	0	0,78
	Фрукты		0,50	0,00	0,50	0,50	14,50	60,85	20	11,25	13,75	2,75	0	6,25	0,25	0,04	12,5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,76	89,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Обед '		44,01	33,78	24,90	3,58	122,44	899,74	439,67	98,00	549,41	5,75	134,90	362,28	2,58	0,29	19,98
	Итого за день		57,81	36,89	49,39	7,10	201,19	1501,54	582,64	170,27	796,01	8,14	241,90	502,61	3,84	0,50	20,50

9 день

Завтрак

4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	6,49	2,71	7,92
7/10	Чай с сахаром	200	0,08	0	0,02
	Фрукты		0,50	0,00	0,50
	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,00	0,20
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24
Итого за 'Завтрак '			10,45	2,79	16,13
Обед					
1/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98
10/2	Рассольник домашний со сметаной	250	2,23	0,13	5,38
11/3	Капуста тушеная	180	4,2	0	3,42
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,83	13,48	12,44
6/10	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3,97	0	0,39
	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48
Итого за 'Обед '			36,78	21,50	30,15
Итого за день			47,23	24,29	46,28

0,54	48,98	298	119,49	38,86	157,81	0,69	43,75	48,75	0,28	0,07	0,49
0,02	9,8	38	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
0,50	14,50	60,85	20	11,25	13,75	2,75	0	6,25	0,25	0,04	12,5
0,00	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0
0,20	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
1,5	94,1	568,745	149,18	59,51	206,16	4,27	83,75	100,2	0,91	0,15	12,99
0,00	0,00	105,18	300	16,5	180	0,21	63	71,4	0,12	0,01	0,21
5,36	13,74	118	31,18	24,74	59,75	0,94	4,5	211,6	2,39	0,08	10,51
3,89	16,28	121	98,27	36,54	73,23	1,34	0	366,12	1,94	0,06	37,56
1,59	9,29	208,70	39,96	15,81	126,19	1,21	45,44	58,78	1,25	0,06	0,33
0,06	23,18	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
0,39	28,02	134	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,48	13,36	77	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
11,77	103,87	852,19	514,74	132,34	529,53	5,91	112,94	824,90	7,36	0,30	48,93
13,27	197,97	1420,93	663,92	191,85	735,69	10,18	196,69	925,10	8,27	0,45	61,92

10 день

Завтрак

0/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	6,49	2,71	7,92	0,54	48,98	298	119,49	38,86	157,81	0,69	43,75	48,75	0,28	0,07	0,49
0/13	Бутерброд с сыром	60	8,71	6,05	6,43	0,32	16,35	161	229,99	12,65	137,99	0,16	48,3	54,74	0,09	0,01	0,16
	Сок 0,2 л	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,61	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,7	39	2,18	0,56	1	0,06	0	0,1	0,01	0	0,78
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак'		18,62	8,76	14,81	1,32	95,92	604,448	358,66	61,47	328,4	1,69	92,05	103,79	0,66	0,12	1,43
	Обед																
1/2	Суп-пюре из разных овощей	250	3,21	1,1	4,96	0,24	12,24	111	70,6	23,65	77,1	0,73	27,5	339,53	0,28	0,07	6,9
10/2	Гренки (сухарней)	25	2	0,00	0,21	0,24	14	67	5,28	3,65	16,97	0,29	0	0	0,33	0,02	0
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	2,35	5,26	0,52	33,67	201	116	27,3	183,57	0,73	19,2	35,6	0,64	0,1	0,42
5/9	Биточки (котлеты) из мяса свинины	90	10,88	9,67	18,64	1,46	8,22	245	30,57	17,83	113	1,15	3,6	4,95	1,11	0,33	0,06
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,00	0,06	0,06	23,18	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,76	89,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	39	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Обед'		27,18	13,12	29,63	3,02	116,89	840,17	260,96	101,78	449,40	4,33	50,30	496,88	3,74	0,58	7,70
	Итого за день		45,80	21,88	44,44	4,34	212,81	1444,61	619,62	163,25	777,80	6,02	142,35	600,67	4,40	0,70	9,13

ООО «Комбинат школьного питания»

Всего прошито, пронумеровано

и скреплено печатью

11 (одиннадцать) листов

Ген. Директор

ООО «ШП»

/Горелова Е.М.

