

УТВЕРЖДАЮ

Директор Муниципального бюджетного
 общеобразовательного учреждения
 "Лицей № 1 г.Инты"

_____ Н.А.Веренич
 _____ 2024 год

**Примерное двухнедельное меню
 школьных горячих завтраков и обедов, пищевой ценности приготавливаемых блюд
 для организации питания обучающихся 1-4 классов,
 на осенне-зимний период на 2024 год.**

№ рецепту ры	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г		Жиры, г		Углеводы	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Энергети ческая ценность, ккал
			общ	жив	общ	раст	общие углеводы	В1	С	А мгк	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	11	12	13	14	15	16	17	18	19
День 1 (понедельник)																
Завтрак																
71	Овощи свежие порционно (огурец)	60	0,48	0,00	0,06	0,06	1,02	0,03	8,77	2,45	0,00	15,50	28,00	17,00	0,70	17,00
260	Гуляш из свинины	100	15,20	14,50	23,10	6,73	5,12	0,05	0,74	32,80	0,00	43,32	171,15	22,45	2,40	290,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	0,04	6,09	2,29	38,64	0,21	0,00	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56	243,75
377	чай с лимоном	200/8	0,10	0,00	0,00	0,00	15,20	0,00	2,80	0,00	0,00	14,24	4,00	2,00	0,40	61,00
ПР	хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00
	Итого за завтрак		26,99	14,54	30,09	9,92	89,54	0,36	22,31	35,25	0,56	113,08	460,48	196,28	11,50	750,71
Обед																
24	Салат из свежих овощей	100	1,77	1,77	0,12	0,12	3,28	0,04	14,10	0,00	2,60	17,00	32,00	16,00	0,70	45,00
102	Суп картофельный с бобовыми	250	4,39	0,00	4,22	4,22	13,22	0,18	4,66	0,00	0,00	34,14	70,48	28,48	1,64	118,60
295	Котлеты рубленые из грудки	100	13,91	12,09	26,73	4,25	11,82	0,09	0,95	83,09	0,00	50,49	88,67	18,91	1,29	352,73
202	Макароны отварные	180	6,62	0,05	5,42	0,94	30,39	0,07	0,00	0,00	0,00	5,83	44,60	25,34	1,33	202,14
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,00	0,30	0,30	47,26	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	196,38
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95
	Итого за обед		30,55	13,91	37,34	34,53	107,17	0,40	20,51	83,09	3,25	124,80	334,75	134,23	7,47	1029,80
	Итого за день		57,54	28,45	67,43	44,45	196,71	0,76	42,82	118,34	3,81	237,88	795,23	330,51	18,97	1780,51
День 2 (вторник)																
Завтрак																

223	Запеканка творожная	200	29,23	27,71	22,11	0,20	56,00	47,03	8,97	0,12	0,94	130,00	391,17	53,11	1,29	540,00
ПР	Молоко сгущеное	30	2,13	2,13	1,50	0,00	16,56	0,01	0,20	5,00	0,02	63,40	45,80	6,80	0,04	58,84
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,80	2,67	0,13	0,93	0,03	1,47	0,00	0,00	158,67	132,00	29,33	2,40	155,20
ПР	Батон	40	3,95	0,00	0,50	0,50	23,10	0,05	0,00	0,00	0,65	11,50	43,50	16,50	0,55	116,90
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00
	Итого за завтрак		39,31	32,64	27,18	1,23	106,39	47,15	20,64	5,12	1,81	379,57	623,47	114,74	6,48	917,94
Обед																
84	Борщ с фасолью и картофелем	250	2,85	0,00	4,09	4,09	11,33	0,08	5,36	0,00	0,00	43,34	79,60	27,56	1,38	102,20
267	Шницель натуральный рубленый	100	15,62	13,92	54,60	6,59	8,23	0,48	0,00	49,38	0,00	15,15	181,64	32,54	2,70	465,00
302	Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180/30	10,89	0,22	9,07	2,79	48,76	0,25	0,70	10,35	0,00	27,88	256,10	166,59	5,63	320,19
342	Компот из клюквы	200	0,52	0,00	0,18	0,18	28,86	0,01	27,60	0,00	0,00	23,70	18,40	13,42	0,71	122,60
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95
	Итого за обед		29,36	14,14	67,76	13,47	68,32	0,81	6,06	59,73	0,00	86,37	517,34	226,69	9,71	887,39
	Итого за день		68,67	46,78	94,94	14,70	174,71	47,96	26,70	64,85	1,81	465,94	1140,81	341,43	16,19	1805,33
День 3 (среда)																
Завтрак																
47	Салат из квашеной капусты	60	1,03	0	3	3	5,08	0,01	11,89	0	0	31,34	20,37	9,61	0,04	51,42
259	Жаркое по домашнему	200	18,51	15,95	6,51	18,95	0,14	7,73	0,00	0,00	0,00	34,86	235,14	48,55	4,41	337,14
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,00	0,02	0,02	15,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	60,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00
	Итого за завтрак		22,22	15,95	10,37	22,81	49,78	7,81	21,92	0,00	0,56	102,50	311,71	78,56	8,17	587,52
Обед																
67	Винегрет овощной	100	1,73	0,00	7,14	7,14	6,01	0,06	8,90	0,00	0,00	41,26	43,50	21,45	0,91	95,20
96	Рассольник Ленинградский	250	2,02	0,00	5,09	5,09	11,98	0,09	8,37	0,00	0,00	29,15	56,72	24,17	0,92	107,25
282	Оладьи из печени	100/10	16,98	15,96	20,51	9,07	6,95	0,24	86,60	72,50	0,00	21,84	248,20	16,76	12,75	298,18
304	Рис отварной	180	4,33	0,05	5,19	0,62	45,04	0,04	0,00	0,00	0,00	6,37	93,49	30,55	0,62	244,26
342	Компот из вишни	200	0,52	0,00	0,18	0,18	28,86	0,01	27,60	0,00	0,00	23,70	18,40	13,42	0,71	122,60
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95
	Итого за обед		25,06	16,01	37,93	21,92	69,98	0,43	103,87	72,50	0,00	98,62	441,91	92,93	15,20	744,89
	Итого за день		47,28	31,96	48,30	44,73	119,76	8,24	125,79	72,50	0,56	201,12	753,62	171,49	23,37	1332,41
День 4 (четверг)																
Завтрак																
24	Салат из свежих овощей	60	1,77	1,77	0,12	0,12	3,28	0,04	14,10	0,00	2,60	17,00	32,00	16,00	0,70	45,00
17	Котлеты(биточки) рыбные	100	8,10	7,07	6,36	5,38	4,10	2,11	1,98	0,04	0,59	26,24	136,92	17,96	1,92	114,00
304	Рис отварной	150	3,60	0,04	4,33	0,52	37,53	0,03	0,00	0,00	0,00	5,31	77,91	25,46	0,52	203,55

377	Чай с лимоном	200/8	0,10	0,00	0,00	0,00	15,20	0,00	2,80	0,00	0,00	14,24	4,00	2,00	0,40	61,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00
	Итого за завтрак		16,18	8,88	11,65	6,86	89,67	2,25	28,88	0,04	3,75	87,99	304,23	80,42	6,98	562,51
Обед																
49	Салат витаминный	100	1,57	0,00	6,22	6,22	8,79	0,05	32,90	0,00	0,20	31,96	33,86	16,64	0,60	95,70
112	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,57	0,00	2,78	2,78	15,68	0,09	6,07	0,00	0,00	29,50	57,72	23,80	1,00	109,00
278	Тефтели мясные	90/20	13,17	11,25	15,61	4,49	12,85	0,20	1,48	19,29	0,00	45,38	92,61	29,92	5,15	248,00
312	Пюре картофельное	180	3,72	0,82	10,99	0,58	21,58	0,17	21,36	60,00	0,00	49,99	104,43	32,88	1,23	207,43
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,00	0,02	0,02	15,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	60,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95
	Итого за обед		23,73	12,07	36,15	38,77	60,10	0,51	61,81	79,29	0,65	168,33	341,62	115,74	9,53	775,08
	Итого за день		39,91	20,95	47,80	45,63	149,77	2,76	90,69	79,33	4,40	256,32	645,85	196,16	16,51	1337,59
День 5 (пятница)																
Завтрак																
71	Овощи порционно (огурец)	60	0,42	0,00	0,06	0,06	1,14	0,00	0,02	2,94	0,00	10,20	18,00	8,40	0,30	7,20
284	Запеканка картофельная	200/10	24,29	20,06	27,24	9,38	30,18	0,36	6,92	28,97	0	61,48	410,08	153,73	5,55	470,69
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,00	0,02	0,02	15,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	60,00
ПР	Батон	40	3,95	0,00	0,50	0,50	23,10	0,05	0,00	0,00	0,65	11,50	43,50	16,50	0,55	116,90
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00
	Итого за завтрак		29,13	20,06	28,22	10,36	79,22	0,44	16,97	31,91	0,85	110,28	485,38	189,03	8,88	701,79
Обед																
42	Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	100	1,75	0,00	6,18	6,18	9,24	0,08	13,04	0,00	0,00	15,91	47,32	18,72	0,75	99,50
88	Щи из свежей капусты	250	1,76	0,00	4,95	4,95	7,90	0,06	15,77	0,00	0,00	49,25	49,00	22,12	0,82	89,75
7	Птица отварная	100	23,57	23,42	16,28	0,00	0,57	0,57	4,70	0,03	0,57	35,70	158,57	22,85	1,57	242,86
202	Макароны отварные	180	6,62	0,05	5,42	0,94	30,39	0,07	0,00	0,00	0,00	5,83	44,60	25,34	1,33	202,14
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,00	0,30	0,30	47,26	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	196,38
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95
	Итого за обед		34,86	23,47	33,13	12,37	95,36	0,80	34,31	0,03	0,77	112,53	345,49	122,03	5,43	830,63
	Итого за день		63,99	43,53	61,35	22,73	174,58	1,24	51,28	31,94	1,62	222,81	830,87	311,06	14,31	1532,42
День 6 (понедельник)																
Завтрак																
24	Салат из свежих овощей	60	1,77	1,77	0,12	0,12	3,28	0,04	14,10	0,00	2,60	17,00	32,00	16,00	0,70	45,00
295	Котлета рубленая из грудки	100	13,91	12,09	26,73	4,25	11,82	0,09	0,95	83,09	0,00	50,49	88,67	18,91	1,29	352,73
202	Макароны отварные	150	6,78	0,00	0,81	0,81	34,85	0,68	0,02	0,00	0,95	6,84	42,84	9,72	0,94	174,00

377	Чай с лимоном	200/8	0,10	0,00	0,00	0,00	15,20	0,00	2,80	0,00	0,00	14,24	4,00	2,00	0,40	61,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00
	Итого за завтрак		25,17	13,86	28,50	6,02	94,71	0,88	27,87	83,09	4,11	113,77	220,91	65,63	6,77	771,69
Обед																
71	Овощи свежие порционно	100	1,77	1,77	0,12	0,12	3,28	0,04	14,10	0,00	2,60	17,00	32,00	16,00	0,70	45,00
99	Суп из овощей	250	1,59	0,00	4,99	4,99	9,15	0,07	10,37	0,00	0,00	34,85	49,27	20,75	0,77	95,25
260	Гуляш из свинины	100	15,20	14,50	23,10	6,73	5,12	0,05	0,74	32,80	0,00	43,32	171,15	22,45	2,40	290,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,89	0,22	9,07	2,79	48,76	0,25	0,70	10,35	0,00	27,88	256,10	166,59	5,63	320,19
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,00	0,02	0,02	15,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	60,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95
	Итого за обед		32,22	16,49	37,85	39,35	82,51	0,41	25,94	43,15	3,05	145,65	564,32	239,69	11,33	925,39
	Итого за день		57,39	30,35	66,35	45,37	177,22	1,29	53,81	126,24	7,16	259,42	785,23	305,32	18,10	1697,08
День 7 (вторник)																
Завтрак																
267	Шницель рубленый натуральный	100	15,62	13,92	54,60	6,59	8,23	0,48	0,00	49,38	0,00	15,15	181,64	32,54	2,70	465,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	0,04	6,09	2,29	38,64	0,21	0,00	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56	243,75
456	Соус красный основной	30	0,57	0,17	1,76	0,04	2,39	1,07	1,32	0,01	0,07	10,35	0,00	11,39	3,60	27,69
377	Чай с лимоном	200/8	0,10	0,00	0,00	0,00	15,20	0,00	2,80	0,00	0,00	14,24	4,00	2,00	0,40	61,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00
Обед																
104	Суп картофельный с фрикадельками	250	2,19	0,00	2,78	2,78	15,39	0,12	11,07	0,00	0,00	29,70	72,22	29,67	1,15	106,00
223	Запеканка из творога	200	29,23	27,71	22,11	0,20	56,00	47,03	8,97	0,12	0,94	130,00	391,17	53,11	1,29	540,00
пр	Молоко сгущеное	50	2,88	2,88	3,40	0,00	22,20	0,02	0,40	0,02	0,08	122,80	87,60	13,60	0,00	131,20
342	Компот из клюквы	200	0,52	0,00	0,18	0,18	28,86	0,01	27,60	0,00	0,00	23,70	18,40	13,42	0,71	122,60
ПР	Батон	50	3,95	0,00	0,50	0,50	24,15	23,10	0,00	0,00	0,65	11,50	43,50	16,50	0,55	116,90
	Итого за обед		35,89	27,71	25,57	3,66	124,40	70,26	47,64	0,12	1,59	194,90	525,29	112,70	3,70	885,50
	Итого за день		36,29	27,71	25,97	4,06	134,20	70,29	57,64	0,12	1,79	210,90	536,29	121,70	5,90	932,50
День 8 (среда)																
Завтрак																
67	Винегрет овощной	60	1,73	0,00	7,14	7,14	6,01	0,06	8,90	0,00	0,00	41,26	43,50	21,45	0,91	95,20
282	Оладьи из печени	100/10	16,98	15,96	20,51	9,07	6,95	0,24	86,60	72,50	0,00	21,84	248,20	16,76	12,75	298,18
304	Рис отварной	150	3,60	0,04	4,33	0,52	37,53	0,03	0,00	0,00	0,00	5,31	77,91	25,46	0,52	203,55
376	чай с сахаром	200	0,07	0,00	0,02	0,02	15,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	60,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00

	Итого за завтрак		24,99	16,00	32,84	17,59	95,05	0,40	105,53	72,50	0,56	104,71	425,81	84,07	17,90	795,89	
Обед																	
47	Салат из квашеной капусты	100	1,03	0	3	3	5,08	0,01	11,89	0	0	31,34	20,37	9,61	0,04	51,42	
95	Рассольник Домашний	250	2,09	0,00	5,09	5,09	12,69	0,10	13,12	0,00	0,00	39,75	65,82	28,07	1,07	114,50	
259	Жаркое по домашнему	200	18,51	15,95	20,67	6,51	18,95	0,14	7,73	0,00	0,00	34,86	235,14	48,55	4,41	337,14	
342	Компот из вишни	200	0,52	0,00	0,18	0,18	28,86	0,01	27,60	0,00	0,00	23,70	18,40	13,42	0,71	122,60	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95	
	Итого за обед		24,85	15,95	29,49	39,48	66,78	0,26	60,34	0,00	0,45	141,15	392,73	112,15	7,78	740,61	
	Итого за день		49,84	31,95	62,33	57,07	161,83	0,66	165,87	72,50	1,01	245,86	818,54	196,22	25,68	1536,50	
День 9 (четверг)																	
Завтрак																	
49	Салат витаминный	60	1,57	0,00	6,22	6,22	8,79	0,05	32,90	0,00	0,20	31,96	33,86	16,64	0,60	95,70	
278	Тефтели мясные в соусе	90/20	13,02	12,02	18,05	0,11	7,36	0,04	1,93	54,91	0,00	48,42	82,51	13,93	1,00	243,64	
312	Пюре картофельное	150	5,52	0,04	4,52	0,78	26,42	0,06	0,00	0,00	4,86	4,86	37,17	21,12	1,11	168,45	
377	Чай с лимоном	200/8	0,10	0,00	0,00	0,00	15,20	0,00	2,80	0,00	0,00	14,24	4,00	2,00	0,40	61,00	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96	
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00	
	Итого за завтрак		22,82	12,06	29,63	7,95	87,33	0,22	47,63	54,91	5,62	124,68	210,94	72,69	6,55	707,75	
Обед																	
24	Салат из свежих овощей	100	1,77	1,77	0,12	0,12	3,28	0,04	14,10	0,00	2,60	17,00	32,00	16,00	0,70	45,00	
82	Борщ со сметаной	250	1,83	0,00	5,00	5,00	10,65	0,05	10,30	0,00	2,40	34,50	53,00	35,00	1,20	95,00	
234	Котлета(биточки)рыбная	100	8,10	7,07	6,36	5,38	4,10	2,11	1,98	0,04	0,59	26,24	136,92	17,96	1,92	114,00	
304	Рис отварной	180	3,72	0,82	10,99	0,58	21,58	0,17	21,36	60,00	0,00	49,99	104,43	32,88	1,23	207,43	
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,00	0,30	0,30	47,26	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96	196,38	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95	
	Итого за обед		17,45	9,66	18,32	31,08	77,42	2,34	38,24	60,04	3,84	110,57	372,35	112,34	6,36	677,76	
	Итого за день		40,27	21,72	47,95	39,03	164,75	2,56	85,87	114,95	9,46	235,25	583,29	185,03	12,91	1385,51	
День 10 (пятница)																	
Завтрак																	
42	Салат картофельный с огурцом и зеленым горошком	60	1,75	0,00	6,18	6,18	9,24	0,08	13,04	0,00	0,00	15,91	47,32	18,72	0,75	99,50	
290	Птица отварная	100	23,57	23,42	16,28	0,00	0,57	0,06	4,70	0,03	0,57	35,71	158,57	22,85	1,57	242,86	
202	Макароны отварные	150	6,78	0,00	0,81	0,81	34,85	0,68	0,02	0,00	0,95	6,84	42,84	9,72	0,94	174,00	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,00	0,02	0,02	15,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	60,00	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,21	0,00	0,44	0,44	19,76	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	91,96	
338	Фрукты свежие	120	0,40	0,00	0,40	0,40	9,80	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	47,00	

	Итого за завтрак		34,78	23,42	24,13	7,85	89,22	0,89	27,79	0,03	2,08	94,76	304,93	71,69	6,98	715,32	
Обед																	
71	Овощи порционно	100	1,77	1,77	0,12	0,12	3,28	0,04	14,10	0,00	2,60	17,00	32,00	16,00	0,70	45,00	
140	Суп картофельный с рыбной консервой	250	8,45	6,53	8,28	0,33	13,13	0,11	6,88	15,00	0,88	31,65	175,70	46,05	1,25	160,80	
284	Запеканка картофельная мясная	200/10	24,29	20,06	27,24	9,38	30,18	0,36	6,92	28,97	0	61,48	410,08	153,73	5,55	470,69	
342	Компот из вишни	200	0,52	0,00	0,18	0,18	28,86	0,01	27,60	0,00	0,00	23,70	18,40	13,42	0,71	122,60	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,70	0,00	0,55	24,70	1,20	0,00	0,00	0,00	0,45	11,50	53,00	12,50	1,55	114,95	
	Итого за обед		37,73	28,36	36,37	34,71	76,65	0,52	55,50	43,97	3,93	145,33	689,18	241,70	9,76	914,04	
	Итого за день		72,51	51,78	60,50	42,56	165,87	1,41	83,29	44,00	6,01	240,09	994,11	313,39	16,74	1629,36	

Руководство для применения:

«Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, сборник технических нормативов» под ред.

Могильного М.П. и Тутельяна В.А., Москва Дели принт, 2011;

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Допускается перестановка дней в связи с производственной необходимостью при соблюдении принципа не повторения одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие два дня.

Заведующий производством

Л.АСмычок