Утверждаю:
ИО директора МБОУГ № 1
Петровского протокого скруга
Станропольского срад

Примерное меню-раскладка

для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов муниципальных общеобразовательных организаций Петровского городского округа в 2023/24 учебном году осень-зима

Петровский городской округ

Nº	прием пищи,	масса		мас	са		стоимос	ть	хими	ческий с	остав	энергет ическая	6	итамины (мг)	мин	еральные с	зещества	(MS)
рецеп туры	наименование блюда	порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	ценност ь (ккал)	B1	С	A	Са	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	18	19	20	21
									ЕДЕЛЯ	,									
									ПЕРВЫ	1									
474		000/40				05.00	4.40		BTPAK		44.7	252,6	^	4.0	0	C4 0	108,3	35,2	0,5
174	каша вязкая молочная	200/10	крупа рисовая	44	44	95,00p.	4,18p.	19,58p.	5,7	6,8	41,7	232,0	0	1,3	U	61,8	100,3	33,2	0,5
	рисовая		молоко	100	100	69,00p.	6,90p.												
			вода	65 6	65 6	80,00p.	- p. 0,48p.												
			сахар масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.												
			соль йодированная	10	10	18,00p.	0,00p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40.00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24.2	116,9	0.1	0	0	11,5	42	16,5	1
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	630,00p.	10,08p.	10,08p.	3,5	4,5	0	54,5	0	0	0,1	132	75	5,5	0,2
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	8,00p.	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	1	2	0	0
377	чай с лимоном	200/15/7	чай-заварка	0,5	0,5	480,00p.	0,24p.	2,64p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15	15 7	80,00p.	1,20p.												
			лимон свежий вода	8 150	150	150,00p.	1,20p.												
338	фрукты свежие (яблоко	100				20.00=	20,00p.	20,00p.	0,8	0,8	19,5	94							
	сезонное калиброванное		фрукты свежие	1 шт	1 шт	20,00р.	20,00р.	•	,	,	,		0	20	0	32	22	0,1	4,4
u	того за прием пищи	585						62,30p.	14,45	20,9	97,2	642,6	0,1	24,6	0,2	265,5	264,8	69	7,6
									БЕД										
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	63,1	60	70,00p.	4,42p.	4,42p.	0,5	0,1	1,5	8,1							
	или соленые (огурцы)		свежие или соленые	,		.,,	, ,	, r	-,-		,-	-,	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
			(огурцы)																
102	суп картофельный с	200	картофель	53,3	40	40,00p.	2,13p.	4,69p.	4,48	4,32	14	112,5	0,16	7,6	0,2	39,04	66,96	28,48	1,68
	бобовыми		горох	16,2	16	45,00p.	0,73p.												
			лук репчатый морковь	9,6 12,6	8 10	60,00p. 60,00p.	0,58p. 0,76p.												
			масло растительное	4	4	120,00p.	0,78p.												
			вода	140	140	120,000	0,00p.												
			соль йодированная	8,0	0,8	18,00p.	0,01p.												
268	биточки из говядины	90/8	говядина	90	66,6	580,00p.	52,20p.	60,64p.	13,2	21	12,3	290,6	0	0	0,1	4,5	96,1	25,5	2,6
			хлеб пшеничный молоко или вода	16,2 21,6	16,2 21,6	40,00p.	0,65p.												
			сухари	9	9	80,00p.	- p. 0,72p.												
			масло растительное	5,4	5,4	120,00p.	0,65p.												
			соль йодированная	1,12	1,12	18,00p.	0,02p.												
004		450	масло сливочное	8	8	800,00p.	6,40p.	40.77	0.5	7.0	45.7	444.4	0.4		0.4	00.5	04.7	00.0	4.0
321	капуста тушеная	150	капуста свежая	213 4,5	171 4,5	60,00p.	12,78p. 3,78p.	19,77p.	3,5	7,3	15,7	144,1	0,1	80	0,1	92,5	64,7	32,2	1,9
			раствор лимонной кислоты	4,5	4,5	840,00p.	3,7ор.												
			масло растительное	6	6	120,00p.	0,72p.												
			томатное пюре	9	9	148,00p.	1,33p.												
			морковь	4,5	3,7	60,00p.	0,27p.												
			лук репчатый	7,5	6	60,00p.	0,45p.												
			лавровый лист мука пшеничная	0,01 1,5	0,01 1,5	700,00p. 35,00p.	0,01p. 0,05p.												
			мука пшеничная сахар	4,5	4.5	80,00p.	0.00												
			соль йодированная	1	1	18,00p.	0,02p.			<u></u>						<u> </u>			
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	125,00p.	2,50p.	4,27p.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0
			caxap	20	20	.q00,08	1,60p.	•											
			кислота лимонная	0,2	0,2	840,00p.	0,17p.												
	хлеб пшеничный	50	вода хлеб пшеничный	200 50	200 50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0.5	24,2	116.9	0.1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
и	того за прием пищи	808						98,35p.	29,93	34,87	108,35	878,6	1,36	93,6	0,4	182,24	336,96	129,58	8,78
	всего за день	1393						160,65p.	44,38	55,77	205,55	1521,2	1,46	118,2	0,6	447,74	601,76	198,58	16,38

	<u> </u>		1	T		1			ВТОРОЙ	1		1	1			1			
				мас	ca		стоимо	сть	химический			энергетич		витамины (м	ız)		инеральные о	вещества (ма	e)
№ рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	B1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
				I		I	ы	34	ABTPAK	<u> </u>			l		<u> </u>	l		ļ	
	горошек зеленый консервированный	60	горошек зеленый консервированный	60	60	132,30p.	7,94p.	7,94p.	1,55	2,2	9	41,8	0,05	5,5	0	10,73	29,98	10,4	0,34
210	омлет натуральный	160/15	яйца	3	114,2	7,50p.	25,00p.	41,34p.	15,3	25,4	2,8	301,8	0,1	0	0,2	80	173,4	13,3	1,9
			молоко или вода	41	41		- p.												
			масло сливочное	5,4	5,4	800,00p.	4,32p.												
			соль йодировання	1,1	1,1	18,00p.	0,02p.												
			масло сливочное	15	15	800,00p.	12,00p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	8,00p.	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	1	2	0	0
379	кофейный напиток с молоком	200	кофейный напиток	5	5	480,00p.	2,40p.	10,90p.	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	62,1	53,5	18,7	0,3
			вода	120	120														
			caxap	20	20	80,00p.	1,60p.												
			молоко	100	100	69,00p.	6,90p.												
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00p.	15,00p.	15,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
uı	того за прием пищи	595						85,18p.	24,8	39,6	72,8	733	0,25	26,8	0,3	197,33	322,88	59	7,94
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		1			1			БЕД	1		1			1	,		1	
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	66	60	70,00p.	4,62p.	4,62p.	0,7	0,1	2,2	14							
	или соленые (помидоры)		свежие или соленые										0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
			(помидоры)																
82	борщ с капустой и	200/8	свекла	40	32	40,00p.	1,60p.	8,37p.	1,44	4	9,8	81,6	0	17,7	0,16	43,6	41,4	21,9	1,04
	картофелем со сметаной		капуста свежая	20	16	60,00p.	1,20p.	•											
			картофель	21,3	16	40,00p.	0,85p.												
			морковь	10	8	60,00p.	0,60p.												
			лук репчатый	12,2	10	60,00p.	0,73p.												
			томатное пюре	6	6	148,00p.	0,89p.												
			масло растительное	4	4	120,00p.	0,48p.												
			caxap	2	2	80,00p.	0,16p.												
			вода	160	160		- p.												
			сметана	8	8	230,00p.	1,84p.												
			соль йодировання	0,8	0,8	18,00p.	0,01p.												
227	рыба припущенная	90/8	минтай потрошенный без	99	81	180,00p.	17,82p.	24,58p.	15,6	15,8	3,8	209	0,1	0	54	47,1	238,3	54	0,8
			головы																
			вода	22,5	22,5														
			лук репчатый	5,6	4,5	60,00p.	0,34p.												
			масло сливочное	8	8	800,00p.	6,40p.												
			соль йодировання	1,1	1,1	18,00p.	0,02p.												
125	картофель отварной	150	картофель	207	154,5	40,00p.	8,28p.	13,98p.	2,9	4,6	23,8	148,3	0,2	30	0	14,6	87,5	34,5	1,5
			масло сливочное	7,1	7,1	800,00p.	5,68p.												
			соль йодировання	1	1	18,00p.	0,02p.												
354	кисель из сухофруктов	200	сухофрукты	12	12	125,00p.	1,50p.	5,27p.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	11,46	0	3,64	0,57
			caxap	24	24	80,00p.	1,92p.												
			крахмал картофелный	8	8	210,00p.	1,68p.												
			кислота лимонная	0,2	0,2	840,00p.	0,17p.												
			вода	216	216														
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
		040			-			04.00	00	26.77	440.45	040	4.	EE 50	E4.40	450.50	470.4	455 11	A 54
uı	того за прием пищи	816			1	1		61,38p.	29	26,77	110,15	818	1,4	55,53	54,16	153,56	476,4	155,44	6,51
	всего за день	1411			1	1		146,56p.	53,8	66,37	182,95	1551	1,65	82,33	54,46	350,89	799,28	214,44	14,45

								ДЕНЬ	ТРЕТИЙ	Í									
No				мас	ca		стоимо	сть	XUM	ический со	став	энергетич		витамины (м	ıe)		иинеральные (зещества (ма	e)
рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
		I		ı	1	1	, в	34	BTPAK	1		1		l	1		I		
204	макароны отварные с сыром	180/31,5	макаронные изделия	63	63	48,00p.	3,02p.	28,65p.	4,5	7,5	21	170,1	0,1	0	0	10,2	41,5	7,7	0,8
			масло сливочное	7,2	7,2	800,00p.	5,76p.	•											
			сыр Российский	31,5	28,8	630,00p.	19,85p.												
			соль йодированная	0,9	0,9	18,00p.	0,02p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	.q00,8	8,00p.	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	1	2	0	0
377	чай с лимоном	200/15/7	чай-заварка	0,5	0,5	480,00p.	0,24p.	2,64p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15	15	80,00p.	1,20p.												
			лимон свежий	8	7	150,00p.	1,20p.												
			вода	150	150														
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	20,00p.	20,00p.	20,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
ui	того за прием пищи	571,5						61,29p.	9,35	17.1	64,8	456	0.2	20	0,1	54.7	107.5	24,3	6,2
		, ,	1					. , . ,				,		•				,	
								C	БЕД										
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	63,1	60	70,00p.	4,42p.	4,42p.	0,5	0,1	1,5	8,1							
	или соленые (огурцы)		свежие или соленые					•					0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
	(), ()		(огурцы)																
101	суп картофельный с крупой	200	картофель	80	60	40,00p.	3,20p.	5,01p.	1,36	2,16	10,6	68,1	0,08	13,2	0,16	18,8	44	19,4	0.8
			крупа рисовая	4	4	95,00p.	0,38p.					·							
			морковь	10	8	60,00p.	0,60p.												
			лук репчатый	9,6	8	60,00p.	0,58p.												
			масло растительное	2	2	120,00p.	0,24p.												
			вода	150	150		0,00p.												
			соль йодировання	0,8	0,8	18,00p.	0,01p.												
245	бефстроганов из отварной	90	говядина	198	145,8	580,00p.	99,00p.	100,96p.	27,5	39,6	9,6	522,5	0,1	4,3	0,1	9,4	164,6	34,3	4
	говядины		морковь	5,4	3,6	60,00p.	0,32p.												
			лук репчатый	4,5	3,6	60,00p.	0,27p.												
			морковь	22,5	18	60,00p.	1,35p.												
			соль йодированная	1,1	1,1	18,00p.	0,02p.												
330	соус сметанный	30	сметана	7,5	7,5	230,00p.	1,73p.	1,80p.	0,32	1,13	1,32	16,68	0	0,01	0	6,15	0	1,19	0,05
			мука пшеничная	2,25	2,25	35,00p.	0,08p.												
			вода	22,5	22,5		- p.												
171	каша гречневая рассыпчатая	150	крупа гречневая	71	71	70,00p.	4,97p.	12,99p.	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	11	78	26	0,6
		1	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.				1			1					
			соль йодированная	1	1	18,00p.	0,02p.				ļ			ļ					
388	напиток из плодов	200	плоды шиповника	20	20	300,00p.	6,00p.	7,60p.	0,7	0,3	24,4	103	0	200	0,2	13	3	3	1
	шипровника		сушеные								1								
			caxap	20	20	80,00p.	1,60p.				1								
			вода	200	200		- p.			ļ .						44.5	40	40.5	
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1 1 20	0	0	11,5	42	16,5	1
ui	того за прием пищи	830		1	-	1		137,36p.	42,23	50,04	130,57	1170,28	1,28	223,51	0,46	95,15	398,8	125,29	9,05
	всего за день	1401,5		ļ	ļ	1		198,64p.	51,58	67,14	195,37	1626,28	1,48	243,51	0,56	149,85	506,3	149,59	15,25

								ДЕНЬ Ч	ETBEPTE	ЫЙ									
Nº				мас	cca		стоимо	сть	хим	ический со	став	энергетич		витамины (м	ız)	A	инеральные с	вещества (ма	2)
рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	B1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
									ABTPAK										
223	запеканка из творога со	180/40	творог	169,2	165,6	368,00p.	62,27p.	80,04p.	5,2	5,9	10	117,8	0	4,1	2	24,2	71	36,9	1
	сгущенным молоком		крупа манная	10,8	10,8	37,00p.	0,40p.												
			caxap	14,4	14,4	80,00p.	1,15p.												
			яйца	7,2	7,2	7,50p.	0,05p.												
			масло сливочное	7,2	7,2	800,00p.	5,76p.												
			сухари	7,2	7,2	80,00p.	0,58p.												
			сметана	7,2	7,2	230,00p.	1,66p.												
			соль йодировання	0,9	0,9	18,00p.	0,02p.												
			молоко сгущенное	40	40	302,63p.	12,11p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	8,00p.	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	1 1	2	0	0
382	какао с молоком	200	какао-порошок	4	4	520,00p.	2,08p.	10,58p.	2,9	2,5	24,8	134	0	1	0	121	90	14	1
			молоко	100	100	69,00p.	6,90p.												
			вода	110	110														
			caxap	20	20	80,00p.	1,60p.												
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00p.	15,00p.	15,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
uı	пого за прием пищи	600						115,62p.	12.95	18	78,6	537,7	0,1	25,1	2,1	189,7	227	67,5	7,4
	, ,		1					.,.,.	/			,	/	,	,				,
								C	БЕД										
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	66	60	70,00p.	4,62p.	4,62p.	0,7	0,1	2,2	14							
	или соленые (помидоры)		свежие или соленые										0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
	,		(помидоры)					2.12				211				,	,		
88	щи из свежей капусты с	200	капуста свежая	50	40	60,00p.	3,00p.	6,40p.	1,44	4	5,52	64,4	26,7	0,16	1,76	41,2	28,9	15,4	0,72
	картофелем		картофель	32	24	40,00p.	1,28p.												
			морковь	10	8	60,00p.	0,60p.												
			лук репчатый	12,1	10	60,00p.	0,73p.												
			томатное пюре	2	2	148,00p.	0,30p.												
			масло растительное	4	4	120,00p.	0,48p.				1								
		1	вода	160	160	40.00	- p.				1		1						
291		200	соль йодировання	0,8 129	0,8 90,6	18,00p. 225,00p.	0,01p. 29,03p.	36,77p.	16.00	14,47	30,36	325,88	0.04	2,58	0	8,24	0	0	1,64
291	плов из птицы	200	бройлер-цыпленок					30,77p.	16,68	14,47	30,36	323,66	0,04	2,56	U	8,24	U	U	1,04
			масло растительное	9,34	9,34	120,00p.	1,12p.				1								
			лук репчатый	10,6	9,34	60,00p.	0,64p.												
		1	морковь	13,3 6.6	10,6 6.6	60,00p. 148,00p.	0,80p. 0,98p.				1		1						
			томатное пюре	46,6	46,6	90,00p.	0,98p. 4,19p.				1								
			крупа рисовая	46,6	46,6	90,00p. 18,00p.	4,19p. 0,02p.				1								
349	VONEDT HE ONOON OUVOORS	200	соль йодировання	20	25	18,00p. 125.00p.	0,02p. 2,50p.	4,27p.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты		20			4,27p.	U	U	19,4	11,4	U	U	U	9,4	U		U
			caxap	20 0.2	0.2	80,00p. 840,00p.	1,60p. 0,17p.				1								
			кислота лимонная	200	200	84U,UUD.	U,1/D.				1								
	хлеб пшеничный	50	вода	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0.1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлео пшеничныи хлеб ржаной	50	хлеб пшеничный хлеб ржаной	50	50	40,00p. 51,42p.	2,00p. 2,57p.	2,00p. 2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
111	того за прием пищи	760	хлео ржаной	50	50	51,4ZD.	Z,51 D.	2,57p. 56.62p.	27.07	20,72	102.93	727.58	27.84	8.74	1.76	95.64	138.1	58.8	4.96
ui	всего за прием пищи	1360		 	+	 		50,02р. 172,24р.	40,02	38,72	181,53	1265,28	27,84	33,84	3,86	285,34	365,1	126,3	12,36
	JUGGO SA COMB	1300						112,24p.	40,02	30,72	101,00	1200,20	21,34	JJ,04	3,00	200,34	JUU, I	120,3	12,30

								ДЕНЬ	пятый										
№				мас	са		стоимо	сть	хим	ический со	став	энергетич		витамины (м	z)		инеральные е	ещества (ма	2)
мұ рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда	белки ВТРАК	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	В1	С	A	Ca	P	Mg	Fe
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	63,1	60	70,00p.	4,42p.	4,42p.	0,5	0,1	1,5	8,1							
	или соленые (огурцы)		свежие или соленые (огурцы)	00,1		, c,ccp.	·, ·_p·	.,р.	0,0	0,1	1,0	0,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
289	рагу из птицы	200	мясо птицы	153,6	108,8	225,00p.	34,56p.	44,16p.	19,9	21	1,6	265	0,23	19,7	2,5	72,6	464,6	90,3	6,4
			масло растительное	3,2	3,2	120,00p.	0,38p.												
			картофель	128,4	96	40,00p.	5,14p.												
			морковь	25,2	20,4	60,00p.	1,51p.												
			томатное пюре	7,2	7,2	148,00p.	1,07p.												
			лук репчатый	14,4	12	60,00p.	0,86p.												
			масло растительное	4,8	4,8	120,00p.	0,58p.												
			соль йодировання	1	1	18,00p.	0,02p.												
	хлеб пшеничный	50	мука пшеничная хлеб пшеничный	1,2 50	1,2 50	35,00p. 40,00p.	0,04p. 2,00p.	2,00p.	3,95	0.5	24,2	116,9	0.1	0	0	11,5	42	16,5	1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	8,00p.	0.1	8,3	0.1	75	0,1	0	0.1	1	2	0	0
377	чай с лимоном	200/15/7	чай-заварка	0,5	0,5	480,00p.	0,24p.	2,64p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15	15	80,00p.	1,20p.												
			лимон свежий	8 150	7 150	150,00p.	1,20p.												
220	A (-6	100	вода			20.00-	20.00-	20.00-	0.0	0.0	10.5	04							
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	20,00р.	20,00p.	20,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
ur	пого за прием пищи	557						81,22p.	25,65	30,7	58,6	608,6	0,33	49	2,6	158,1	571,3	127	13,9
									ОБЕД										
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	66	60	70,00p.	4,62p.	4,62p.	0,7	0,1	2,2	14							`
	или соленые (помидоры)		свежие или соленые (помидоры)										0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
103	суп картофельный с	200	картофель	80	60	40,00p.	3,20p.	5,01p.	3,12	2,2	15,2	93,6	0,08	8,8	0,16	17,6	43,2	16,8	0,72
	макаронными изделиями		макаронные изделия	8	8	48,00p.	0,38p.												
			морковь лук репчатый	10 9.6	8	60,00p. 60.00p.	0,60p. 0,58p.												
			масло растительное	2	2	120,00p.	0,24p.												
			вода	140	140		- p.												
234	6.470.004.00.600.00	90	соль йодированная	0,8 73	0,8 59	18,00p. 180,00p.	0,01p. 13,14p.	21,44p.	11	10,9	13,4	195,7	0	0,56	0	54,1	0	21,9	1,11
۷۵4	биточки рыбные	30	рыба минтай хлеб пшеничный	15,1	15,1	40,00p.	0,60p.	∠1, 44 ρ.	11	10,5	13,4	195,1	U	0,50	,	J-1, I	U	۵,,۵	1,11
			молоко	21,9	21,9	69,00p.	1,51p.												
			сухари	8,4	8,4	80,00p.	0,67p.												
			масло растительное масло сливочное	8,4 5,6	8,4 5,6	120,00p. 800,00p.	1,01p. 4,48p.												
		<u></u>	соль йодировання	1,12	1,12	18,00p.	0,02p.			<u> </u>									<u>. </u>
312	пюре картофельное	150	картофель	175,5	132	40,00p.	7,02p.	14,69p.	3,1	5,4	20,3	141	0,1	5	0	47	85	29	1,1
			молоко	24 7,5	24 7,5	69,00p. 800,00p.	1,66p. 6,00p.												.
			масло сливочное соль йодировання	1,5	1,5	18,00p.	0,02p.												.
354	кисель из сухофруктов	200	сухофрукты	12	12	125,00p.	1,50p.	5,27p.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	11,46	0	3,64	0,57
			caxap	24	24	80,00p.	1,92p.												
			крахмал картофелный кислота лимонная	8 0.2	8 0,2	210,00p. 840.00p.	1,68p. 0,17p.												.
			кислота лимонная вода	216	216	040,00β.	υ, τη.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
ur	пого за прием пищи всего за день	950 1507			-	-		55,60p. 136,82p.	26,28 51,93	20,87 51,57	121,65 180,25	809,4 1418	1,28 1,61	22,19 71,19	0,16 2,76	166,96 325,06	237,4 808,7	112,74 239,74	6,1 20
	COCC 30 CONB	1307		L	l	<u> </u>		130,02P.	01,93	31,37	100,20	1410	1,01	11,19	2,/0	323,00	000,7	233,14	20

									ЕДЕЛЯ ШЕСТОІ	ĭ									
Nº				мас	сса		стоимо	сть	xum	ический со	став	энергетич		витамины (м	is)	٨	иинеральные (вещества (м	2)
оецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	B1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
				ı	ı	ı	ы	3 <i>A</i>	BTPAK		l	II I				l	l		l
205	макароны отварные с	180	макароны	63	63	48,00p.	3,02p.	8,25p.	6,4	8,3	37,7	243,6	0,07	0,02	0	17,5	0	0	0,08
	овощами		МОДКОВЬ	18	14,4	60,00p.	1,08p.												
			петрушка (корень)	6,4	6	150,00p.	0,96p.												
			лук репчатый	13,6	11,5	60,00p.	0,82p.												
			томатное пюре	10	10	148,00p.	1,48p.												
			масло растительное	7,2	7,2	120,00p.	0,86p.												
		50	соль йодировання	1,2 50	1,2 50	18,00p.	0,02p. 2.00p.	0.00	2.05	0.5	24.2	440.0	0.1	0	0	11,5	42	16.5	1
14	хлеб пшеничный масло сливочное	10	хлеб пшеничный масло сливочное	10	10	40,00p. 800.00p.	2,00p. 8,00p.	2,00p. 8,00p.	3,95 0.1	0,5 8.3	0.1	116,9 75	0,1	0	0.1	11,5	2	0	0
376	чай с сахаром	200/15	чай -заварка	0.5	0.5	480.00p.	0,00p.	0,00p. 1,44p.	0.1	0,3	13.4	52	0.06	0	0,1	2.98	4.5	2.4	0.5
3/0	чаи с сахаром	200/13	сахар	15	15	80,00p.	1,20p.	1, 44 p.	0,2	U	10,4	52	0,00	U	U	2,90	4,5	2,4	0,0
		•	вода	150	150	оо,оор.	1,20μ.												
338	фрукты свежие (яблоко	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00p.	15,00p.	15,00p.	0.8	0.8	19.5	94					20	0.4	
000	сезонное калиброванное	100	φρ,π.υ. συσπιο			. о,оор.	. о,оор.	. о,оор.	0,0	0,0	,.		0	20	0	32	22	0,1	4,4
un	пого за прием пищи	555						34.69p.	11.45	17.9	94.9	581.5	0.23	20.02	0.1	64.98	70.5	19	5,98
	•																		
				1	1	1	1		ОБЕД	1	1	1			1	1	1	1	
70/71	овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	60	овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	63,1	60	70,00p.	4,42p.	4,42p.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
102	суп картофельный с	200	картофель	53,3	40	40,00p.	2,13p.	6,23p.	4,48	4,32	14	112,5	0,16	7,6	0,2	39,04	66,96	28,4	1,68
	бобовыми		фасоль	16,2	16	140,00p.	2,27p.												
			лук репчатый	9,6	8	60,00p.	0,58p.												
			морковь	12,6	10	60,00p.	0,76p.												
			масло растительное	4	4	120,00p.	0,48p.												
			вода	140	140		0,00p.												
			соль йодированная	0,8	0,8	18,00p.	0,01p.		10.01	40.07	40.0	400	0.44	0.74	07.5	50.04	400.00	00.40	0.04
292/331	птица, тушенная в соусе с	90/150/30	бройлер цыпленок	178,2	127,8	225,00p.	40,10p.	53,63p.	13,34	10,37	12,9	198	0,14	8,71	37,5	59,04	139,96	33,46	3,04
	овощами		масло растительное	10,8	10,8	120,00p.	1,30p.												
		}	картофель	100,5 43.5	75 34.5	40,00p. 60.00p.	4,02p. 2,61p.												1
			морковь петрушка (корень)	43,5	34,5 4	150,00p.	2,61p. 0,68p.												
			петрушка (корень) лук репчатый	18	15	60.00p.	1,08p.												
		ŀ	горошек зеленый	12	7.5	132,30p.	1,00р.												1
			консервированный	12	7,5	102,00β.	1,59p.												l
			соль йодированныя	1	1	18,00p.	0,02p.												l
			соль иодирования	+		10,00р.	0,02p.			1					ĺ	ĺ	l	I	l

мука пшеничная

томатное пюре

сухофрукты

caxap

кислота лимонная

вода

хлеб пшеничный хлеб ржаной

50

50

830

1385

349 компот из смеси сухофруктов

хлеб пшеничный

хлеб ржаной итого за прием пищи

всего за день

30

7,5

22,5 3

25

20

0,2

200

50 50

230,00p.

2,25 35,00p. 0,08p.

125,00p.

80,00p.

840,00p.

40,00p. 51,42p.

148,00p. 0,44p.

1,73p.

2,50p.

1,60p. 0,17p.

2,00p. 2,57p.

4,27p.

2,57p.

73,11p.

107,80p.

0

4,3

26,57

38,02

0

0,5

1,65

16,94

34,84

19,4

24,2

21,25

93,25

188,15

77,4

116,9

129

641,9

1223,4

0

0,1

1,4

1,63

0

0

22,31

42,33

0

0

37,7

37,8

9,4

11,5

11,5

144,28

209,26

0

42

42

316,12

386,62

2

16,5

16,5

105,26

124,26

0

1

1

7,32

13,3

7,5

2,25

22,5

20

20

0,2

200

50 50

								ДЕНЬ	СЕДЬМО	Й									
				мас	ca		стоимос	сть	xum	ический со	став	энергетич		витамины (м	12)	,	иинеральные	вещества (м	2)
№ рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	B1	С	A	Са	Р	Мд	Fe
173	каша вязкая молочная	200/10	крупа пшеничная	50	50	35,00p.	1,75p.		8,9	7,06	45,16	269,2	0,18	1,76	0	161,7	0	0	2,83
173	пшеничная	200/10	молоко	100	100	69,00p.	6,90p.	17,15р.	0,5	7,00	40,10	200,2	0,10	1,70		101,1			2,00
			вода	60	60		- p.												
			caxap	6	6	80,00p.	0,48p.												
			масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.												
	хлеб пшеничный	50	соль йодированная хлеб пшеничный	1 50	50	18,00p. 40,00p.	0,02p. 2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	8,00p.	0.1	8,3	0.1	75	0,1	0	0.1	1	2	0	0
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	630,00p.	10,08p.	10,08p.	3,5	4,5	0	54,5	0	0	0,1	132	75	5,5	0,2
377	чай с лимоном	200/15/7	чай-заварка	0,5	0,5	480,00p.	0,24p.	2,64p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5
-			caxap	15	15	80,00p.	1,20p.	, · · ·			,	.,.	-	-,-		,		,	,
			лимон свежий	8	7	150,00p.	1,20p.												
		•	вода	150	150		,												
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	20,00p.	20,00p.	20,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
UI	того за прием пищи	585						57,23p.	17,25	21,16	88,96	609,6	0,28	21,76	0,2	338,2	141	22,1	8,43
									ОБЕД										
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	63,1	60	70,00p.	4,42p.	4,42p.	0,5	0,1	1,5	8,1							
70//1	или соленые (огурцы)	00	свежие или соленые	00,1	00	70,00р.	т, тър.	т, тър.	0,0	0,1	1,0	0,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
	() []		(огурцы)													,		,	,
99	суп из овощей со сметаной	200/8	капуста свежая	20	16	60,00p.	1,20p.	8,06p.	2,4	3,3	8,1	72,8	0,08	8,8	0,16	24	42,4	17,6	0,64
			картофель	53,3	40	40,00p.	2,13p.												
			морковь	10	8	60,00p.	0,60p.												
			лук репчатый	9,6 9,2	8	60,00p. 132,30p.	0,58p. 1,22p.												
			горошек зеленый консервированный	3,2	0	132,30p.	1,22μ.												
			масло растительное	4	4	120,00p.	0,48p.												
			вода	150	150		- p.												
			сметана	8	8	230,00p.	1,84p.												
070		00/00	соль йодированная	0,8	0,8	18,00p.	0,01p.	54.00	40.0	40.0	40.4	204.0		4.0	0	0.4	05.7	440	4.7
278	тефтели с соусом сметанным с томатом	90/30	говядина хлеб пшеничный	77,9 11.9	56,9 11,9	580,00p. 40,00p.	45,18p. 0,48p.	51,38p.	16,3	18,8	16,4	301,6	0	1,6	0	6,1	65,7	14,8	1,7
	CTOMATOM		молоко или вода	18	18	40,00p.	- p.												
			лук репчатый	36	29,9	60,00p.	2,16p.												
			масло растительное	4,5	4,5	120,00p.	0,54p.												
			мука пшеничная	5,9	5,9	35,00p.	0,21p.												
			масло растительное соль йодированная	4,5 1,12	4,5 1,12	120,00p. 18,00p.	0,54p. 0,02p.												
			соль иодированная	1,12	30	10,000.	U,UZD.												
		•	сметана	7,5	7,5	230,00p.	1,73p.												
			мука пшеничная	2,25	2,25	35,00p.	0,08p.												
		[вода	22,5	22,5		- p.												
			томатное пюре	3	3	148,00p.	0,44p.												
305	рис припущенный	150	соль йодированная	0,24 52.5	0,24 52.5	18,00p. 90,00p	0,00p. 4 73p	8,94p.	3,6	4,7	38,4	211,1	0	0	0	8,9	80,8	27,9	0,5
500	рис припущенный	100	вода	02,0	110,2	συ,συμ.	-,τ υμ.	υ,σ4μ.	3,0	7,1	50,4	411,1	J	,		0,3	50,0	21,3	0,0
			масло сливочное	5,25	5,25	800,00p.	4,20p.												
			соль йодированная	1	1	18,00p.	0,02p.												
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	125,00p.	2,50p.	4,27p.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0
			Caxap	20 0,2	20 0,2	80,00p. 840,00p.	1,60p. 0,17p.												
		}	кислота лимонная вода	200	200	0 4 υ,υυβ.	υ, 17 β.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
uı	того за прием пищи	838						81,64p.	31,05	29,05	129,25	916,9	1,18	16,4	0,16	85,2	298,1	103,7	5,44

всего за день	1423			138,87p.	48,3	50,21	218,21	1526,5	1,46	38,16	0,36	423,4	439,1	125,8	13,87

	,	•	,	1				ДЕНЬ І	восьмо	Й		,							
Nº				мас	ca		стоимо	сть	хим	ический со	став	энергетич		витамины (м	2)	м	инеральные є	ещества (ма)
рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда 34	белки ВТРАК	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	63,1	60	70,00p.	4,42p.	4,42p.	0,5	0,1	1,5	8,1							
70/71	или соленые (огурцы)	00	свежие или соленые (огурцы)	00,1	00	7 0,00р.	η, 12μ.	т, тұр.	0,0	0,1	1,0	3,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
229	рыба, тушенная в томате с	90	минтай потрошенный без	81	66,3	180,00p.	14,58p.	20,25p.	8,1	2,3	5,9	84	0	2,6	1	30	121	29	0,5
	овощами		вода	16,8	16,8														
			морковь	20,7	16,2	60,00p.	1,24p.												
			лук репчатый	9	7,8	60,00p.	0,54p.												
			томатное пюре	9	9	148,00p.	1,33p.												
			масло растительное	4,5 2.2	4,5	120,00p.	0,54p.												
			раствор лимонной	2,2	2,2	840,00p.	1,85p.												
			кислоты сахар	1,8	1,8	80,00p.	0,14p.												
			лавровый лист	0,008	0.008	700.00p.	0,14p. 0,01p.												
			соль йодировання	1.12	1.12	18.00p.	0.02p.												
312	пюре картофельное	150	картофель	175,5	132	40,00p.	7,02p.	14,69p.	3,1	5,4	20,3	141	0,1	5	0	47	85	29	1,1
			молоко	24	24	69,00p.	1,66p.	,	-,.	-,.			-,.	_	-				.,.
			масло сливочное	7,5	7,5	800,00p.	6,00p.												
			соль йодировання	1	1	18,00p.	0,02p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40.00p.	2.00p.	2.00p.	3.95	0.5	24.2	116.9	0.1	0	0	11,5	42	16,5	1
376	чай с сахаром	200/15	чай -заварка	0,5	0,5	480,00p.	0,24p.	1,44p.	0,2	0	13,4	52	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5
			caxap	15	15	.q00,08	1,20p.												
			вода	150	150														
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00p.	15,00p.	15,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
u	того за прием пищи	665						57,81p.	16,65	9,1	84,8	496	0,26	33,6	1	137,28	299,7	85,4	8,1
									БЕД										
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	66	60	70,00p.	4,62p.	4,62p.	0,7	0,1	2,2	14							
70/11	или соленые (помидоры)	00	свежие или соленые	00	00	70,00р.	4,02β.	+,02μ.	0,1	0,1	2,2	14	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
			(помидоры)																
88	щи из свежей капусты с	200	капуста свежая	50	40	60,00p.	3,00p.	6,40p.	1,44	4	5,52	64,4	26,7	0,16	1,76	41,2	28,9	15,4	0,72
	картофелем		картофель	32	24	40,00p.	1,28p.												
			морковь	10	8	60,00p.	0,60p.												
			лук репчатый	12,1 2	10	60,00p.	0,73p.												
			томатное пюре масло растительное	4	4	148,00p. 120,00p.	0,30p. 0,48p.												
			вода	160	160	120,00p.	- D.												
			соль йодировання	0,8	0,8	18,00p.	0,01p.												
288	птица отварная	90/8	бройлер цыпленок	163,8	115,2	225,00p.	36,86p.	37,14p.	13,2	10,2	0	171	0,15	9,15	0	57,1	0	0	3,36
200	milda o i bapilan	00/0	лук репчатый	4.5	3.6	60.00p.	0.27p.	σ.,p.	.0,2	.0,2	· ·		0,10	0,.0	·	0.,.	ŭ	·	0,00
			масло сливочное	8	8	.q00,008	6,40p.												
			соль йодированная	1	1	18,00p.	0,02p.					<u> </u>							
171	каша пшеничная	150	крупа пшеничная	60	60	35,00p.	2,10p.	10,12p.	7,1	8,4	41,1	258,7	0,3	0,018	0	15,4	0	0	4,8
	рассыпчатая		масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	·											
			соль йодированная	1	1	18,00p.	0,02p.												
388	напиток из плодов шипровника	200	плоды шиповника сушеные	20	20	300,00p.	6,00p.	7,60p.	0,7	0,3	24,4	103	0	200	0,2	13	3	3	1
	шипровника		сахар	20	20	80,00p.	1,60p.												
			вода	200	200	,	- p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
u	того за прием пищи	808						70,45p.	31,39	25,15	118,67	857	28,25	215,328	1,96	163,5	141,1	59,8	12,48
	всего за день	1473	ı		1	1		128,25p.	48,04	34,25	203,47	1353	28,51	248,928	2,96	300,78	440,8	145,2	20,58

	T			T				ДЕНЬ ,	<i>ЦЕВЯТЫ</i>	Й			ı			•			
Nº				мас	са		стоимо	сть	xum	ический со	остав	энергетич		витамины (м	e)		инеральные с	вещества (м	z)
рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	B1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
	T					,			BTPAK								1	•	
173	каша вязкая молочная из	200/10	хлопья овсяные	44	44	45,00p.	1,98p.	17,38p.	6,6	9,7	24,4	210,3	0,1	1,3	0,1	150,9	188,3	52,9	2,6
	овсяной крупы		молоко	100	100	69,00p.	6,90p.												
			вода	60	60		- p.												
			caxap	6	6	80,00p.	0,48p.												
			масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.												
			соль йодированная	1	1	18,00p.	0,02p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	8,00p.	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	1	2	0	0
377	чай с лимоном	200/15/7	чай-заварка	0,5	0,5	480,00p.	0,24p.	2,64p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15	15	80,00p.	1,20p.												
			лимон свежий	8	7	150,00p.	1,20p.												
			вода	150	150														
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	20,00p.	20,00p.	20,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
uı	того за прием пищи	570						50,02p.	11,45	19,3	68,2	496,2	0,2	21,3	0,2	195,4	254,3	69,5	8
									,	10,0		100,0	-,-		-,-	,.		,.	
									ОБЕД										
70/71	овощи натуральные свежие	60	овощи натуральные	63,1	60	70,00p.	4,42p.	4,42p.	0,5	0,1	1,5	8,1							
	или соленые (огурцы)		свежие или соленые										0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
			(OD/DITE)				0.00												
101	суп картофельный с крупой	200	картофель	80	60	40,00p.	3,20p.	4,99p.	1,36	2,16	10,6	68,1	0,08	13,2	0,16	18,8	44	19,4	0,8
			крупа рисовая	4	4	90,00p.	0,36p.												
			морковь	10	8	60,00p.	0,60p. 0,58p.												
			лук репчатый	9,6	8 2	60,00p.	0,36p. 0,24p.												
			масло растительное	150	150	120,00p.	0,24p. 0,00p.												
			вода соль йодировання	0,8	0.8	18.00p.	0,00p. 0,01p.												
268	биточки из говядины	90/8	голь иодировання	90	66,6	580,00p.	52,20p.	60,64p.	13,2	21	12,3	290,6	0	0	0,1	4,5	96,1	25,5	2,6
200	Оиточки из товядины	30/0	хлеб пшеничный	16,2	16,2	40.00p.	0,65p.	00,04р.	10,2	21	12,0	230,0	0	"	0,1	4,5	30,1	25,5	2,0
			молоко или вода	21.6	21.6	то,оор.	- p.												
			сухари	9	9	80,00p.	0,72p.												
			масло растительное	5.4	5.4	120,00p.	0,65p.												
			соль йодированная	1,12	1,12	18,00p.	0,02p.												
			масло сливочное	8	8	800,00p.	6,40p.												
202/203	макаронные изделия	150	макаронные изделия	50	50	48,00p.	2,40p.	8,10p.	5,4	0,7	34,7	166,5	0,1	0	0	15,2	45,3	8,4	1
	отварные с маслом		масло сливочное	7,1	7,1	800,00p.	5,68p.		,		· ·	,				,	,	,	
	•		соль йодированная	1	1	18,00p.	0,02p.												
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	125,00p.	2,50p.	4,27p.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0
			caxap	20	20	80,00p.	1,60p.	•											
			кислота лимонная	0,2	0,2	840,00p.	0,17p.												
			вода	200	200					1						L			
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
	хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
ui	того за прием пищи	808				1		86,98p.	28,71	26,11	123,95	856,6	1,28	19,2	0,26	84,7	294,6	96,7	7
	всего за день	1278		L	ļ	J		137,00p.	40,16	45,41	192,15	1352,8	1,48	40,5	0,46	280,1	548,9	166,2	15

								ДЕНЬ ,	дЕСЯТЫ	Й									
				мас	ca		стоимо	сть	xun	ический со	став	энергетич		витамины (м	12)	١,	инеральные (вешества (ма	2)
№ рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единиц ы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	В1	С	A	Са	Р	Mg	Fe
223	запеканка из творога со	180/40	творог	169,2	165,6	368,00p.	62,27p.	80,04p.	BTPAK 5,2	5,9	10	117,8	0	4,1	2	24,2	71	36,9	1
220	сгущенным молоком	100/10	крупа манная	10,8	10,8	37,00p.	0,40p.	00,0 ip.	0,2	0,0		,0	·	.,.	_	2.,2		00,0	·
	, ,		сахар	14,4	14,4	80,00p.	1,15p.												
			яйца	7,2	7,2	7,50p.	0,05p.												
			масло сливочное	7,2	7,2	800,00p.	5,76p.												
			сухари	7,2	7,2	80,00p.	0,58p.												
			сметана	7,2	7,2	230,00p.	1,66p.												
			соль йодировання	0,9	0,9	18,00p.	0,02p.												
			молоко сгущенное	40	40	302,63p.	12,11p.												
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800,00p.	8,00p.	8,00p.	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	1	2	0	0
379	кофейный напиток с молоком	200	кофейный напиток	5	5 120	480,00p.	2,40p.	10,90p.	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	62,1	53,5	18,7	0,3
			вода сахар	120 20	20	80.00p.	1,60p.												
			молоко	100	100	69,00p.	6,90p.												
338	фрукты свежие (яблоко сезонное калиброванное	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00p.	15,00p.	15,00p.	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	32	22	0,1	4,4
ur	пого за прием пищи	600						115,94p.	13,15	17,9	71	507,2	0,1	25,4	2,1	130,8	190,5	72,2	6,7
	,			l		I		,	,	1 ,-		,-	-,-	,-		1,.	, .	, -	-,-
			Т						ОБЕД					1	1	1	1	1	1
70/71	овощи натуральные свежие или соленые (помидоры)	60	овощи натуральные свежие или соленые	66	60	70,00p.	4,62p.	4,62p.	0,7	0,1	2,2	14	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
108/109	суп картофельный с	200	(помидоры) картофель	53,4	40	40,00p.	2,14p.	4,14p.	2,84	3,67	15	107,4	0,08	2,64	0,01	26,7	57,7	15,5	0,8
100/100	клецками	200	морковь	10	8	60,00p.	0,60p.	-1,1 ην.	2,01	0,01	10	107,1	0,00	2,01	0,01	20,1	01,1	10,0	0,0
	'		лук репчатый	9,6	8	60,00p.	0,58p.												
			масло растительное	2	2	120,00p.	0,24p.												
			вода	150 0,8	150 0,8	18,00p.	- p. 0,01p.												
			соль йодированная клецки	0,0	15	10,000.	U,U ID.												
			мука пшеничная	4,6	4,6	35,00p.	0,16p.												
			масло сливочное	0,5	0,5	800,00p.	0,40p.												
			яйца	1,3	1,3	7,50p.	0,01p.												
			вода или молоко	7,2 0.1	7,2 0.1	18,00p.	- p. 0,00p.												
280	фрикадельки из говядины	90	соль йодированная говядина	85,05	62,1	580,00p.	49,33p.	40,38p.	9,58	11,82	10,89	191,2	0	0,02	0	33,41	0	15,17	5,87
	TE-modernem no Londano		хлеб пшеничный	13,05	13,05	40,00p.	0,52p.	10,00р.	5,00	,52	. 5,55	,2	,	0,02		33,11		.5,11	5,01
			молоко или вода	18	18		- p.												
			лук репчатый	8,1	6,5	60,00p.	0,49p.												
			мука пшеничная масло растительное	8,1 8,1	8,1 8,1	35,00p. 120,00p.	0,28p. 0,97p.												
			соль йодировання	1	1	120,00p.	0,97p. 0.02p.												
321	капуста тушеная	150	капуста свежая	213	171	60,00p.	12,78p.	19,77p.	3,1	4,86	14,14	112,7	0	25,74	0	83,2	0	30,98	1,21
	, ,		раствор лимонной	4,5	4,5	840,00p.	3,78p.		•	1									
			КИСЛОТЫ		_	400.00	0.70												
			масло растительное	6 9	6 9	120,00p. 148,00p.													
			томатное пюре морковь	4.5	3.7	60.00p.	1,33p. 0,27p.												
			лук репчатый	7,5	6	60,00p.	0,45p.												
			лавровый лист	0,01	0,01	700,00p.	0,01p.												
			мука пшеничная	1,5	1,5	35,00p.	0,05p.												
			caxap	4,5 1	4,5 1	80,00p.	0,36p.												
699	напиток лимонный	200	соль йодированная лимоны	16	16	18,00p. 150,00p.	0,02p. 2,40p.	4,32p.	0,3	0	31,4	127,2	0,006	0,4	0,2	25,2	39,6	19,4	0,6
			сахар	24	24	80,00p.	1,92p.	1,02р.	5,5		01,1	,,_	0,000	٥, ١	J,2		55,0	.5,1	3,0
			вода	214	214													1	

хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00p.	2,00p.	2,00p.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
хлеб ржаной	50	хлеб ржаной	50	50	51,42p.	2,57p.	2,57p.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1
итого за прием пищи	800						77,80p.	24,77	22,6	119,08	798,4	1,186	34,8	0,21	205,31	206,5	122,45	11,08
всего за день	1400						193,74p.	37,92	40,5	190,08	1305,6	1,286	60,2	2,31	336,11	397	194,65	17,78
								Пищ	евые веще	ества			Витамины		М	инеральные в	ещества (мг,)
итого по примерному								белки,г	жиры,г	углеводы,г	Ккал	B1	С	Α	Ca	P	Mg	Fe
меню							1 520,57p.	454,15	484,78	1937,71	14143,06	68,506	979,188	106,13	3108,53	5293,56	1684,76	158,97
							152,06p.	45,415	48,478	193,771	1414,306	6,8506	97,9188	10,613	310,853	529,356	168,476	15,897
итого за завтрак							721,28p.	157,15	211,66	779,86	5668,4	2,05	267,58	8,9	1731,99	2449,48	615	80,25
среднее за завтрак							72,13p.	15,715	21,166	77,986	566,84	0,205	26,758	0,89	173,199	244,948	61,5	8,025
итого за обед							799,29p.	297	273,12	1157,85	8474,66	66,456	711,608	97,23	1376,54	2844,08	1069,76	78,72
среднее за обед							79,93p.	29,7	27,312	115,785	847,466	6,6456	71,1608	9,723	137,654	284,408	106,976	7,872

Разработано на основании:

- 1. Методических рекомендаций по организации питания обучащихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20

- "Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях " Дели плюс 2015 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна
 "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях " Дели плюс 2014 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна
 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" Уральский РЦП, по ред. Перевалова А.Я., г.Пермь, 2011г