

СОГЛАСОВАНО

Начальник
Управления
Территориального отдела
Роспотребнадзора по
Ставропольскому краю
г. Невинномысск

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Азалия»

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ №1
г. Невинномысск


И.М. Устинова




И.А. Левадня




Н. В. Божко



ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

приготавливаемых блюд

школьных завтраков, обедов для обучающихся 1-4 классов
(бюджетные средства).

Возрастная категория: с 7 до 11 лет.

Сезон: Осенне-зимний

2024 – 2025 год

№1 1-4 кв ЗАМЕНИТЬ с 01 сентября!!!

ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для обучающихся образовательных организаций города Невинномысского Ставропольского края
в возрасте от 7 до 11 лет (бюджетные средства)

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	к-во Ккал	Витамины, мг				Минералы, мг				№ Рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК															
	Бифштекс рубленый из говядины	90	14,04	13,32	19,98	255,6	0,068	0,044	3,14	0	19,02	25,2	157,6	2,25	Дели принт 2005 - 266
	Каша рассыпчатая (рисовая) с овощами	150	2	0,6	21,7	120	0,03	0,03	0,81	0,6	11,4	30,5	81,7	0,62	Хлебпродинформ 2004 - 301
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,6	18,9	95,4	0,07	0,03	0,72	0	10,35	14,85	39,15	0,9	готовая продукция
	Итого	500	19,74	14,52	75,58	531	0,168	0,104	4,726	0,6	41,58	71,55	278,45	3,97	
ОБЕД															
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	Дели принт 2005 - 102
	Голубцы любительские	90/30	13,26	8,1	18,8	205	0,06	0,1	2,3	13,55	31,2	31,41	143,8	2,1	№131-198г.
	Макаронные изделия отварные	150/5	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 202, 203
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0	5,4	0	0	0,8	Дели принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	28	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	805	29,93	16,5	114	728,9	0,36	0,28	5,82	23,65	128,4	118,71	520	7,348	
	Итого за день	1305	49,67	31,02	189,58	1259,9	0,528	0,384	10,546	24,25	169,98	190,26	798,45	11,318	
1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК															
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/10	4,4	8,2	32,8	200	0,04	0,02	0,88	0,73	101,14	9,6	10	0,36	Дели принт 2005 - 181
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели принт 2005 - 14
	Булочка "Веснушка" шт.	60	4	2,6	27,1	148	0,01	0,01	0,42	0	2,3	8,3	21	0,4	Дели принт 2005 - 429
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели принт 2005 - 377
	Плоды свежие (яблоко) шт.	200	0,8	0	25,2	104	0,06	0,06	16,5	20	32	18	16,5	4,4	Дели принт 2005 - 338
	Итого	702	10,7	20,6	102,9	618	0,1107	0,11	17,81	20,83	142,952	35,9	50,11	5,977	
ОБЕД															
	Капуста тушеная	60	1,2	1,6	8	51,6	0	0	0,06	0	48,8	7,2	48	2,4	Дели принт 2005 - 139
	Суп картофельный с запшой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели принт 2005 - 103, 114
	Котлеты рыбные(филе минтая)	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дели принт 2005 - 234
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дели принт 2005 - 128
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	Итого	800	26,4	24,8	100,2	774,6	1,4	0,11	11,051	15,81	206,26	159,28	690,02	34,91	
	Итого за день	1502	37,1	45,4	203,1	1392,6	1,5107	0,52	28,861	36,64	349,212	195,18	740,13	40,887	
1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК															
	Птица (курица) тушенная с соусом сметаном с томатом и морковью	90/50	16,6	38,3	6,8	401,4	0,13	0,15	5,55	8,68	61	33,46	147	3,27	Хлебпродинформ 2004 - 490
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 202, 203
	Чай с молоком	150/50/15	1,4	1,6	17,7	91	0,04	0,16	0,12	1,33	126,6	15,4	92,8	0,41	Дели принт 2005 - 378
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	16	78	2,4	0,04	0,28	0	14	18,8	63,2	1,56	готовая продукция
	Итого	545	26	40,9	69	712,3	2,41	0,43	7,66	10,01	233,6	105,66	443	8,44	
ОБЕД															
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,9	8,3	84,8	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дели принт 2005 - 88
	Виточки из птицы (курица)	90	12,2	11,6	12,1	201,3	0,08	0,32	16,2	0	29,8	98,28	17,82	0,09	Дели принт 2005 - 294
	Каша рассыпчатая рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дели принт 2005 - 171
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	Итого	755	19,75	21,8	77,75	606,2	1,24	0,48	19,556	21,1	126,51	179,58	307,52	5,72	
	Итого за день	1300	45,75	62,7	146,75	1318,5	3,65	0,91	27,216	31,11	360,11	285,24	750,52	14,16	
1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК															
	Запеканка рисовая с творогом со сухим молоком	200/20	14,7	18,7	80	552	0,05	0,05	2,75	0,33	113,33	23,33	184	0,53	Дели принт 2005 - 188
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели принт 2005 - 14
	Печенье молотное шт.	55	3,4	4,4	33,5	187,6	0,04	0,04	0,9	0	13,1	9	40,5	0,95	готовая продукция
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели принт 2005 - 376

	<i>Итого</i>	500	18,3	31,3	128,6	874,6	0,0907	0,1	3,716	0,33	129,352	33,33	227,11	1,697	
ОБЕД	Икра овощная (свекольная, морковная)	60	0,69	2,04	4,62	39,6	0,012	0,01	0,42	2,28	4,2	4,8	4,8	0,18	Дели принт 2005 - 75
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,3	184	0,048	Дели принт 2005 - 102
	Фрикадельки из птицы (курица)	90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дели принт 2005 - 297
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	3,6	2,4	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	3,2	Дели принт 2005 - 171
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	<i>Итого</i>	822	28,96	25,74	95,32	874	1,244	0,27	9,81	14,216	156,66	79,56	439,28	6,638	
	<i>Итого за день</i>	1322	47,26	57,04	223,92	1748,6	1,3347	0,37	13,526	14,546	286,012	112,89	666,39	8,335	
1 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Рыба запеченная (филе минтая)	90	12,8	42,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Хлебпринформ 2016 - 266
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дели принт 2005 - 128
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	4,6	78	2,1	0,04	0,28	0	14	18,8	63,2	1,56	готовая продукция
	<i>Итого</i>	527	19,2	21,1	60,7	548,4	2,3	0,21	1,64	12,68	84,56	70,58	316,62	4,69	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,8	12	98,2	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дели принт 2005 - 82
	Зразы из говядины	90	13,2	10,7	19,9	225,6	0,016	0,044	3,14	0	2,93	7,08	60,51	0,87	Дели принт 2005 - 274
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 202, 203
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	<i>Итого</i>	740	27,7	16,1	112,2	695,5	1,316	0,224	6,481	21,1	115,83	120,38	442,21	9,1	
	<i>Итого за день</i>	1267	46,9	37,2	172,9	1243,9	3,616	0,434	8,121	33,78	200,39	190,96	758,73	13,79	
	2 НЕДЕЛЯ 6 ДЕНЬ														
ЗАВТРАК	Тефтели из говядины соусом сметанным с томатом (1й вариант)	90/50	13	18,67	18,67	300,54	0,05	0,08	1,78	3,74	13,51	8,4	110,14	1,73	Дели принт 2005-278-331
	Каша рассыпчатая гречневая	150	3,6	2,4	38,7	246	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 171
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели принт 2005 - 376
	35	35	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
<i>Итого</i>	540	19,1	21,47	84,97	670,14	0,24	0,18	4,026	3,74	53,22	57,3	276,24	5,73		
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,3	184	0,048	Дели принт 2005 - 102
	Голубцы любительские	90/30	13,26	8,1	18,8	205	0,06	0,1	2,3	13,55	31,2	34,41	143,8	2,1	№131-19847
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 202, 203
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	<i>Итого</i>	792	28,83	16,3	109,4	704,3	1,36	0,28	5,48	23,65	128,5	121,21	525,5	7,528	
	<i>Итого за день</i>	1332	47,93	37,77	194,37	1374,44	1,6	0,46	9,506	27,39	181,72	178,51	801,74	13,258	
	2 НЕДЕЛЯ 7 ДЕНЬ														
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/10	3	7	30	180	0,01	0,03	0,65	0,15	30	4	24,5	0,05	Дели принт 2005 - 174
	Хлеб пшеничный	58	4,8	0,8	25,2	127,2	0,10	0,04	0,96	0	13,8	19,8	52,2	1,2	готовая продукция
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели принт 2005 - 14
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели принт 2005 - 377
<i>Итого</i>	500	9,3	17,6	73	473,2	0,1107	0,09	1,62	0,25	51,312	23,8	79,31	2,067		
ОБЕД	Икра овощная (свекольная, морковная)	60	0,69	2,04	4,62	39,6	0,012	0,01	0,42	2,28	4,2	4,8	4,8	0,18	Дели принт 2005 - 75
	Суп картофельный с лапшой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели принт 2005 - 403, 114
	Котлеты рубленные из птицы (курица)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели принт 2005 - 294
	Каша рассыпчатая гречневая	150	3,6	2,4	38,7	246	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 171
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	<i>Итого</i>	800	27,89	21,34	121,92	853	1,412	0,43	15,091	5,96	145,3	158,85	596,5	13,2	
	<i>Итого за день</i>	1300	37,19	38,94	194,92	1326,2	1,5227	0,52	16,711	6,21	196,612	187,65	675,81	15,267	
2 НЕДЕЛЯ 8 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Фрикадельки из птицы (курица)	90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дели принт 2005 - 297
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 202, 203
	Чай с лимоном	150/50/15	1,4	1,6	17,7	91	0,04	0,16	0,12	1,33	126,6	15,4	92,8	0,41	Дели принт 2005 - 378
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели принт 2005 - 14
Хлеб пшеничный	35	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция	

	<i>Итого</i>	<i>500</i>	<i>23,8</i>	<i>24,5</i>	<i>73,2</i>	<i>610</i>	<i>0,2667</i>	<i>0,35</i>	<i>6,28</i>	<i>2,248</i>	<i>211,192</i>	<i>76,28</i>	<i>357,9</i>	<i>5,257</i>	
<i>ОБЕД</i>	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,9	8,3	84,8	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	ДеЛи принт 2005 - 88
	Зразы из говядины	90	13,2	10,1	19,9	225,6	0,016	0,044	3,14	0	2,93	7,08	60,51	0,87	ДеЛи принт 2005 - 274
	Каша рассыпчатая рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	ДеЛи принт 2005 - 171
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	ДеЛи принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>755</i>	<i>20,75</i>	<i>20,3</i>	<i>85,55</i>	<i>630,5</i>	<i>1,176</i>	<i>0,204</i>	<i>6,496</i>	<i>21,1</i>	<i>99,64</i>	<i>88,38</i>	<i>350,21</i>	<i>6,5</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>1255</i>	<i>44,55</i>	<i>44,8</i>	<i>158,75</i>	<i>1240,5</i>	<i>1,4427</i>	<i>0,554</i>	<i>12,776</i>	<i>23,348</i>	<i>310,832</i>	<i>164,66</i>	<i>708,11</i>	<i>11,757</i>	
<i>НЕДЕЛЯ 9 ДЕНЬ</i>															
<i>ЗАВТРАК</i>		240													
	Плов из птицы (курица)	(90/150)	15,65	17,5	35,15	381,3	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	ДеЛи принт 2005 - 291
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	ДеЛи принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,6	18,9	95,4	0,08	0,03	0,72	0	10,35	14,85	39,15	0,9	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>500</i>	<i>19,35</i>	<i>18,1</i>	<i>69,05</i>	<i>536,7</i>	<i>0,18</i>	<i>0,24</i>	<i>9,776</i>	<i>3,23</i>	<i>72,56</i>	<i>63,85</i>	<i>279,15</i>	<i>5,5</i>	
<i>ОБЕД</i>	Икра свекольная	60	2,4	6,8	15,4	132	0,01	0,01	0,42	6	13,8	8,4	25,2	0,36	ДеЛи принт 2005 - 75
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	ДеЛи принт 2005 - 102
	Котлеты рыбные (филе минтая)	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	ДеЛи принт 2005 - 234
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	ДеЛи принт 2005 - 128
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	ДеЛи принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>822</i>	<i>27,77</i>	<i>33,5</i>	<i>104,5</i>	<i>868,8</i>	<i>1,37</i>	<i>0,27</i>	<i>3,25</i>	<i>28,68</i>	<i>144,26</i>	<i>108,98</i>	<i>520,22</i>	<i>4,918</i>	
		<i>Итого за день</i>	<i>1322</i>	<i>47,12</i>	<i>51,6</i>	<i>173,55</i>	<i>1405,5</i>	<i>1,55</i>	<i>0,51</i>	<i>13,026</i>	<i>31,91</i>	<i>216,82</i>	<i>172,83</i>	<i>799,37</i>	<i>10,418</i>
<i>НЕДЕЛЯ 10 ДЕНЬ</i>															
<i>ЗАВТРАК</i>	Икра кабачковая (консервированная)	60	0,6	3	4,8	50,7	0,02	0,02	0,37	2,8	54	10,86	33	0,44	T24/96
	Омлет натуральный	106	10,5	13,2	11,1	205	0,08	0,4	0,18	0,2	79,72	12,48	174,6	2,04	ДеЛи принт 2005 - 210
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	ДеЛи принт 2005 - 14
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	ДеЛи принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	102	8,72	1,45	45,78	231,08	0,18	0,07	1,74	0	25,07	35,97	94,83	2,18	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>500</i>	<i>21,32</i>	<i>27,45</i>	<i>79,48</i>	<i>652,78</i>	<i>0,2807</i>	<i>0,51</i>	<i>2,3</i>	<i>3,1</i>	<i>166,302</i>	<i>59,31</i>	<i>305,04</i>	<i>5,477</i>	
<i>ОБЕД</i>	Суп картофельный с крупой (рис)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	ДеЛи принт 2005 - 101
	Фрикадельки из птицы (курица)	90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	ДеЛи принт 2005 - 297
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	ДеЛи принт 2005 - 202, 203
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	ДеЛи принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8	39	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>820</i>	<i>31,7</i>	<i>19,7</i>	<i>115,3</i>	<i>753</i>	<i>1,386</i>	<i>0,28</i>	<i>7,731</i>	<i>8,518</i>	<i>139,48</i>	<i>136,28</i>	<i>590,09</i>	<i>10,11</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>1320</i>	<i>53,02</i>	<i>47,15</i>	<i>194,78</i>	<i>1405,78</i>	<i>1,6667</i>	<i>0,79</i>	<i>10,031</i>	<i>11,618</i>	<i>305,782</i>	<i>195,59</i>	<i>895,13</i>	<i>15,587</i>	
	<i>ВСЕГО ЗА ПЕРИОД</i>	<i>13225</i>	<i>456,49</i>	<i>453,62</i>	<i>1852,62</i>	<i>13715,92</i>	<i>18,4215</i>	<i>5,452</i>	<i>150,32</i>	<i>240,802</i>	<i>2577,47</i>	<i>1868,77</i>	<i>7594,38</i>	<i>154,777</i>	
	<i>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 10 ДНЕЙ</i>	<i>1322,50</i>	<i>45,65</i>	<i>45,36</i>	<i>185,26</i>	<i>1371,59</i>	<i>1,84</i>	<i>0,55</i>	<i>15,03</i>	<i>24,08</i>	<i>257,75</i>	<i>186,88</i>	<i>759,44</i>	<i>15,48</i>	

ию составлено согласно нормативных документов:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания
ев 1998г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников
Москва, 2005г.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания

М.Скурихин, В.А.Тутельян, Москва 2008г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Москва, 2004г.

отношение белков, жиров, углеводов 1:1:4

инженер-технолог:



Сыедов С. В.