

СОГЛАСОВАНО

Начальник

Управления

Территориального отдела

Роспотребнадзора по

Ставропольскому краю

в г. Невинномысске



И.М. Устинова



И.А. Левадняя



Н. В. Балачий

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Азалия»

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ СОШ №5

с. Балахоновское

ПРИМЕРНОЕ 12-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**

№50 1400 ЗАМЕЛЕНА С ОЛ САНДОРА 111

ПРИМЕРНОЕ 12-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для обучающихся образовательных организаций Корфевского Муниципального Округа Ставропольского края в возрасте от 7 до 11 лет (бюджетные средства)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	к-во Ккал	Витамины, мг.			Минералы, мг.			№ Рецептура			
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg		P	Fe	
1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ ЗАВТРАК	Бифидоген 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 рисоватая (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	Хлебпротформ 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	77	6	1	31,5	159	0,13	0,05	1,2	0	17,25	24,75	62,25	1,5	готовая продукция	
	Итого	532	22,14	14,92	88,18	594,6	0,228	0,124	5,206	0,6	48,48	81,45	301,55	4,57		
	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
		Головки льбильские	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	№131-1984г.
		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	
Итого		792	28,83	16,3	109,4	704,3	1,36	0,28	5,48	23,65	128,5	118,21	525,5	7,328		
Итого за день		1324	50,97	31,22	197,58	1298,9	1,588	0,404	10,686	24,25	176,98	199,66	827,05	12,098		
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
		Булочка "Веселуха" 1 шт.	30	4	2,6	27,1	148	0,01	0,01	0,42	0	2,3	8,3	21	0,4	Дели принт 2005 - 429
	Масло сливочное "Крестьянское" С/ур "Росинский"	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	15	3,8	4	0	51	0,01	0,01	0,04	0,75	156	8,4	81	0,01	Дели принт 2005 - 15	
	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	
	Итого	307	13,7	24,6	77,7	565	0,0607	0,06	1,35	1,58	266,952	26,3	114,61	1,587		
	ОБЕД	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 - 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		740	25,2	23,2	92,2	723	1,4	0,41	10,991	15,81	157,46	152,08	642,02	10,91		
Итого за день		1247	38,9	47,8	169,9	1288	1,4607	0,47	12,341	17,39	424,412	178,38	756,63	12,497		
1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ ЗАВТРАК		Пшени (сурина) тушеная с соусе сметанным 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	Хлебпротформ 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 - 331
	Чай с сахаром	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 - 202, 203	
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	16	78	2,1	0,04	0,28	0	14	18,8	73,2	1,56	Дели принт 2005 - 378	
	Итого	545	26	40,9	69	712,3	2,41	0,43	7,66	10,01	233,6	105,06	453	8,44	готовая продукция	
	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
		Плов из пшени (сурина)	240	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	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>	755	21,15	23	79,05	628,7	1,26	0,31	10,676	24,33	126,11	91,3	390,7	6,83	
	<i>Итого за день</i>	1300	47,15	63,9	148,05	1341	3,67	0,74	18,336	34,34	359,71	196,96	843,7	15,27	
1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ															
	Запеканка рисовая с творогом со стученым 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
ЗАВТРАК	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 молочное Зигт	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
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,5	20	97,5	2,63	0,05	0,35	0	17,5	23,5	79	1,95	готовая продукция
	<i>Итого</i>	550	21,6	31,8	148,6	972,1	2,7207	0,15	4,066	0,33	146,852	56,83	306,11	3,647	
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
	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 - 204
	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>	762	27,37	22,8	89,8	819,7	1,256	0,27	8,76	11,468	125,68	77,53	401,09	6,668	
1 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ															
	Рыба запеченная (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	Хлебпринформ 2016 - 266
ЗАВТРАК	Картофельные 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	2,4	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>	537	19	21,1	57,3	534	0,25	0,19	1,84	12,68	77,46	61,68	279,42	3,73	
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	10,1	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	34	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>	744	27,7	16,1	112,2	695,5	1,316	0,224	6,481	21,1	115,83	120,38	442,21	9,1	
1 НЕДЕЛЯ 6 ДЕНЬ															
	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	12/196
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	106	10,3	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 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	109	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>	500	20,02	25,85	76,78	621,78	0,2807	0,5	2,356	3	161,772	60,31	305,04	4,877	
ОБЕД															
	Суп картофельный с верухой (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 рыбы (минтай)	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
	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	5	4,8	36,1	207,7	0,12	0,05	0,59	0	20,05	28,52	132,48	2,25	Дели принт 2005 - 302
	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>	755	25,9	22,4	106,3	729,1	1,43	0,25	3,426	7,71	103,76	114,42	587,58	5,44	
2 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ															
	Тертый из говяжьих соусом сметанным с томатами (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
ЗАВТРАК	Каша рассыпчатая гречневая	150	3,6	2,4	38,7	246	0,11	0,08	1,71	9	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 171

ОБЕД	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		
	Итого	535	19,1	21,47	84,97	670,14	0,24	0,18	4,026	3,74	53,22	57,3	276,24	5,73			
	Суп картофельный с лапшой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	0	61,4	48	240	4,4	Дели принт 2005 - 103, 114	
	Голубцы любительские	90/30	13,26	8,1	18,8	205	0,06	0,1	2,3	13,55	0	31,2	34,41	143,8	2,1	№131-1984г	
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	3,2	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		
	Итого	792	26,26	14,4	99	654,3	1,4	0,44	13,63	16,88	143,9	139,71	581,5	11,88			
	Итого за день	1327	45,36	35,87	183,97	1324,44	1,64	0,62	17,656	20,62	197,12	197,01	857,74	17,61			
	2 НЕДЕЛЯ 8 ДЕНЬ	Каши 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	43	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	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели принт 2005 - 14
		Сыр "Российский"	15	3,8	4	0	51	0,01	0,01	0,04	0,75	156	8,4	81	0,01	Дели принт 2005 - 15	
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		
Итого		500	13,1	21,6	73	524,2	0,1207	0,1	1,66	1	207,312	32,2	160,31	2,077			
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	
		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	
		Каши рассычатая гречневая	150	3,6	2,4	38,7	246	0,14	0,08	1,71	0	3,2	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 171	
		Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,11	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	740	29,77	21,2	127,7	863,4	1,36	0,26	6,521	10,45	125,7	135,55	535,7	8,668		
		Итого за день	1240	42,87	42,8	200,7	1387,6	1,4807	0,36	8,181	11,45	333,012	167,75	696,01	10,745		
		2 НЕДЕЛЯ 9 ДЕНЬ	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	3,2	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		60	4,8	0,8	25,2	127,2	0,10	0,04	0,86	0	13,8	19,8	52,2	1,2	готовая продукция	
	Итого		563	26,1	16,7	85,7	598,6	0,316	0,36	6,75	2,248	215,98	86,18	391,39	5,84		
	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
			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
Каши рассычатая рисовая			150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	3,2	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	20,75	20,3	85,55	630,5	1,176	0,204	6,496	21,1	99,64	88,38	350,21	6,5		
Итого за день			1320	46,85	37	171,25	1229,1	1,492	0,364	13,246	23,348	315,62	174,56	731,6	12,34		
2 НЕДЕЛЯ 10 ДЕНЬ			Плов из птицы (курица)	240	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	50	4	0,7	21	106	0,08	0,03	0,8	0	11,5	16,5	43,5	1	готовая продукция	
		Итого	505	19,75	18,2	71,15	547,3	0,18	0,24	9,856	3,23	73,71	65,5	283,5	3,6		
		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 - 103, 114	
ЗАВТРАК		Гуляш из говядины	90/50	24,04	10,24	5,92	214,4	0,96	0,09	3,33	0	30,4	28,8	275,2	3,68	Дели принт 2005 - 260	
		Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	69,92	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		
	Итого	240	27,88	18,7	36,7	489,2	1,06	0,17	4,26	12,47	34,56	67,18	249,92	4,4			
	Итого за день	240	27,88	18,7	36,7	489,2	1,06	0,17	4,26	12,47	34,56	67,18	249,92	4,4			

2 НЕДЕЛЯ 11 ДЕНЬ	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	30	1.05	0.02	0.14	0	7	9.4	31.6	0.78	готовая продукция		
	Итого	812	10	22.84	70.72	683.2	2.26	0.43	13.88	15.8	140.26	115.28	633.82	10.98			
	Итого за день	1317	29.75	41.04	141.87	1232.5	2.44	0.67	23.736	19.03	213.97	180.78	917.32	16.58			
	ЗАВТРАК	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	Т2496	
		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	Дейлн 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	Дейлн 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	Дейлн 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	
		Итого	500	21.32	27.45	79.48	652.78	0.2007	0.51	2.3	3.1	166.302	59.31	305.04	5.477		
		ОБЕД	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	Дейлн 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	Дейлн 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	Дейлн принт 2005 - 202, 203
Компот из смеси сухофруктов			200	3.8	0	31.2	127.2	0	0.011	0	0	17	33	91	2.8	Дейлн 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			740	31.7	19.7	113.3	753	1.386	0.28	7.731	8.518	139.48	136.28	590.09	10.11		
Итого за день	1240		53.02	47.15	194.78	1405.78	1.6667	0.79	10.031	11.618	305.782	195.59	895.13	15.587			
2 НЕДЕЛЯ 12 ДЕНЬ	ЗАВТРАК		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	Дейлн принт 2005 - 234
			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	Дейлн 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	Дейлн принт 2005 - 376
			Хлеб пшеничный	60	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
			Итого	515	21.3	15.4	68.4	641.7	0.236	0.2	5.406	1.028	94.19	66.38	340.99	6.21	
		Борщ с капустой и картофелем	250	1.6	4.8	12	98.2	0.06	0.06	1	2.11	50	23	93	0.85	Дейлн принт 2005 - 82	
		Фрикадельки из рыбы (минтай)	90	12.8	12.2	13.9	216	0.1	0.08	0.43	0.11	36	32.6	192.4	1.61	Дейлн принт 2005 - 234	
		Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	5	4.8	36.1	207.7	0.12	0.05	0.59	0	20.05	28.52	132.48	2.25	Дейлн принт 2005 - 302	
		Чай с сахаром	200/15	0.1	0	15	60	0.00	0.00	0.056	0	0.81	1	0	0.2	Дейлн 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	762	23.2	22.4	97.6	684.5	1.38	0.23	2.696	21.21	120.76	104.42	475.58	6.29		
		Итого за день	1277	44.5	37.8	166	1326.2	1.616	0.43	8.102	22.238	214.95	170.8	816.57	12.5		
ВСЕГО ЗА ПЕРИОД	15440	540.96	524.63	2165.08	16205.7	24.3075	6.632	148.944	240.572	3272.85	2152.64	9063.2	160.389				
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ	1286.67	45.08	43.72	180.42	1350.48	2.03	0.55	12.41	20.05	272.74	179.39	805.27	13.37				

Метод составлено согласно нормативных документов:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Киев 1998г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников Москва, 2005г.
3. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания П.М.Сурицын, В.А.Туртская. - Москва 2008 г.
4. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Москва, 2004г.

Польнер-технолог:



Светлана С. В.