

Утверждаю

Шаповалов Н.Н.



ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
на осенне-зимний период для школьников

МБОУ Грековская ООШ
г. Миллерово

Согласовано

Директор МБОУ Грековская ООШ

Авраменко И.В.



2022-2023г

Итого за Обед							
Льготная категория питаю	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
		707	18,98	21,15	79,87	609,6	
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р		472	7,94	6,62	56,8	333,8	527
Итого за день		1 569	42,5	54,88	175,63	1292,91	30-39
							181-40

Итого за Обед							
Льготная категория питател	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
		707	18,98	21,15	79,87	609,6	
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р		472	7,94	6,62	56,8	333,8	527
Итого за день		1 569	42,5	54,88	175,63	1292,91	30-39
							181-40

Громкий	Наименование блюда	Вес блюда	Питательные вещества			Средняя стоимость	Дата: вторник
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный	180	12,48	22,88	2,41	138,84	
	Творожок овсяный (консервированный)	25	0,74	0,06	1,96	8,82	
	Круассан мясной	208			18,86	78,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	81,2	
	Масло сливочное (подсолн.)	5	0,04	3,93	0,07	32,06	
Итого за завтрак		390	15,58	27,77	38,86	349,81	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	71,8	
	Рыба, филе в томате с овощами	60	7,8	3,66	3,04	24	
	Картофельное пюре с маслом	120	2,88	7,46	17,34	150,16	
	Кисель ягодный (Овсяная каша)	38	0,88	3,11	2,88	41,88	

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Тефтели мясные с соусом	50/20	4,43	10,25	7,39	141,91	279	
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Итого за Завтрак		420	7,87	38,46	42,72	564,46	
Обед	Суп картофельный с горохом .	200	5,72	38,52	12,49	439,4	102	
	Сосиски отварные .	60	6,05	16,96	0,27	178,91	243	
	Макаронные изделия отварные с маслом.	120	4,35	4,66	24,4	156,86	203	
	Капуста тушеная . (Осенне-зимний)	35	0,8	0,94	3,42	25,74	321	
	Кисель из яблок сушеных	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		665	23,38	63,77	107,26	1128,54		90-00
Льготная категория питаю	Суп картофельный с горохом .	200	5,72	38,52	12,49	439,4	102	
	Кисель из яблок сушеных	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р		450	12,18	41,21	79,17	767,03	
Итого за день		1 535	43,43	143,44	229,15	2460,03		181-40

(лист 4)

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Запеканка из творога	130	25,12	23,87	24,93	414,57	223	
	Сгущенное молоко	20	7,9	8,7	54,4	320	579	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Итого за Завтрак		380	35,34	33,47	114,23	905,57	
Обед	Борщ с капустой и картофелем..	200	1,38	4,14	9,6	81,72	82	
	Плов из курицы	170	17,42	20,75	29,67	378,19	291	
	Салат из моркови с сахаром	35	0,43	0,03	4,02	28,6	62	
	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		655	26,63	27,76	98,77	773,31		90-00
Льготная категория питаю	Борщ с капустой и картофелем..	200	1,38	4,14	9,6	81,72	82	
	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	

Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	450	8,78	6,98	65,08	366,52		30-39
Итого за день	1 485	70,75	68,21	278,08	2045,4		181-40

Прем. пункт	Наименование блюда	Вис. блюда	Группы продуктов			Итого за день	Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р
			Хлеб	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
	Сок фруктовый или яблочный	30	1,84	0,8	9,96	60,8	220
	Салат из моркови с сахаром	30	0,43	0,03	1,75	10,9	40
	Гречка на кипятке	170	17,45	30,76	20,67	378,19	1381
	Борщ с капустой и картофелем	500	1,38	4,14	9,8	81,75	303
	Итого за завтрак	380	32,04	37,47	114,23	608,27	2207
	Итого за день	1 485	70,75	68,21	278,08	2045,4	181-40
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	450	42,18	41,21	78,17	187,09	30-39
	Итого за день	1 485	42,43	42,44	228,18	2480,03	181-40

Прем. пункт	Наименование блюда	Вис. блюда	Группы продуктов			Итого за день	Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р
			Хлеб	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
	Сок фруктовый или яблочный	30	1,84	0,8	9,96	60,8	220
	Салат из моркови с сахаром	30	0,43	0,03	1,75	10,9	40
	Гречка на кипятке	170	17,45	30,76	20,67	378,19	1381
	Борщ с капустой и картофелем	500	1,38	4,14	9,8	81,75	303
	Итого за завтрак	380	32,04	37,47	114,23	608,27	2207
	Итого за день	1 485	70,75	68,21	278,08	2045,4	181-40
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	450	42,18	41,21	78,17	187,09	30-39
	Итого за день	1 485	42,43	42,44	228,18	2480,03	181-40

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 1

День: пятница

(лист 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Печень, тушенная в соусе	50/20	9,61	6,7	6,29	124,54	261	
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	120	6,77	7,19	33,17	227,96	171	
	Овощи соленые (огурец). (Осенне-зимний)	25	0,1		16,25	62,5	70	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
Итого за Завтрак		445	18,87	14,81	85,65	566,2		61-01
Обед	Суп картофельный с крупой(ячневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101	
	Котлеты ,биточки мясные.	70	8,79	20,08	10,56	259,05	268	
	Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128	
	Икра свекольная	35	0,48	2,66	3,29	38,81	75	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
Итого за Обед		675	20,93	35,01	118,44	895,98		90-00
Льготная категория питаю	Суп картофельный с крупой(ячневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р		450	9,08	4,81	87,25	447,97		30-39
Итого за день		1 570	48,88	54,63	291,34	1910,15		181-40

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 2

День: понедельник

(лист 6)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Суп молочный с вермишелью.	200	4,38	3,8	14,36	120	120	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
Итого за Завтрак		445	11,38	14,23	49,33	396,05		61-01
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Жаркое по-домашнему	170	12,36	30,17	16,72	390,73	259	
	Горошек овощной (консервированный). (Осенне-зимний)	35	1,03	0,07	2,17	13,33	131	
	Кисель из яблок сушеных	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	

	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		655	22,3	36,84	102,77	855,23		90-00
Льготная категория питаю								
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Кисель из яблок сушеных	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р		450	8,91	6,6	83,88	451,17		30-39
Итого за день		1 550	42,59	57,67	235,98	1702,45		181-40

	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб пшеничный	30	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Итого за Завтрак		448	18,87	14,81	44,8	300,0		
Обед								
	Суп картофельный с крупоно-квашей	200	2,17	8,88	1,98	8,79	1,7	
	Котлетки мясные	150	2,58	7,48	0,48	1,1	300	
	Картофельное пюре с маслом	200	2,08	4,16	1,24	0,8	30	
	Кисель из яблок сушеных	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	1,6	1,24	0,8	30	
	Хлеб пшеничный	30	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		878	32,01	18,44	80,88	407,88		00-00
Льготная категория питаю								
	Суп картофельный с крупоно-квашей	200	2,17	8,88	1,98	8,79	1,7	
	Котлетки мясные	150	2,58	7,48	0,48	1,1	300	
	Картофельное пюре с маслом	200	2,08	4,16	1,24	0,8	30	
	Кисель из яблок сушеных	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	1,6	1,24	0,8	30	
	Хлеб пшеничный	30	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р		450	8,91	6,6	83,88	451,17		30-39
Итого за день		1 870	48,88	24,81	128,76	658,05		181-40

	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб пшеничный	30	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Итого за Завтрак		448	18,87	14,81	44,8	300,0		
Обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Кисель по-домашнему	150	1,1		42,28	179,37	349	
	Торт с вареньем (кондитерский)	38	1,03	0,07	2,17	12,32	131	
	Хлеб пшеничный	30	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		448	14,29	14,29	11,38	300,0		81-01
Завтрак								
	Суп мясной с варениками	200	4,38	3,8	14,38	120	120	
	Котлетки мясные	200	2,32	0,8	18,68	120	378	
	Хлеб пшеничный	30	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Магги сливочное (пастериз.)	8	0,04	0,07	0,32	0,25	14	
	Сыр твердый (пастериз.)	10	4,84	2,9	12	12	12	
Итого за Завтрак		448	11,38	14,29	48,32	300,0		81-01

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 2

День: вторник

(лист 7)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Колбаса отварная (порциями)	55	7,04	12,21	0,82	141,35	16	
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	120	5,24	6,02	28,49	191,78	171	
	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	25	0,35	1,5	2,07	23,2	52	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
Итого за Завтрак		452	15,08	20,65	61,52	509,53		61-01
Обед	Суп картофельный с горохом	200	5,72	38,52	12,49	439,4	102	
	Птица тушеная в соусе сметанном/	70	8,36	7,08	2,46	107,1	290	
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	120	6,77	7,19	33,17	227,96	171	
	Салат из квашеной капусты (Осенне-зимний)	35	0,6	1,75	2,96	30	47	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржанос-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		675	27,91	57,23	117,76	1132,09		90-00
Льготная категория питаю	Суп картофельный с горохом	200	5,72	38,52	12,49	439,4	102	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржанос-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р		450	12,18	41,21	79,17	767,03	
Итого за день		1 577	55,17	119,09	258,45	2408,65		181-40

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 2

День: среда

(лист 8)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Пудинг из творога (запеченный) с соусом и изюмом.	150	15,45	13,05	26,7	286,88	222	
	Кофейный напиток	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Итого за Завтрак		385	17,81	17,58	61,67	490,93	
Обед	Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108	
	Тефтели мясные с соусом	70	4,43	10,25	7,39	141,91	279	
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171	
	Винегрет овощной	35	0,49	3,51	2,55	43,79	67	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржанос-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	

Итого за Обед	697	15,35	47,38	80,84	834,45	90-00
Льготная категория питающихся						
Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108
Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	472	9,38	6,33	65,51	377,4	30-39
Итого за день	1 554	42,54	71,29	208,02	1702,78	181-40

Итого за завтрак	102	2,32	0,9	2,92	30	260
Хлеб пшеничный	102	2,32	0,9	2,92	30	260
Итого за Обед	697	15,35	47,38	80,84	834,45	90-00
Льготная категория питающихся						
Суп картофельный с горохом	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	472	9,38	6,33	65,51	377,4	30-39
Итого за день	1 554	42,54	71,29	208,02	1702,78	181-40

(лист 8)

День: среда

Итого: 2

Район: Школа мильковская район

Питомец	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Лист	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Итого за завтрак	Пудинг из творога (запеченный) с соусом в ванильном	150	12,48	13,08	28,7	286,88	222		
	Лифинный напиток	200			19,98	78,8	318		
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,84	91,2	860		
	Масло сливочное (подп.)	8	0,04	3,68	0,07	33,08	14		
	Итого за завтрак	388	17,81	17,68	61,67	480,93		61-01	
	Обед	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	19,03	148,4	188	
		Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
		Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
		Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
		Итого за Обед	697	15,35	47,38	80,84	834,45		90-00
Льготная категория питающихся									
Суп картофельный с горохом		200	2,85	3,67	15,03	115,4	108		
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377		
Хлеб пшеничный		20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
Хлеб ржано-пшеничный		30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	472	9,38	6,33	65,51	377,4	30-39			
Итого за день	1 554	42,54	71,29	208,02	1702,78	181-40			

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 2

День: четверг

(лист 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,4	204	
	Какао с молоком..	200	3,87	3,1	25,17	145,36	382	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
Итого за Завтрак		435	19,77	23,55	74,29	604,01		61-01
Обед	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96	
	Печень, тушенная в соусе	70	9,61	6,7	6,29	124,54	261	
	Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128	
	Овощи соленые (огурец). (Осенне-зимний)	35	0,14		22,75	87,5	70	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		675	21,44	20,87	133,52	827,36		90-00
Льготная категория питаю								
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за день		1 560	50,32	51,13	294,95	1896,54		181-40

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 2

День: пятница

(лист 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Птица отварная с соусом.	70	16,81	21,48	1,06	264,57	288	
	Рис припущенный	120	2,91	3,44	29,34	159,96	305	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
Итого за Завтрак		447	22,21	29,47	60,61	610,78		61-01
Обед	Борщ с капустой и картофелем..	200	1,38	4,14	9,6	81,72	82	
	Сосиски отварные .	60	6,05	16,96	0,27	178,91	243	
	Каша рассыпчатая перловая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171	
	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	35	0,49	2,1	2,89	32,48	52	
	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Обед		665	16,37	53,33	73,63	849,26		90-00
Льготная категория питаю								

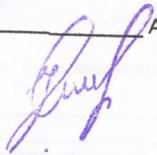
Борщ с капустой и картофелем..	200	1,38	4,14	9,6	81,72	82	
Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р	450	8,78	6,98	65,08	366,52		30-39
Итого за день	1 562	47,36	89,78	199,32	1826,56		181-40

Итого за Завтрак	450	19,77	39,54	89,78	450		
Итого за Обед	450	19,77	39,54	89,78	450		
Итого за Ужин	450	19,77	39,54	89,78	450		
Итого за день	1 350	59,31	118,62	269,34	1 350		

Провад. пиди	Наименование блюда	Вес блюда	Питательные вещества			Цена: латвия	№ рецептура	Латвия
			Белки	Жиры	Углеводы			
Итого за Завтрак	Борщ с капустой и картофелем..	200	1,38	4,14	9,6	81,72	82	
Итого за Обед	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Масло сливочное (полужирное)	5	0,04	3,63	0,07	33,06	14	
	Хлеб пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Итого за Ужин	Борщ с капустой и картофелем..	200	1,38	4,14	9,6	81,72	82	
Итого за день	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Масло сливочное (полужирное)	5	0,04	3,63	0,07	33,06	14	
	Хлеб пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	

Итого за период	15 532	495,93	765,69	2486,47	19285,61		
Среднее значение за период		49,6	76,6	248,6	1928,6		

Составил _____ Администратор



Утвердил _____

