

Утверждаю
Директор МОУ Байновской СОШ


Н.А. Кунавина

« 30 » « *август* » 20*22* г.



**Двухнедельное меню
для организации питания детей 7-11 лет
в МОУ Байновской СОШ**

Примерное двухнедельное меню

Для учащихся 1-4 классов в МОУ Байновская СОШ городского округа Богданович

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Энергетическая ценность, Ккал | Химический состав, г | | | Витамин С, мг | | | Минеральные вещества | | | | |
|----------------------|---------------------------------------|----------|-------------------------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|----------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С | В ₁ | А | Са | Р | Mg | Fe | Е |
| ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ | | | | | | | | | | | | | | |
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 262 | Каша манная молочная с маслом | 150/5 | 162 | 5 | 6 | 23,1 | 1,35 | 0,13 | 0,039 | 99,6 | 90,9 | 15,15 | 0,33 | 0,39 |
| 105 | Масло сливочное порционно | 15 | 112,2 | 0,75 | 12,37 | 0,12 | 0 | 0 | 0,9 | 1,8 | 2,8 | 0 | 0,3 | 0,15 |
| 100 | Сыр порционно | 15 | 52 | 3,8 | 3,9 | 0 | 0,247 | 0,06 | 0 | 27,502 | 12,502 | 0,877 | 0,06 | 0,06 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 60 | 0,1 | 0 | 15 | 0,0 | 0,00 | 0,00 | 11 | 3 | 1 | 0,3 | 0,0 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| | Итого: | | 511 | 13,42 | 23,3 | 63,48 | 1,60 | 0,74 | 0,94 | 149 | 139 | 24 | 1,57 | 1,33 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 147 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 109,5 | 2,5 | 2,7 | 18,5 | 6 | 0,82 | 0 | 13,5 | 53 | 19,7 | 0,8 | 1,4 |
| 370 | Плов из говядины | 150 | 264 | 11,34 | 11,16 | 49,2 | 0,2 | 0,42 | 0,36 | 13,8 | 136,2 | 31,81 | 1,6 | 0,48 |
| 7 | Салат из моркови | 100 | | | | | | | | | | | | |
| 508 | Компот из сух. фруктов с вит.С | 200 | 110 | 0,5 | 0,0 | 27,0 | 0,5 | 0,01 | 0,00 | 28 | 19 | 7 | 1,5 | 0,0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» хлеб | 30 | 70 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |
| | Итого: | | 594 | 17,92 | 14,36 | 118,06 | 1,7 | 1,58 | 0,36 | 71,3 | 259,3 | 72,21 | 12,03 | 2,21 |
| ВТОРНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 268 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом | 150/5 | 204 | 7,3 | 10,93 | 25,25 | 0,52 | 0,072 | 0,08 | 149 | 241,8 | 32,8 | 0,92 | 0,58 |
| 501 | Кофейный напиток | 200 | 134 | 2,36 | 1,6 | 27,58 | 1,49 | 0,07 | 0,02 | 126 | 90 | 14 | 0,1 | 0,02 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|----------------|---------------|--------------|--------------|-------------|
| 313/481 | Запеканка творожная со сгущ. молоком | 150/25 | 378,13 | 26,79 | 16,1 | 31 | 0,6 | 0,07 | 0,2 | 474 | 347 | 38 | 0,1 | 0,7 |
| 494 | Чай с сахаром | 200 | 60 | 0,1 | 0 | 15 | 0,0 | 0,00 | 0,00 | 11 | 3 | 1 | 0,3 | 0,0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| | Итого: | | 563,73 | 30,66 | 17,13 | 71,26 | 0,6 | 0,62 | 0,2 | 493,7 | 382,5 | 45,7 | 0,98 | 1,43 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 142 | Щи из свежей капусты | 250/5 | 163,2 | 6,862 | 8,486 | 10 | 10,3 | 0,06 | 0,1 | 41,93 | 48,81 | 22,65 | 1,01 | 1,53 |
| 369 | Пюре картофельное | 150 | 140 | 3,04 | 4,96 | 20,7 | 7,6 | 0,16 | 0,04 | 35 | 266 | 56 | 3,4 | 0,8 |
| 333 | Рыба жаренная | 100 | 74 | 0 | 0 | 18,4 | 30 | 0,06 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 30 | 70 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |
| 237 | Чай с лимоном | 200/8 | 60 | 0,3 | 0 | 15,2 | 0,8 | 0 | 0 | 14,2 | 4 | 2 | 0,4 | 0 |
| | Итого | | 726,6 | 13,78 | 13,95 | 87,66 | 48,7 | 0,34 | 0,64 | 107,13 | 369,91 | 94,25 | 12,94 | 2,66 |
| | ПЯТНИЦА | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| 255 | Каша молочная ячневая с маслом | 150/5 | 271,2 | 6,4 | 11,4 | 35,76 | 1,42 | 0,12 | 0,08 | 167 | 250,6 | 37,2 | 1,15 | 0,76 |
| 494 | Чай с лимоном | 200/8 | 60 | 0,3 | 0 | 15,20 | 0,8 | 0 | 0 | 14,2 | 4 | 2 | 0,4 | 0 |
| 100 | Сыр порционн | 15 | 52 | 3,8 | 3,9 | 0 | 0,247 | 0,06 | 0 | 27,502 | 12,502 | 0,877 | 0,06 | 0,06 |
| 105 | Масло порционн | 15 | 112,2 | 0,75 | 12,37 | 0,12 | 0 | 0 | 0,9 | 1,8 | 2,8 | 0 | 0,3 | 0,15 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| | Итого | | 629 | 15,02 | 28,54 | 76,34 | 2,467 | 0,73 | 0,17 | 219,202 | 302,40 | 46,77 | 2,49 | 1,7 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 159/170 | Суп пюре из картофеля с гренками | 250/20 | 199,22 | 5,2 | 6,3 | 29,1 | 7,7 | 0,114 | 0,042 | 94,2 | 115,8 | 30,4 | 0,88 | 0,2 |
| 291 | Макаронь отварные | 150 | 220,5 | 5,3 | 6,2 | 35,3 | 0,015 | 0,057 | 0 | 5,7 | 35,7 | 8,1 | 0,78 | 0,795 |
| 381 | Котлета из говядины | 100 | 286 | 17,8 | 17,5 | 14,3 | 0 | 0,09 | 0,04 | 39 | 185 | 26 | 0,28 | 0,5 |
| 448 | Соус белый основной | 30 | 19,44 | 0,037 | 1,21 | 1,76 | 0,22 | 0,33 | 0,087 | 1,65 | 4,8 | 1,02 | 0,042 | 0,42 |
| 508 | Компот из сух. фруктов | 200 | 124 | 0,6 | 0 | 31,4 | 0,8 | 0,01 | 0 | 280 | 19 | 7 | 1,5 | 0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 30 | 70 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--------------|--|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого | | 926,66 | 31,21 | 31,71 | 135,22 | 8,735 | 0,66 | 0,16 | 436,55 | 411,4 | 86,12 | 11,62 | 2,245 |

В Т О Р А Я Н Е Д Е Л Я

П О Н Е Д Е Л Ь Н И К

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---------------------------------------|-------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| 260 | Каша молочная Дружба с маслом | 150/5 | 169,65 | 3,945 | 8,748 | 18,795 | 0,99 | 0,06 | 0,06 | 94,95 | 105,3 | 22,95 | 0,42 | 0,15 |
| 105 | Масло сливочное порционно | 15 | 112,2 | 0,75 | 12,37 | 0,12 | 0 | 0 | 0,9 | 1,8 | 2,8 | 0 | 0,3 | 0,15 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| 494 | Чай с сахаром с вит.С | 200 | 60 | 0,1 | 0 | 15 | 0,0 | 0,00 | 0,00 | 11 | 3 | 1 | 0,3 | 0,0 |
| 110 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| | Итого | | 467,45 | 3,949 | 8761,4 | 59,17 | 0,99 | 0,61 | 0,96 | 116,45 | 143,6 | 30,65 | 1,6 | 1,03 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 144 | Суп картофельный с бобовыми , курицей | 250 | 224 | 11,062 | 9,786 | 22,3 | 5,67 | 0,195 | 0,04 | 19 | 65,75 | 25,5 | 0,92 | 0,225 |
| 291 | Макаронны отварные | 150 | 220,5 | 5,3 | 6,2 | 35,3 | 0,015 | 0,057 | 0 | 5,7 | 35,7 | 8,1 | 0,78 | 0,795 |
| 367 | Гуляш из говядины | 120 | 297 | 20,6 | 22,1 | 4,2 | 1,3 | 0,07 | 0,04 | 17 | 215 | 30 | 3,2 | 0,7 |
| | Напиток с витаминами Валитек | 200 | | 0 | 0 | 18,4 | 30 | 0,06 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 30 | 70 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |
| | Итого | | 851,9 | 40,54 | 9814,8 | 103,5 | 36,98 | 0,442 | 5,08 | 57,7 | 367,55 | 77,2 | 13,03 | 2,05 |

В Т О Р Н И К

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|----------------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| 267 | Каша молочная пшеничная с маслом | 150 | 180 | 5 | 3,2 | 23,9 | 0,32 | 0,106 | 0,063 | 107,7 | 163,9 | 37,5 | 0,179 | 0,18 |
| 300 | Яйцо отварное | 46 | 63 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 0,0 | 0,03 | 0,10 | 22 | 77 | 5 | 1,0 | 0,2 |
| 501 | Кофейный напиток | 200 | 134 | 2,36 | 1,6 | 27,52 | 1,49 | 0,07 | 0,02 | 126 | 90 | 14 | 0,1 | 0,02 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| | Итого | | 502,6 | 16,23 | 10,87 | 76,98 | 1,81 | 0,756 | 0,18 | 264,4 | 363,4 | 63,2 | 1,85 | 1,13 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 147 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 109,5 | 2,5 | 2,7 | 18,5 | 6 | 0,82 | 0 | 13,5 | 53 | 19,7 | 0,8 | 1,4 |
| 429 | Пюре картофельное | 150 | 140 | 3,04 | 4,96 | 20,7 | 7,6 | 0,16 | 0,04 | 35 | 266 | 56 | 3,4 | 0,8 |
| 389 | Тефтели из говядины с | 110 | 239 | 13,8 | 16,37 | 0,6 | 0,06 | 0,02 | 19 | 0,02 | 153 | 21 | 0,22 | 0,5 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|------------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| | соусом | | | | | | | | | | | | | |
| 508 | Компот из смеси сух. фруктов | 200 | 124 | 0,6 | 0 | 31,4 | 0,8 | 0,01 | 0 | 280 | 19 | 7 | 1,5 | 0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 30 | 70 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |
| | Итого | | 722,9 | 23,52 | 24,53 | 94,56 | 14,46 | 1,07 | 19,04 | 344,52 | 542,1 | 117,3 | 13,72 | 3,03 |

СРЕДА

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--------------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|-------------|
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| 268 | Каша рисовая молочная с маслом | 150 | 204 | 7,3 | 10,93 | 25,25 | 0,52 | 0,072 | 0,08 | 149 | 241,8 | 32,8 | 0,92 | 0,58 |
| 100 | Сыр порционно | 15 | 52 | 3,8 | 3,9 | 0 | 0,247 | 0,06 | 0 | 27,502 | 12,502 | 0,877 | 0,06 | 0,06 |
| 237 | Чай с лимоном | 200 | 60 | 0,3 | 0 | 15,20 | 0,8 | 0 | 0 | 14,2 | 4 | 2 | 0,4 | 0 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| | Итого | | 441,6 | 15,17 | 15,86 | 65,71 | 1,57 | 0,69 | 0,08 | 199,40 | 290,8 | 42,3 | 2,02 | 1,37 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 128 | Борщ из свежей капусты | 250 | 163,2 | 6,872 | 10,126 | 13,29 | 10,3 | 0,06 | 0,1 | 41,93 | 48,81 | 22,65 | 1,01 | 1,53 |
| 237 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 267 | 8,73 | 10,35 | 63,6 | 0 | 0,09 | 0,0405 | 14,25 | 202,67 | 13,53 | 0,45 | 0,615 |
| 404 | Кура отварная | 100 | 242 | 16,4 | 00 | 0,4 | | | | | | | | |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 60 | 0,1 | 0 | 15 | 0,0 | 0,00 | 0,00 | 11 | 3 | 1 | 0,3 | 0,0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 30 | 70 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |
| | Итого | | 600,6 | 19,28 | 20,97 | 217,95 | 10,3 | 0,21 | 0,1405 | 83,18 | 305,58 | 50,78 | 9,89 | 2,47 |

ЧЕТВЕРГ

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|------------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|-------------|------------|---------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| 366 | Запеканка творожная со сгущ.молоч. | 150/25 | 378,13 | 26,79 | 16,1 | 31 | 0,6 | 0,07 | 0,2 | 474 | 347 | 38 | 0,1 | 0,7 |
| 494 | Чай с сахаром | 200/15 | 60 | 0,1 | 0 | 15 | 0,0 | 0,00 | 0,00 | 11 | 3 | 1 | 0,3 | 0,0 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| | Итого | | 516,73 | 30,66 | 17,13 | 72,51 | 0,6 | 0,62 | 0,2 | 490,73 | 382,5 | 45,7 | 0,98 | 1,43 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 106 | Огурец порционно | 50 | 7 | 0,4 | 0,05 | 1,25 | 5 | 0,015 | 0,00 | 11,5 | 21 | 7 | 0,3 | 0,05 |
| 142 | Щи из свежей капусты | 250 | 163,2 | 6,862 | 8486 | 10 | 10,3 | 0,06 | 0,1 | 41,93 | 48,81 | 22,65 | 1,01 | 1,53 |
| 414 | Рис отварной | 150 | 204,6 | 0,03 | 5,4 | 33,89 | | | | | | | | |
| 343 | Рыба тушенная с овощами | 100 | 74 | 0 | 0 | 18,4 | 30 | 0,06 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|
| 503 | Кисель пл. ягодный | 200 | 124 | 0,6 | 0 | 31,4 | 0,8 | 0,01 | 0 | 280 | 19 | 7 | 1,5 | 0 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 30 | 70 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| | Итого | | 478,6 | | 8,49 | 84,41 | 76,1 | 0,21 | 0,6 | 333,43 | 139,91 | 50,25 | 10,94 | 1,91 |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 165 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 182,5 | 7,125 | 6,575 | 23,725 | 1,15 | 0,095 | 0,0525 | 205,5 | 171 | 26,25 | 0,45 | 0,325 |
| 300 | Яйцо отварное | 46 | 63 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 0,0 | 0,03 | 0,10 | 22 | 77 | 5 | 1,0 | 0,2 |
| 494 | Чай с лимоном | 200/8 | 60 | 0,3 | 0 | 15,20 | 0,8 | 0 | 0 | 14,2 | 4 | 2 | 0,4 | 0 |
| 111 | Батон нарезной | 30 | 78,6 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 0,0 | 0,33 | 0,00 | 5,7 | 19,5 | 3,9 | 0,36 | 0,51 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 20 | 47 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 0,0 | 0,22 | 0,00 | 3 | 13 | 2,8 | 0,22 | 0,22 |
| | Итого | | 431,16 | 16,3 | 12,21 | 23,76 | 1,95 | 0,35 | 0,63 | 247 | 274,5 | 39,95 | 2,43 | 1,30 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 154 | Суп крестьянский с крупой | 250 /5 | 112 | 2,12 | 5,1 | 14,5 | 9,95 | 0,05 | 0 | 26 | 67 | 19,5 | 0,7 | 2,4 |
| 429 | Пюре картофельное | 150 | 138 | 3,15 | 6,6 | 16,35 | 5,1 | 0,13 | 0,45 | 39 | 85,5 | 28,5 | 1,05 | 1,5 |
| 398 | Печень говяжья по-строгановски | 110 | 213 | 18,0 | 13,8 | 4,3 | 8,5 | 0,29 | 8,04 | 23 | 316 | 18 | 6,7 | 5,4 |
| 503 | Кисель пл. ягодный | 20 | 122 | 1,4 | 0 | 29 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0,00 | 0,1 | 0 |
| 108 | Хлеб с «Валетек-8» | 30 | 70,5 | 2,3 | 28 | 14,76 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | 6 | 19,5 | 4,2 | 0,33 | 0,33 |
| 110 | Хлеб ржаной | 20 | 40,4 | 1,3 | 0,26 | 8,6 | 0,0 | 0,03 | 0,0 | 10 | 31,6 | 9,4 | 7,8 | 0,0 |
| | Итого | | 695,9 | 28,27 | 53,76 | 87,51 | 23,5 | 0,53 | 8,49 | 105 | 31,6 | 79,6 | 16,68 | 9,63 |

Использованы документы

- 1) СП2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения. Постановление от 27.10.20г.№32
- 2) Сборник технических нормативов для питания детей .Часть 2. Екатеринбург 2015 г.
- 3) Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ – интернатов.

Примечание:

- 1) Овощи в натуральном виде свежего урожая.
- 2) Рыба в детском питании используется только морская.