

Директор МБОУ \_\_\_\_\_



**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (СИ СМЕНА) ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ (вариант 1)**  
(столовые, работающие на п/ф)

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины				
							Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг			
<b>День 1</b>																		
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																		
Суп картофельный с бобовыми (горох)	СБ.2004 №139	250	5,56	3,67	20,68	133,28	31,15	30,14	76,68	1,79	12	224,43	0,26	0,18	4,6			
Говядина отварная для I блюда	ТТК №233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05			
Тертель "Детские" с соусом томатным	ТТК №249-1	100	8,18	11,35	5,27	156,20	3,17	1,94	4,96	0,1	11,23	69,32	0,11	0	0,24			
Макаронные изделия отварные	СБ.2004 №516	180	6,77	5,36	44,94	254,45	19,75	10,17	56,41	1,04	25,2	28,35	0,98	0,1	0			
Компот из смеси сухофруктов (вып. 50)	ТТК №816-50	200	0,98	0,06	21,64	81,84	28,56	18,28	25,5	0,58	0,01	116,62	1,1	0,01	0,32			
Апельсины		200	1,80	0,40	20,60	88,96	68	26	46	0,6	0	16	0,4	0,08	120			
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки		25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Хлеб пшеничный из муки в/с		25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за прием</b>		<b>1010</b>	<b>34,84</b>	<b>27,17</b>	<b>136,42</b>	<b>913,10</b>	<b>155,61</b>	<b>95,07</b>	<b>274,62</b>	<b>5,18</b>	<b>48,44</b>	<b>478,74</b>	<b>3,05</b>	<b>0,39</b>	<b>125,21</b>			
<b>День 2</b>																		
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																		
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	СБ.2004 №124	250	1,76	3,37	10,02	74,30	35,06	18,31	41,46	0,7	12	228,53	0,2	0,05	12,22			
Говядина отварная для I блюда	ТТК №233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05			
Гуляш из говядины	ТТК №274	100	14,58	10,32	3,99	166,42	13,91	19,95	152,7	2,23	13,6	27,63	0,45	0,04	0,73			
Каша гречневая рассыпчатая	СБ.2004 №508	180	9,21	6,97	49,60	285,35	17,82	145,55	218,96	4,9	25,2	29,8	0,64	0,31	0			
Компот "Сливовый №1" (вып.50)	ТТК №831-50	200	0,22	0,08	15,79	61,52	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02	0	0	0			
Хлеб "Грибковый" обогащенный йодом		30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Хлеб пшеничный из муки в/с		25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за прием</b>		<b>815</b>	<b>37,86</b>	<b>27,41</b>	<b>107,04</b>	<b>807,01</b>	<b>72,30</b>	<b>192,36</b>	<b>478,29</b>	<b>8,94</b>	<b>50,81</b>	<b>310,00</b>	<b>1,49</b>	<b>0,42</b>	<b>13,00</b>			

Наименование блюда	№ рсч.	Выход, г	Велич., г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины				
							Са	Мg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>День 3</b>																	
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																	
Суп картофельный с макаронными изделиями	С6.2004 № 140	250	2,72	2,32	20,66	112,58	18,94	21,22	57,02	0,9	7,2	215,78	0,32	0,09	6,6		
Повидло отварная для I блюда	ТТК № 233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05		
Рыба, под шубкой (минтай порц.)	ТТК № 361	100	13,81	7,34	5,33	143,20	189,61	39,67	234,34	0,65	21,72	64,04	1,62	0,06	0,48		
Рис "Солнечный"	ТТК № 555-1	150	3,45	3,77	33,69	180,92	19,48	25,95	74,6	0,65	12,48	317,4	0,32	0,04	1,09		
Напиток лимонный (вит. 50)	ТТК № 828-50	200	0,13	0,02	10,68	43,17	6,05	1,7	3,19	0,11	0,02	0,3	0,03	0,01	5,6		
Печенье с начинкой "Слободское"	ТТК № 1512 - 1	30	1,69	5,96	19,85	137,72	5,13	2,94	16,35	0,3	3,6	3,74	1,94	0,03	0,02		
Вагончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0		
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за прием</b>		<b>805</b>	<b>33,25</b>	<b>26,08</b>	<b>112,27</b>	<b>813,62</b>	<b>264,08</b>	<b>100,02</b>	<b>450,57</b>	<b>4,48</b>	<b>45,02</b>	<b>625,28</b>	<b>4,43</b>	<b>0,34</b>	<b>13,84</b>		
<b>День 4</b>																	
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																	
Бульбоброд горячий с сыром	С6.2004 № 10	60	8,12	9,20	13,44	171,60	221,06	9,79	140,51	0,23	46,5	87	0,18	0,01	0,08		
Суп молочный с крупой (кукуруза)	ТТК № 139	250	6,93	5,51	22,02	163,87	192,84	35,95	178,22	0,65	21	39,1	0,06	0,11	0,91		
Запеканка творожная	ТТК № 611	100	17,71	11,76	17,62	248,99	147,72	21,27	188,43	0,54	69,67	80,55	0,37	0,04	0,24		
Повидло		30	0,12	0,00	19,80	75,45	4,2	2,1	2,7	0,39	0	0	0	0	0,15		
Компот из см черноплодной рябины (вит. 50)	ТТК № 833-50	200	0,57	0,07	15,16	59,41	10,39	4,89	19,24	0,42	0,01	0,02	600		2,4		
Яблоко		100	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2		5	0,2	0,03	10		
Хлеб столбичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за прием</b>		<b>790</b>	<b>37,24</b>	<b>27,44</b>	<b>122,68</b>	<b>880,36</b>	<b>592,21</b>	<b>83,00</b>	<b>540,10</b>	<b>4,43</b>	<b>137,18</b>	<b>211,67</b>	<b>600,81</b>	<b>0,19</b>	<b>13,78</b>		

Наименование блюда	№ реч.	Выход, г	Велки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины				
							Са	Мг	Р	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг			
<b>День 5</b>																		
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																		
Салат из свежих помидоров	СБ.2004 №19	60	0,59	5,98	2,78	66,74	8,03	10,73	14,14	0,49	0	72,62	3,02	0,03	13,38			
Суп крестьянский с крупой	СБ.2004 №134	250	1,77	4,68	10,90	90,41	26,09	17,61	41,75	0,64	0	201,83	2,33	0,05	8			
Говядина отварная для I блюда	ТТК №233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05			
Азу из филе индейки	ТТК №407-1	200	16,62	7,91	18,94	211,89	24,82	33,78	180,46	1,8	23,34	54,21	0,47	0,12	8,67			
Компот из клубники с/м ( вит. 50)	ТТК №806-50	200	0,32	0,16	18,85	74,41	16,6	7,22	9,31	0,53	0,02	2,02	0,2	0,01	24			
Груша		140	0,56	0,42	18,34	70,97	26,6	16,8	22,4	3,22	0	2,8	0,56	0,03	7			
Печенье слоеное "Вечернее"	ТТК №1358	40	3,07	12,27	22,82	211,97	8,97	10,17	34,53	0,66	4,8	5,03	3,78	0,04	0			
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за прием</b>		<b>970</b>	<b>34,48</b>	<b>37,75</b>	<b>115,92</b>	<b>924,75</b>	<b>116,09</b>	<b>104,85</b>	<b>367,66</b>	<b>8,41</b>	<b>28,16</b>	<b>362,53</b>	<b>10,56</b>	<b>0,30</b>	<b>61,10</b>			
<b>День 6</b>																		
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																		
Салат "Суворов"	ТТК №1604-1	100	6,10	17,90	6,24	208,66	199,72	28,2	146,04	0,55	28,98	1259,08	0,37	0,03	1,29			
Борщ с капустой и картофелем	СБ.2004 №110	250	1,71	3,34	13,33	85,54	34,95	20,66	44,47	1	12	234,13	0,22	0,04	7,98			
Говядина отварная для I блюда	ТТК №233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05			
Котлета "Особая"	ТТК №224	100	14,95	15,19	13,27	250,72	31,44	16,71	122,73	1,65	21,12	31,4	0,58	0,11	0,02			
Пюре из бобовых	СБ.2004 №541	150	16,95	5,02	43,29	273,15	77,73	65,34	169,95	5,24	21,2	25,32	0,42	0,66	0			
Напиток из плодов шиповника (вит. 50)	ТТК №809-50	200	0,68	0,28	24,28	92,59	12,45	3,42	3,51	0,63	0,02	163,42	0,76	0,01	200			
Злаково - фруктовый батончик (без добавления сахара)		25	1,29	1,67	16,15	78,25	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Хлеб "Трибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за прием</b>		<b>910</b>	<b>53,72</b>	<b>50,07</b>	<b>143,22</b>	<b>1204,11</b>	<b>361,27</b>	<b>142,87</b>	<b>551,77</b>	<b>10,14</b>	<b>83,32</b>	<b>1737,37</b>	<b>2,55</b>	<b>0,87</b>	<b>209,34</b>			
<b>Среднее значение за неделю</b>	<b>Обед</b>	<b>883</b>	<b>38,57</b>	<b>32,65</b>	<b>122,93</b>	<b>923,82</b>	<b>260,26</b>	<b>119,70</b>	<b>443,84</b>	<b>6,93</b>	<b>65,49</b>	<b>620,93</b>	<b>103,82</b>	<b>0,42</b>	<b>72,71</b>			

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Велки, г	Жиры, г	Углево- двл. г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг			
<b>День 1</b>																		
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																		
Салат из свежих помидоров и огурцов	ТТК №3	60	0,51	5,95	2,33	64,10	10,41	9,15	18,37	0,41	0	39,41	2,86	0,02	9,41			
Суп картофельный с крупой (рис)	С6.2004 №138	250	2,02	2,25	17,47	96,49	17,62	22	55,97	0,81	7,2	215,78	0,19	0,08	6,6			
Говядина отварная для I блюда	ТТК №233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05			
Соуски отварные	С6.2004 №413	100	11,28	14,96	0,00	179,76	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0			
Макaronные изделия отварные	С6.2004 №516	150	5,64	4,47	37,45	212,04	16,46	8,48	47	0,87	21	23,63	0,82	0,09	0			
Соус "Сырный" с зеленью	ТТК №1011	40	2,89	2,77	2,95	48,52	109,95	7,94	72,93	0,13	15	36,15	0,04	0,01	0,7			
Компот "Сливовый №2" (выт.50)	ТТК №832-50	200	0,22	0,06	15,96	61,90	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02						
Вагончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогатщенный витаминами, железом и кальцием	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0			
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за прием</b>		<b>875</b>	<b>34,01</b>	<b>37,13</b>	<b>98,22</b>	<b>858,85</b>	<b>179,84</b>	<b>56,12</b>	<b>259,44</b>	<b>4,13</b>	<b>43,21</b>	<b>339,01</b>	<b>4,61</b>	<b>0,31</b>	<b>16,76</b>			
<b>День 2</b>																		
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																		
Борщ с картофелем	С6.2004 №114	250	1,97	3,43	16,26	99,59	29,8	24,28	55	1,15	12	234,47	0,23	0,06	6,86			
Говядина отварная для I блюда	ТТК №233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05			
Бефстроганов из отварной говядины	ТТК №241-1	100	15,02	17,05	4,52	230,20	23,81	19,58	153,16	2,15	20,22	41,72	0,51	0,05	0,97			
Каша перловая с овощами	ТТК №505-1	150	4,13	6,96	31,32	198,20	29,86	24,54	137,67	0,98	24,48	487,9	0,68	0,05	1,64			
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (выт.50)	ТТК №838-50	200	0,17	0,07	16,61	64,84	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02						
Хлеб "Дрибрежский" обогатщенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за прием</b>		<b>785</b>	<b>33,38</b>	<b>34,18</b>	<b>96,35</b>	<b>812,24</b>	<b>88,98</b>	<b>76,95</b>	<b>411,00</b>	<b>5,39</b>	<b>56,71</b>	<b>788,13</b>	<b>1,62</b>	<b>0,18</b>	<b>9,52</b>			

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг		
<b>День 3</b>																	
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																	
Суп "Новинка"	ТТК № 109-1	250	2,56	3,70	17,85	111,89	18,36	33,14	67,74	1,2	12	224,66	0,25	0,09	5,8		
Говядина отварная для I блюда	ТТК № 233-1	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05		
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай порционными)	ТТК № 360	100	10,62	5,76	4,60	113,13	81,37	31,19	157,92	0,59	14,79	31,96	1,65	0,05	0,14		
Пюре картофельное	СБ.2004 № 520	180	3,71	5,36	26,07	165,96	47,23	34,39	102,01	1,26	18,53	39,22	0,22	0,14	12,46		
Компот из смеси сухофруктов (вит. 50)	ТТК № 816-50	200	0,98	0,06	21,64	81,84	28,56	18,28	25,5	0,58	0,01	116,62	1,1	0,01	0,32		
Яблоко		150	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15		
Печенье слоёное "Листики"	ТТК № 949	20	1,45	4,95	11,79	96,56	3,99	2,11	14,65	0,19	6,3	6,55	1,51	0,02	0		
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки		25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Хлеб столичный из муки в/с		25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за прием</b>		<b>980</b>	<b>31,47</b>	<b>26,76</b>	<b>122,64</b>	<b>840,77</b>	<b>208,49</b>	<b>141,15</b>	<b>449,39</b>	<b>8,19</b>	<b>51,63</b>	<b>450,53</b>	<b>5,23</b>	<b>0,38</b>	<b>33,77</b>		
<b>День 4</b>																	
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																	
Суп молочный с крупой (пшено)	СБ.2004 № 161	250	5,58	5,38	19,91	149,10	142,08	29,95	139,92	0,63	19,8	37,1	0,08	0,1	0,65		
Запеканка творожная с кокосом	ТТК № 615	100	13,04	21,40	36,46	388,94	91,57	15,02	135,07	0,81	73,68	133,5	0,72	0,05	0,12		
Молоко стученное	ТТК № 51	30	2,16	2,55	16,65	95,22	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3		
Напиток черничный (вит.50)	ТТК № 820-50	200	0,28	0,15	12,66	50,11	4,45	1,52	3,36	0,21	0,02	0,02	0,35	0	2,5		
Груша		120	0,48	0,36	15,72	60,83	22,8	14,4	19,2	2,76	0	2,4	0,48	0,02	6		
Злаково - фруктовый батончик (без добавления сахара)		25	1,29	1,67	16,15	78,25	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки		25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Хлеб пшеничный из муки в/с		25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за прием</b>		<b>775</b>	<b>26,22</b>	<b>32,01</b>	<b>140,59</b>	<b>934,82</b>	<b>353,00</b>	<b>71,09</b>	<b>363,25</b>	<b>4,47</b>	<b>106,10</b>	<b>187,12</b>	<b>1,69</b>	<b>0,19</b>	<b>9,57</b>		

Наименование блюда	№ рел.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
							Са	Мг	P	Fe	A, мг	P, мкг	T, мкг	B1, мг	C, мг	
<b>День 5</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Рассольник легионградский	С6.2004 № 132	250	2,07	3,52	17,26	107,11	14,76	20,77	60,84	0,79	12	224,78	0,23	0,08	6,4	
Сметана	ТТК № 54	20	0,49	2,64	0,66	28,68	15,49	1,57	10,61	0,03	12	21,4	0,06	0	0,03	
Говядина отварная для I блюда	ТТК № 233-1	30	2,16	2,55	16,65	95,22	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3	
Гуляш из филе индейки	ТТК № 401	150	22,24	8,09	5,98	184,72	29,7	24,01	212,71	1,73	29,07	51,65	0,51	0,05	1,1	
Макаронны с овощами	ТТК № 520-1	180	6,27	8,56	42,07	266,58	36,33	22,24	78,38	1,29	43,2	574,2	1,01	0,11	4,01	
Компот "Сливовый № 1" (вит.50)	ТТК № 831-50	200	0,22	0,08	15,79	61,52	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02	0	0	0	
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0	
обогащенный витаминами, железом и кальцием	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	875	36,74	26,28	120,22	853,87	208,80	78,80	428,34	4,74	108,88	886,15	1,87	0,35	11,84	
<b>Итого за прием</b>																
<b>День 6</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Салат "Горошинка"	ТТК № 2	100	1,44	4,49	6,81	68,56	10,65	9,44	29,41	0,34	0	22,5	2,31	0,04	2,2	
Борщ с капустой и картофелем	С6.2004 № 110	250	1,71	3,34	13,33	85,54	34,95	20,66	44,47	1	12	234,13	0,22	0,04	7,98	
Говядина отварная для I блюда	ТТК № 233-1	10	2,72	1,94	0,08	28,67	1,66	2,85	21,69	0,36	0	8,01	0,07	0,01	0,02	
Печень, тушенная в томатном соусе (вариант 2)	ТТК № 281	100	12,78	7,25	4,99	136,12	17,65	15,14	205,51	4,5	3509,52	6051,6	0,86	0,16	9,77	
Каша гречневая рассыпчатая	С6.2004 № 508	180	9,21	6,97	49,60	285,35	17,82	145,55	218,96	4,9	25,2	29,8	0,64	0,31	0	
Компот из кураги ( вит. 50)	ТТК № 807-50	200	1,04	0,06	23,78	89,73	32,45	21,02	29,31	0,67	0,02	116,62	1,1	0,02	0,8	
Пюре фруктовое	п/п	90	0,54	0,18	18,09	72,41	10,8	6,3	15,3	1,17	0	0	0,18	0,01	1,44	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>980</b>	<b>32,83</b>	<b>24,73</b>	<b>139,72</b>	<b>878,74</b>	<b>125,98</b>	<b>220,96</b>	<b>564,65</b>	<b>12,94</b>	<b>3546,74</b>	<b>6462,66</b>	<b>5,38</b>	<b>0,59</b>	<b>22,21</b>	
<b>Среднее значение за неделю</b>																
	<b>Обед</b>	<b>878</b>	<b>32,44</b>	<b>30,18</b>	<b>119,62</b>	<b>863,21</b>	<b>194,18</b>	<b>107,51</b>	<b>412,68</b>	<b>6,64</b>	<b>652,21</b>	<b>1518,93</b>	<b>3,40</b>	<b>0,33</b>	<b>17,28</b>	
	<b>Обед</b>	<b>881</b>	<b>35,50</b>	<b>31,42</b>	<b>121,27</b>	<b>893,52</b>	<b>227,22</b>	<b>113,60</b>	<b>428,26</b>	<b>6,79</b>	<b>358,85</b>	<b>1069,93</b>	<b>53,61</b>	<b>0,38</b>	<b>45,00</b>	

Стоимость питания 248 руб в день

Основание: СанПин 2.3 /2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюда и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюда кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептов блюда и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюда и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, Делта Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Технолог



М. Н. Корнева