

Согласовано:
 Директор МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"
 Малинова Е.И.
 9 января 2025 г.

Утверждено:
 Директор ООО "Большая Перемена"
 Шулдайс А.А.
 9 января 2025 г.

Примерное меню ЗАВТРАКОВ на 1-4 недели для организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в МБОУ СОШ г.Бийска

дети с 7-11 лет

Сезон: Зима \Весна

| № рецепта | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества | | | Энерг. Ккал | Витамины(мг) | | | | Минеральные вещ-ва | | | |
|-----------|--------------------------------|-----------------|------------------|---|---|-------------|--------------|----|----|----|--------------------|----|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |

Неделя №1

Понедельник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| П-08 №227 | Макаронные изделия отварные 150гр | 150,0 | 5,6 | 6,4 | 36,0 | 224,7 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 14,4 | 61,3 | 25,8 | 1,3 |
| М-17 №280 | Фрикадельки в соусе (гов.) 90/20гр | 110,0 | 11,3 | 16,4 | 12,2 | 140,0 | 0,1 | 0,7 | 0,0 | 4,5 | 12,8 | 111,5 | 16,2 | 1,7 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| | Итого: | 520,0 | 21,5 | 24,6 | 93,2 | 580,1 | 0,3 | 0,7 | 0,0 | 16,1 | 40,4 | 223,8 | 61,8 | 4,2 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-17 №263 | Рагу из свинины 240гр. | 240,0 | 17,3 | 24,6 | 42,2 | 335,0 | 0,7 | 42,1 | 31,9 | 7,0 | 44,7 | 237,0 | 71,5 | 3,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 №415 | Компот из облепихи 200гр. | 200,0 | 0,2 | 1,1 | 21,1 | 96,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Итого: | 500,0 | 22,1 | 27,5 | 93,3 | 586,8 | 0,8 | 42,1 | 31,9 | 8,6 | 57,9 | 288,0 | 91,3 | 4,3 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-08 №102 | Каша Дружба 200/5гр | 200,0 | 5,4 | 6,0 | 28,9 | 189,4 | 0,1 | 0,4 | 0,4 | 6,6 | 104,2 | 125,5 | 117,1 | 0,5 |
| М-17 №3 | Сыр 20гр | 20,0 | 3,7 | 4,3 | 0,0 | 42,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 45,0 | 24,3 | 2,3 | 0,0 |
| М-17 337 | Чай с лимоном 200гр | 200,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 62,7 | 0,0 | 3,2 | 0,2 | 0,5 | 3,2 | 1,8 | 1,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 40гр | 40,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 103,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| | Итого: | 500,0 | 13,8 | 12,1 | 74,1 | 502,1 | 0,2 | 3,6 | 0,6 | 8,1 | 165,6 | 202,6 | 140,2 | 1,7 |

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №429 | Картофельное пюре 150гр | 150,0 | 4,0 | 6,2 | 34,2 | 213,1 | 0,2 | 33,9 | 5,1 | 9,3 | 37,0 | 114,5 | 60,1 | 1,5 |
| П-13 №345 | Котлеты рыбные 90гр. | 90,0 | 16,4 | 2,7 | 8,6 | 132,9 | 0,1 | 0,5 | 0,0 | 1,9 | 40,0 | 230,8 | 55,5 | 1,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Ком. товар | Сок фруктовый/овощной 200 г. | 200,0 | 0,0 | 0,1 | 20,9 | 84,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Итого: | 500,0 | 25,0 | 10,8 | 93,7 | 586,2 | 0,4 | 34,4 | 5,1 | 12,7 | 90,2 | 396,3 | 135,4 | 3,8 |

Пятница

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|--|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №262 | Каша манная молочная жидкая 150гр. | 150,0 | 5,0 | 4,7 | 24,2 | 159,3 | 0,1 | 0,4 | 0,0 | 5,4 | 88,5 | 85,5 | 88,7 | 0,3 |
| Ком. товар | Снежок Йогурт 200гр | 200,0 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 85,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| П-13 №501 | Кофейный напиток 200гр | 200,0 | 4,0 | 2,1 | 26,2 | 140,5 | 0,0 | 0,6 | 0,0 | 0,6 | 129,1 | 100,5 | 129,1 | 0,1 |
| | Итого: | 610,0 | 20,2 | 17,0 | 93,8 | 540,2 | 0,0 | 1,2 | 0,1 | 10,6 | 305,7 | 331,3 | 274,7 | 1,8 |
| | Итого по неделе Неделя №1 (Завтрак) | 526,0 | 20,5 | 18,4 | 89,6 | 559,1 | 0,3 | 16,4 | 7,5 | 11,2 | 132,0 | 288,4 | 140,7 | 3,2 |

Неделя №2**Понедельник**

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-17 №291 | Плов из птицы 240 гр. | 240,0 | 23,4 | 19,8 | 51,5 | 345,0 | 1,5 | 6,8 | 26,1 | 6,8 | 36,5 | 242,4 | 57,6 | 1,2 |
| Ком. товар | Печенье\ вафли (2шт) | 20,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 №349 | Компот из смеси сухофруктов 200гр. | 200,0 | 0,4 | 0,0 | 31,8 | 85,0 | 0,0 | 0,4 | 0,6 | 0,8 | 22,2 | 15,4 | 6,0 | 1,2 |
| | Итого: | 500,0 | 27,3 | 21,4 | 113,1 | 580,6 | 1,6 | 17,2 | 31,7 | 8,5 | 83,5 | 302,8 | 85,8 | 5,4 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| П-08 №227 | Макаронные изделия отварные 150гр | 150,0 | 5,6 | 6,4 | 36,0 | 184,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 14,4 | 61,3 | 25,8 | 1,3 |
| М-00 №872 | Запеканка из печени с рисом 90гр | 90,0 | 15,8 | 7,3 | 11,6 | 190,6 | 0,0 | 2,6 | 0,0 | 6,6 | 15,7 | 181,6 | 25,4 | 1,4 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 101,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Итого: | 500,0 | 26,0 | 15,5 | 92,6 | 588,0 | 0,2 | 2,6 | 0,0 | 18,2 | 43,3 | 293,9 | 71,0 | 3,9 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №268 | Каша рисовая молочная жидкая 200гр | 200,0 | 5,9 | 6,2 | 36,4 | 208,0 | 0,1 | 0,5 | 0,0 | 6,8 | 123,5 | 141,3 | 137,4 | 0,4 |
| М-17 №223 | Запеканка из творога 50гр | 50,0 | 5,0 | 6,9 | 5,2 | 125,3 | 0,0 | 0,2 | 0,1 | 1,7 | 45,4 | 65,7 | 7,6 | 0,2 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| П-08 №276 | Кисель из облепихи 200гр. | 200,0 | 0,3 | 1,3 | 21,0 | 98,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 2,4 | 4,6 | 0,0 | 0,0 |
| | Итого: | 510,0 | 15,8 | 16,2 | 92,6 | 587,2 | 0,2 | 0,7 | 0,1 | 10,0 | 184,5 | 262,6 | 164,8 | 1,8 |

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|--|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| П08 №235 | Сложный гарнир 150гр | 150,0 | 3,5 | 7,7 | 16,1 | 143,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| М-17 №268 | Котлеты 90гр (свин.) | 90,0 | 13,9 | 17,0 | 9,0 | 177,4 | 0,5 | 1,0 | 0,0 | 2,7 | 11,9 | 115,8 | 19,2 | 1,2 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 40гр | 40,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 103,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| П-08 №282 | Компот из свежих плодов или ягод 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Итого: | 520,0 | 22,0 | 26,5 | 70,1 | 588,0 | 0,6 | 1,0 | 0,0 | 4,2 | 25,1 | 166,8 | 39,0 | 2,4 |

Пятница

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №267 | Каша пшеничная молочная жидкая 200гр | 200,0 | 8,0 | 7,2 | 37,0 | 236,5 | 0,2 | 0,5 | 1,2 | 6,9 | 122,6 | 180,9 | 145,8 | 1,2 |
| М-17 №3 | Бутерброд с сыром 60гр. | 60,0 | 7,3 | 10,4 | 17,7 | 135,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 7,9 | 55,4 | 31,0 | 5,1 | 0,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 20г. | 20,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 51,8 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 337 | Чай с лимоном 200гр | 200,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 62,7 | 0,0 | 3,2 | 0,2 | 0,5 | 3,2 | 1,8 | 1,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Яблоки (1шт) | 100,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| Итого: | | 600,0 | 20,4 | 19,8 | 109,7 | 584,8 | 0,3 | 13,7 | 6,4 | 16,5 | 210,4 | 275,7 | 180,7 | 4,7 |
| Итого по неделе Неделя №2 (Завтрак) | | 526,0 | 22,3 | 19,9 | 95,6 | 585,7 | 0,6 | 7,0 | 7,6 | 11,5 | 109,4 | 260,4 | 108,3 | 3,6 |

Неделя №3

Понедельник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-----------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| П-08 №227 | Макаронные изделия отварные 150гр | 150,0 | 5,6 | 6,4 | 36,0 | 224,7 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 14,4 | 61,3 | 25,8 | 1,3 |
| М-17 №290 | Птица тушенная в соусе 50/50гр. | 100,0 | 14,0 | 8,7 | 4,0 | 147,0 | 1,0 | 0,0 | 0,0 | 1,0 | 8,5 | 88,0 | 9,6 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 337 | Чай с лимоном 200гр | 200,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 62,7 | 0,0 | 3,2 | 0,2 | 0,5 | 3,2 | 1,8 | 1,0 | 0,0 |
| Итого: | | 510,0 | 24,3 | 16,9 | 85,2 | 589,8 | 1,2 | 3,2 | 0,2 | 12,6 | 39,3 | 202,1 | 56,2 | 2,5 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-----------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| П-13 №237 | Каша гречневая рассыпчатая 150гр. | 150,0 | 8,8 | 5,3 | 47,6 | 195,0 | 0,3 | 0,0 | 1,4 | 5,8 | 15,0 | 209,8 | 15,6 | 4,7 |
| М-17 №278 | Тестели 1-й вариант (гов.) 90гр. | 90,0 | 12,8 | 17,5 | 13,9 | 158,0 | 0,1 | 3,6 | 0,0 | 5,4 | 18,9 | 138,2 | 21,5 | 2,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Итого: | | 500,0 | 26,2 | 24,6 | 106,5 | 568,4 | 0,5 | 3,6 | 1,4 | 12,7 | 47,1 | 399,0 | 56,9 | 8,0 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-08 №102 | Каша Дружба 200/5гр | 200,0 | 5,4 | 6,0 | 28,9 | 173,0 | 0,1 | 0,4 | 0,4 | 6,6 | 104,2 | 125,5 | 117,1 | 0,5 |
| М-17 №3 | Сыр 20гр | 20,0 | 3,7 | 4,3 | 0,0 | 42,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 45,0 | 24,3 | 2,3 | 0,0 |
| П-08 №209 | Котлеты кур 50гр. | 50,0 | 16,5 | 7,5 | 8,8 | 132,0 | 1,2 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 13,8 | 118,4 | 17,0 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Ком. товар | Сок фруктовый/овощной 200 г. | 200,0 | 0,0 | 0,1 | 20,9 | 84,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Итого: | | 530,0 | 30,2 | 19,7 | 88,6 | 588,0 | 1,4 | 0,4 | 0,4 | 8,4 | 176,2 | 319,2 | 156,2 | 2,1 |

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №429 | Картофельное пюре 150гр | 150,0 | 4,0 | 6,2 | 34,2 | 201,2 | 0,2 | 33,9 | 5,1 | 9,3 | 37,0 | 114,5 | 60,1 | 1,5 |
| П-13 №343 | Рыба, тушенная в томате с овощами 100 | 100,0 | 13,7 | 5,6 | 6,3 | 138,8 | 0,1 | 5,9 | 20,1 | 3,5 | 50,3 | 220,4 | 58,5 | 1,2 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 №349 | Компот из смеси сухофруктов 200гр. | 200,0 | 0,4 | 0,0 | 31,8 | 85,0 | 0,0 | 0,4 | 0,6 | 0,8 | 22,2 | 15,4 | 6,0 | 1,2 |
| Итого: | | 510,0 | 22,7 | 13,6 | 102,3 | 580,4 | 0,4 | 40,2 | 25,8 | 14,6 | 122,7 | 401,3 | 144,4 | 5,1 |

Пятница

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №268 | Каша рисовая молочная жидкая 200гр | 200,0 | 5,9 | 6,2 | 36,4 | 181,0 | 0,1 | 0,5 | 0,0 | 6,8 | 123,5 | 141,3 | 137,4 | 0,4 |
| М-17 №223 | Запеканка из творога 50гр | 50,0 | 5,0 | 6,9 | 5,2 | 125,3 | 0,0 | 0,2 | 0,1 | 1,7 | 45,4 | 65,7 | 7,6 | 0,2 |
| П-13 №501 | Кофейный напиток 200гр | 200,0 | 4,0 | 2,1 | 26,2 | 126,0 | 0,0 | 0,6 | 0,0 | 0,6 | 129,1 | 100,5 | 129,1 | 0,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 510,0 | 19,5 | 17,0 | 97,8 | 587,7 | 0,2 | 1,3 | 0,1 | 10,1 | 311,2 | 358,5 | 293,9 | 1,9 |
| Итого по неделе Неделя №3 (Завтрак) | | 512,0 | 24,6 | 18,4 | 96,1 | 582,9 | 0,7 | 9,7 | 5,6 | 11,7 | 139,3 | 336,0 | 141,5 | 3,9 |

Неделя №4

Понедельник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №262 | Каша манная молочная жидкая 200гр. | 200,0 | 6,6 | 6,2 | 32,3 | 212,4 | 0,1 | 0,5 | 0,0 | 7,2 | 118,0 | 114,0 | 118,2 | 0,4 |
| М-17 №3 | Бутерброд с сыром 60гр. | 60,0 | 7,3 | 10,4 | 17,7 | 135,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 7,9 | 55,4 | 31,0 | 5,1 | 0,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 20г. | 20,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 51,8 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| П-08 №269 | Какао с молоком 200гр | 200,0 | 3,9 | 2,1 | 25,2 | 136,2 | 0,0 | 0,4 | 0,0 | 0,6 | 105,3 | 79,0 | 114,2 | 0,7 |
| Итого: | | 500,0 | 22,4 | 20,5 | 105,2 | 587,2 | 0,2 | 0,9 | 0,0 | 16,7 | 291,9 | 275,0 | 257,3 | 2,4 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| П08 №235 | Сложный гарнир 150гр | 150,0 | 3,5 | 7,7 | 16,1 | 143,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| П-08 №209 | Котлеты (кур.) припущенные 90гр. | 90,0 | 16,5 | 7,5 | 8,8 | 173,3 | 1,2 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 13,8 | 118,4 | 17,0 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Итого: | | 500,0 | 24,6 | 17,0 | 69,9 | 532,1 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 1,8 | 27,0 | 169,4 | 36,8 | 1,6 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-----------------------------------|--------------|-------------|------------|-------------|--------------|------------|-------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| П-13 №267 | Каша пшенная молочная жидкая150гр | 150,0 | 6,0 | 5,4 | 27,8 | 184,5 | 0,2 | 0,4 | 0,9 | 5,2 | 92,0 | 135,7 | 109,4 | 0,9 |
| Ком. товар | Фруктовое пюре 125гр | 125,0 | 0,4 | 0,4 | 10,4 | 65,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| П-13 №501 | Кофейный напиток 200гр | 200,0 | 4,0 | 2,1 | 26,2 | 126,0 | 0,0 | 0,6 | 0,0 | 0,6 | 129,1 | 100,5 | 129,1 | 0,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 535,0 | 15,0 | 9,7 | 94,4 | 530,9 | 0,3 | 11,0 | 5,9 | 7,0 | 250,3 | 298,2 | 267,3 | 4,4 |

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|--------------------------------|-------|------|------|------|-------|-----|-----|-----|-----|------|-------|------|-----|
| П-08 №130 | Пюре из гороха с маслом 150гр. | 150,0 | 17,3 | 4,5 | 36,1 | 210,0 | 0,6 | 1,5 | 0,4 | 5,6 | 67,7 | 173,0 | 67,6 | 0,7 |
| М-17 №268 | Котлеты 90гр (гов.) | 90,0 | 14,7 | 15,1 | 9,0 | 156,0 | 0,1 | 1,0 | 0,0 | 3,1 | 12,6 | 143,5 | 21,2 | 2,2 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Итого: | | 500,0 | 36,6 | 21,4 | 90,1 | 581,4 | 0,8 | 2,5 | 0,4 | 10,2 | 93,5 | 367,5 | 108,6 | 4,1 |
| Пятница | | | | | | | | | | | | | | |
| П-13 №429 | Картофельное пюре 150гр | 150,0 | 4,0 | 6,2 | 34,2 | 179,3 | 0,2 | 33,9 | 5,1 | 9,3 | 37,0 | 114,5 | 60,1 | 1,5 |
| М-17 №255 | Печень по-строгановски 50/50гр | 100,0 | 16,1 | 12,8 | 2,9 | 165,5 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 3,7 | 17,6 | 175,2 | 17,0 | 1,2 |
| Ком. товар | Печенье\ вафли (2шт) | 20,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| П-08 №276 | Кисель из свежих ягод (смородина) 200гр | 200,0 | 0,3 | 0,1 | 21,7 | 88,8 | 0,0 | 50,0 | 0,0 | 0,5 | 11,4 | 12,9 | 8,8 | 0,3 |
| Итого: | | 510,0 | 23,9 | 20,7 | 88,6 | 584,2 | 0,3 | 94,0 | 10,1 | 14,4 | 90,8 | 347,6 | 108,1 | 6,0 |
| Итого по неделе Неделя №4 (Завтрак) | | 509,0 | 24,5 | 17,9 | 89,6 | 563,2 | 0,6 | 21,7 | 3,3 | 10,0 | 150,7 | 291,5 | 155,6 | 3,7 |
| Итого (Завтрак) | | 518,3 | 23,0 | 18,6 | 92,7 | 572,7 | 0,6 | 13,7 | 6,0 | 11,1 | 132,8 | 294,1 | 136,5 | 3,6 |

Основание сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ - интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Пермь 2008 (П-08)

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних. Пермь 2013г (

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания. Москва 2000г (М-00)

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004г (М-04)

Основание сборник технических нормативов, рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Дели плюс 2017 (М-17)

Учащиеся с длительностью пребывания более 6 часов, получают двухразовое питание

Заказчик: _____



Исполнитель _____

