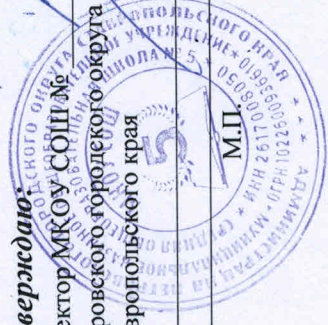


Утверждаю:

директор МКОУ СОШ №
Петровского городского округа
Ставропольского края



Примерное меню-раскладка

для организации горячего питания обучающихся 5-11 классов
муниципальных общеобразовательных организаций Петровского муниципального округа в 2024/25 учебном году
осень-зима

Петровский городской округ

№ рецептур	прямые пицци, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав				энергетическая ценность				минеральные вещества (мг)							
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe	витамины (мг)		минеральные вещества (мг)			
																			9	10	11	12	13	14
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21				
1 НЕДЕЛЯ																								
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ																								
ЗАВТРАК																								
174	каша вязкая молочная рисовая	1/200/10	крупа рисовая молоко вода сахар масло сливочное соль йодированная сыр российский масло сливочное хлеб пшеничный чай-заварка сахар лимон свежий вода	44 100 65 6 10 1 16 10 30 0.5 15 8 150	44 100 65 6 10 1 15 10 30 0.5 15 7 150	113.00р. 65.00р. - р. 78.67р. 806.67р. 18.23р. 650.00р. 806.67р. 56.62р. 856.70р. 78.67р. 198.50р.	4.97р. 6.50р. - р. 0.47р. 8.07р. 0.02р. 10.40р. 8.07р. 1.70р. 0.43р. 1.18р. 1.59р.	20,03р.	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	61,8	108,3	35,2	0,5					
3	бургер/брод с сыром	1/15/10/30	сыр российский масло сливочное хлеб пшеничный чай-заварка сахар	16 10 30 0.5 15	15 10 30 0.5 15	650.00р. 806.67р. 56.62р. 856.70р. 78.67р.	10.40р. 8.07р. 1.70р. 0.43р. 1.18р.	20,17р.	5,84	11,92	14,89	190	0	0,1	0	139,2	101,5	15,2	8					
377	чай с лимоном	1/200/15/7	чай-заварка сахар лимон свежий вода	0.5 15 8 150	0.5 15 7 150	856.70р. 78.67р. 198.50р.	0.43р. 1.18р. 1.59р.	3,20р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5					
итого за прием пицци		487				43,39р.		43,39р.	11,94	18,72	68,29	492,2	0	4,7	0	228,2	225,3	62,1	10					

№ рецептур	прямые пицци, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав				энергетическая ценность				минеральные вещества (мг)							
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe	витамины (мг)		минеральные вещества (мг)			
																			9	10	11	12	13	14
ОБЕД																								
70/71	овощи натуральные свежие или соленные	1/80	овощи натуральные свежие или соленные капустя свежая картофель морковь лук репчатый томатное пюре масло растительное вода соль йодированная минтай мороженый без головы хлеб пшеничный молоко сухари масло растительное масло сливочное соль йодированная сметана мука пшеничная вода картофель молоко масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар яблоко лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	84 62.5 40 12.5 15.1 2.5 5 200 1 131.1 16.7 24.3 9.3 9.3 6.2 1.2 7.5 2.25 2.25 210.6 28.8 9 1.2 20 20 0.2 200 40 30	80 50 30 10 15.1 2.5 5 200 1 61.7 16.7 24.3 9.3 9.3 6.2 1.2 7.5 2.25 2.25 158.4 28.8 9 1.2 25 20 0.2 200 40 30	130.00р. 49.00р. 53.00р. 51.00р. 48.00р. 187.54р. 136.29р. - р. 18.23р. 217.25р. 56.62р. 65.00р. 87.81р. 8.82р. 136.29р. 806.67р. 18.23р. 222.50р. 42.60р. 53.00р. 65.00р. 806.67р. 18.23р. 148.67р. 78.67р. 800.00р. 2.29р. 56.62р. 58.55р.	10,92р. 3,06р. 2,12р. 0,64р. 0,72р. 0,47р. 0,68р. - р. 0,02р. 28,48р.	10,92р.	0,5	1,8	5	8,1	0	33,3	0,2	51,5	36,1	19,2	0,9					
234	блинчики рыбные	1/100	минтай мороженый без головы хлеб пшеничный молоко сухари масло растительное масло сливочное соль йодированная сметана мука пшеничная вода картофель молоко масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар яблоко лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	131.1 16.7 24.3 9.3 9.3 6.2 1.2 7.5 2.25 2.25 210.6 28.8 9 1.2 20 20 0.2 200 40 30	61.7 16.7 24.3 9.3 9.3 6.2 1.2 7.5 2.25 2.25 158.4 28.8 9 1.2 25 20 0.2 200 40 30	217.25р. 56.62р. 65.00р. 87.81р. 8.82р. 136.29р. 806.67р. 18.23р. 222.50р. 42.60р. 53.00р. 65.00р. 806.67р. 18.23р. 148.67р. 78.67р. 800.00р. 2.29р. 56.62р. 58.55р.	28,48р.	37,17р.	12,2	12,1	14,8	217,4	0	0,6	0	60,1	0	24,3	1,2					
330	соус сметанный	1/30	сметана мука пшеничная вода картофель молоко масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар яблоко лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	7.5 2.25 2.25 210.6 28.8 9 1.2 20 20 0.2 200 40 30	7.5 2.25 2.25 158.4 28.8 9 1.2 25 20 0.2 200 40 30	222.50р. 42.60р. 53.00р. 65.00р. 806.67р. 18.23р. 148.67р. 78.67р. 800.00р. 2.29р. 56.62р. 58.55р.	1,67р. 0,10р. - р. 11,16р. 1,87р. 7,26р. 0,02р.	1,76р.	0,32	1,13	1,32	16,68	0	0,01	0	6,15	0	1,19	0,05					
312	пюре картофельное	1/180	картофель молоко масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар яблоко лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	210.6 28.8 9 1.2 20 20 0.2 200 40 30	158.4 28.8 9 1.2 25 20 0.2 200 40 30	53.00р. 65.00р. 806.67р. 18.23р. 148.67р. 78.67р. 800.00р. 2.29р. 56.62р. 58.55р.	11,16р. 1,87р. 7,26р. 0,02р.	20,32р.	3,8	7,2	25,6	182,9	0,2	31,2	0,1	2,4	102,6	39,1	1,6					
349	компот из смеси сухофруктов	1/200	сухофрукты сахар яблоко лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	20 20 0.2 200 40 30	20 20 0.2 200 40 30	148.67р. 78.67р. 800.00р. 2.29р. 56.62р. 58.55р.	2,97р. 1,57р. 0,16р.	4,71р.	0	0	19,4	77,4	0	0	9,4	0	2	0						
итого за прием пицци		1397				130,00р.		130,00р.	35,7	45,01	167,11	1221,68	1,76	75,81	0,3	391,25	471,4	183,59	16,32					

ДЕНЬ ВТОРОЙ

№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
204	макароны отварные с сыром	180/31,5	макаронные изделия масло сливочное сыр Российский соль йодированная	63 7,2 31,5 0,9	63 7,2 28,8 0,9	58,10р. 806,67р. 650,00р. 18,23р.	3,66р. 5,81р. 20,48р. 0,02р.	29,96р.	4,5	7,5	21	0,1	0	0	10,2	41,5	7,7	0,8	
377	хлеб пшеничный чай с лимоном	1/40 1/200/157	хлеб пшеничный чай-заварка лимон свежий вода	40 0,5 15 8 150	40 0,5 15 7 150	56,62р. 856,70р. 78,67р. 198,50р. 1,59р.	2,26р. 3,20р. 1,18р. 1,59р.	2,26р. 3,20р.	3,16 0,4	0,4 0	19,3 11,7	0,06 0	0 3,3	0 27,2	34,8 15,5	13,2 11,7	0,8 1,5		
итого за прием пищи				645				35,42р.	8,06	7,9	52	0,16	3,3	0	46,6	91,8	32,6	3,1	

ОБЕД																			
№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
101	суп картофельный с крупой	1/250	картофель крупа рисовая морковь лук репчатый масло растительное вода соль йодированная	100 5 12,5 12,00 2,50 187,50 1	75 5 10 10 2,5 187,50 1	53,00р. 113,00р. 51,00р. 48,00р. 136,29р. 0,00р. 18,23р.	5,30р. 0,57р. 0,64р. 0,58р. 0,34р. 0,00р.	7,44р.	1,7	2,7	13,2	0,1	16,5	23,5	55	24,2	1		
278	тефтели	1/100	говядина хлеб пшеничный молоко или вода лук репчатый масло растительное мука пшеничная масло растительное соль йодированная	86,6 13,2 20 40 5 6,6 5 1,2	63,2 13,2 20 33,2 5 6,6 5 1,2	660,00р. 56,62р. - р. 48,00р. 136,29р. 42,00р. 136,29р. 18,23р.	57,16р. 0,75р. - р. 1,92р. 0,68р. 0,28р. 0,68р. 0,02р.	61,49р.	13,2	16,5	11,8	0	2	7,63	81,3	18,2	2,1		
331	соус сметанный с томатом	1/30	сметана мука пшеничная томатное пюре соль йодированная вода	7,5 2,25 3 0,24 22,5	7,5 2,25 3 0,24 22,5	222,50р. 42,00р. 187,54р. 18,23р. - р.	1,67р. 0,10р. 0,59р. 0,00р.	2,33р.	0,5	1,5	2,1	0	0,41	8,7	0	2,94	0,12		
171	каша перловая рассычатая	1/180	крупа перловая масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар крахмал картофельный кислота лимонная вода	60 12 1 12 24 8 0,2 216	60 12 1 12 24 8 0,2 216	36,68р. 806,67р. 18,23р. 148,67р. 78,67р. 155,67р. 800,00р. 0,19р.	2,20р. 9,68р. 0,02р. 1,79р. 1,89р. 1,25р. 0,19р.	11,90р.	7,8	7,4	48	0,2	0	19,9	161,3	56,8	1,86		
354	кисель из сухофруктов	1/200	сухофрукты сахар крахмал картофельный кислота лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	12 24 8 0,2 216 40 30	12 24 8 0,2 216 40 30	18,23р. 78,67р. 155,67р. 800,00р. 0,19р. 56,62р. 58,55р.	0,02р. 1,89р. 1,25р. 0,19р. 1,76р.	5,08р.	0,11	0,12	25,1	0	1,83	11,46	0	3,64	0,57		
итого за прием пищи				830				92,25р.	28,45	28,88	129,50	1,86	20,74	90,89	379,80	133,08	7,62		
всего за день				1475				127,67р.	36,51	36,88	181,5	2,02	24,04	137,49	471,6	165,68	10,72		

ДЕНЬ ТРЕТИЙ

№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
																			Стоимость	Стоимость
223	запеканка из творога со стученным молоком	1/200/60	творог крупа манная сахар яйца масло сливочное сахар сметана соль йодированная молоко стученное чай - заварка сахар вода	188 12 16 8 8 8 8 1 60 0.5 15 150	184 12 16 8 8 8 8 1 60 0.5 15 150	445.00р. 51.90р. 78.67р. 11.17р. 806.67р. 87.81р. 222.50р. 18.23р. 302.63р. 856.70р. 78.67р. -	83.66р. 0.62р. 1.26р. 0.09р. 6.45р. 0.70р. 1.78р. 0.02р. 18.16р. 0.38р. 1.08р. -	112.74р.	27.8	23	29.2	449.1	0.1	0.9	0.1	124	194.3	39.8	1.4	
376	чай с сахаром	1/200/15	чай - заварка сахар вода	0.5 15 150	0.5 15 150	856.70р. 78.67р. -	0.38р. 1.08р. -	2.00	0.2	0	13.4	52	0.06	0	0	2.98	4.5	2.4	0.5	
итого за прием пищи					460			114.74р.	28	23	42.6	501.1	0.16	0.9	0.1	126.98	198.8	42.2	1.9	

ОБЕД																				
№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
																			Стоимость	Стоимость
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250	свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатное пюре масло растительное сахар вода сметана соль йодированная филе кур из грудной хлеб пшеничный молоко или вода яйца куриные масло сливочное масло растительное для противня соль йодированная сметана мука пшеничная вода крупа пшеничная масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	50 25 26.6 12.5 15.2 7.5 5 2.5 200 10 1 85.6 11.3 14.2 1.40 1.44 1.4 1.2 7.5 2.25 22.5 12 1 20 0.2 200 40 30	40 20 20 10 12.5 7.5 5 2.5 200 10 1 80 11.3 14.2 5.6 1.44 1.4 1.2 7.5 2.25 22.5 12 1 25 0.2 200 40 30	46.00р. 1.23р. 53.00р. 51.00р. 48.00р. 187.54р. 136.29р. 78.67р. - р. 222.50р. 18.23р. 415.00р. 56.62р. - р. 11.17р. 806.67р. 136.29р. 18.23р. 222.50р. 42.60р. - р. 55.52р. 806.67р. 9.68р. 18.23р. 148.67р. 2.97р. 800.00р. 58.52р. 58.55р.	2.30р. 1.23р. 1.41р. 0.64р. 0.73р. 1.41р. 0.69р. 0.20р. - р. 2.23р. 0.02р. 35.52р. 0.64р. - р. 6.00р. 1.16р. 0.19р. 0.02р. 1.67р. 0.10р. - р. 4.00р. 9.68р. 0.02р. 2.97р. 0.16р. 2.26р. 1.76р.	10.83р.	1.8	5	12.2	105.7	0	22.1	0.2	54.5	51.7	27.3	1.3	
294	котлета из курицы	1/100	филе кур из грудной хлеб пшеничный молоко или вода яйца куриные масло сливочное масло растительное для противня соль йодированная сметана мука пшеничная вода крупа пшеничная масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	85.6 11.3 14.2 1.40 1.44 1.4 1.2 7.5 2.25 22.5 12 1 20 0.2 200 40 30	80 11.3 14.2 5.6 1.44 1.4 1.2 7.5 2.25 22.5 12 1 25 0.2 200 40 30	415.00р. 56.62р. - р. 11.17р. 806.67р. 136.29р. 18.23р. 222.50р. 42.60р. - р. 55.52р. 806.67р. 9.68р. 18.23р. 148.67р. 2.97р. 800.00р. 58.52р. 58.55р.	35.52р. 0.64р. - р. 6.00р. 1.16р. 0.19р. 0.02р. 1.67р. 0.10р. - р. 4.00р. 9.68р. 0.02р. 2.97р. 0.16р. 2.26р. 1.76р.	43.54р.	15.8	19.7	12.7	289.2	0	1.63	0.13	10.2	18.6	30.1	2.13	
330	соус сметанный	1/30	сметана мука пшеничная вода крупа пшеничная масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	7.5 2.25 22.5 12 1 20 0.2 200 40 30	7.5 2.25 22.5 12 1 25 0.2 200 40 30	222.50р. 42.60р. - р. 55.52р. 806.67р. 9.68р. 18.23р. 148.67р. 2.97р. 800.00р. 58.52р. 58.55р.	1.67р. 0.10р. - р. 4.00р. 9.68р. 0.02р. 2.97р. 0.16р. 2.26р. 1.76р.	1.76р.	0.32	1.13	1.32	16.68	0	0.01	0	6.15	0	1.19	0.05	
171	каша рассыпчатая пшеничная	1/180	крупа пшеничная масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	72 12 1 20 0.2 200 40 30	72 12 1 25 0.2 200 40 30	55.52р. 806.67р. 9.68р. 18.23р. 148.67р. 2.97р. 800.00р. 58.52р. 58.55р.	9.68р. 0.02р. 2.97р. 0.16р. 2.26р. 1.76р.	13.70р.	7.8	7.32	48	290.6	0.12	0	0	19.9	161.2	56.7	1.86	
349	компот из смеси сухофруктов	1/200	соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	20 20 20 200 40 30	20 20 20 200 40 30	148.67р. 2.97р. 800.00р. 58.52р. 58.55р.	2.97р. 0.16р. 2.26р. 1.76р.	4.71р.	0	0	19.4	77.4	0	0	9.4	0	2	0		
1/40	хлеб пшеничный		вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	40 30	40 30	58.52р. 58.55р.	2.26р. 1.76р.	2.26р. 1.76р.	3.16	0.4	0.36	19.3	94.6	0.06	0	9.2	34.8	13.2	0.8	
1/30	хлеб ржаной		вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	30	30	58.55р.	1.76р.	1.76р.	1.98	0.36	1.5	10	51.9	1.5	0	10.5	47.4	14.1	1.17	
итого за прием пищи					830			78.56р.	30.86	33.91	122.92	926.08	1.68	23.74	0.33	119.85	313.7	144.59	7.31	
итого за обед					1290			193.30р.	58.86	56.91	165.52	1427.18	1.84	24.64	0.43	246.83	512.5	186.79	9.21	

ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ

№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
																			Стоимость единицы	Стоимость блюда
ЗАВТРАК																				
229	горюшек зеленый консервированный	1/80	горюшек зеленый консервированный	80	80	142,58р.	11,41р.	11,41р.	1,55	2,2	9	41,8	0,05	5,5	0	10,73	29,98	10,4	0,34	
	рыба, тушеная в томате с овощами	1/100	минтай потрошенный вода морковь лук репчатый томатное пюре масло растительное раствор лимонной сахар лавровый лист соль йодированная молоко картофель масло сливочное соль йодированная хлеб пшеничный хлеб ржаной чай-заварка сахар лимон свежий вода	90 18,7 23 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 28,8 9 1,2 40 30 0,5 15 8 150	73,7 18,7 18 8,7 10 5 2,5 2 0,01 1,2 28,8 9 1,2 40 30 0,5 15 8 150	217,29р. 51,00р. 48,00р. 187,94р. 1,88р. 136,29р. 800,00р. 78,67р. 900,33р. 18,23р. 53,00р. 65,00р. 806,67р. 18,23р. 56,62р. 58,55р. 856,70р. 78,67р. 198,50р.	19,55р. 1,17р. 0,48р. 1,88р. 0,69р. 2,00р. 0,16р. 0,01р. 0,02р. 11,15р. 1,87р. 0,02р. 2,26р. 1,76р. 3,30р.	11,2	5,05	50,4	105	0,09	2,64	0	37,04	0	0	0,78		
312	пюре картофельное	1/180	картофель	28,8	28,8	65,00р.	1,87р.	20,32р.	3,8	7,2	25,6	182,9	0,2	31,2	0,1	2,4	102,6	39,1	1,6	
377	чай с лимоном	1/200/157	чай-заварка лимон свежий вода	15 8 150	15 7 150	856,70р. 78,67р. 198,50р.	0,43р. 1,19р. 1,59р.	3,30р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5	
Итого за прием пищи																				
				652	652	64,89р.	22,09	15,21	22,09	15,21	126	525,8	1,9	42,64	0,1	97,07	230,28	88,5	6,19	

№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
																			Стоимость единицы	Стоимость блюда
ОБЕД																				
7071	овощи натуральные свежие или соленые	1/80	овощи натуральные свежие или соленые	84	80	130,00р.	10,92р.	10,92р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6	
103	суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	картофель макаронные изделия морковь лук репчатый масло растительное соль йодированная сметана мука пшеничная вода капуста пшеничная масло сливочное соль йодированная сахар кислот лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	100 10 12,5 12 2,5 175 1 198 4 1,2 7,5 2,25 22,5 72 12 1,2 20 20 200 40 30	75 10 10 10 2,5 175 1 142 4 1,2 7,5 2,25 22,5 72 12 1,2 20 20 200 40 30	53,00р. 58,10р. 51,00р. 48,00р. 136,29р. - р. 18,23р. 251,59р. 136,29р. 18,23р. 222,50р. 42,60р. - р. 55,52р. 806,67р. 18,23р. 148,67р. 78,67р. 800,00р. 56,62р. 58,55р.	5,30р. 0,58р. 0,64р. 0,58р. 0,34р. - р. 0,02р. 49,81р. 0,55р. 0,02р. 1,67р. 0,10р. - р. 4,00р. 9,68р. 0,02р. 2,97р. 1,57р. 0,16р. 2,26р. 1,76р.	7,45р.	3,9	2,75	19	117	0,1	11	0,2	22	54	21	0,9	
290	птица, тушенная в соусе	1/100	соль йодированная бройлер-цыпленок масло растительное соль йодированная сметана мука пшеничная вода капуста пшеничная масло сливочное соль йодированная сахар кислот лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	1 198 4 1,2 7,5 2,25 22,5 72 12 1,2 20 20 200 40 30	1 142 4 1,2 7,5 2,25 22,5 72 12 1,2 20 20 200 40 30	18,23р. 251,59р. 136,29р. 18,23р. 222,50р. 42,60р. - р. 55,52р. 806,67р. 18,23р. 148,67р. 78,67р. 800,00р. 56,62р. 58,55р.	0,02р. 49,81р. 0,55р. 0,02р. 1,67р. 0,10р. - р. 4,00р. 9,68р. 0,02р. 2,97р. 1,57р. 0,16р. 2,26р. 1,76р.	11,7	10,7	2,94	155,8	0,22	0,02	0	31,09	0	0	0,92		
330	соус сметанный	1/30	сметана мука пшеничная вода капуста пшеничная масло сливочное соль йодированная сахар кислот лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	7,5 2,25 22,5 72 12 1,2 20 20 200 40 30	7,5 2,25 22,5 72 12 1,2 20 20 200 40 30	222,50р. 42,60р. - р. 55,52р. 806,67р. 18,23р. 148,67р. 78,67р. 800,00р. 56,62р. 58,55р.	1,76р.	0,32	1,13	1,32	16,68	0	0,01	0	6,15	0	1,19	0,05		
171	каша пшеничная рассыпчатая	1/180	каша пшеничная рассыпчатая	72	72	55,52р.	4,00р.	13,70р.	8,52	10,08	49,3	310,4	0,3	0,03	0	18,4	0	0	5,7	
349	компот из смеси сухофруктов	1/200	сухофрукты сахар кислот лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	20 20 200 40 30	20 20 200 40 30	148,67р. 78,67р. 800,00р. 56,62р. 58,55р.	2,97р. 1,57р. 0,16р. 2,26р. 1,76р.	4,71р.	0	0	19,4	77,4	0	0	9,4	0	2	0		
Итого за прием пищи																				
				910	910	157,53р.	52,17	40,73	52,17	40,73	248,76	1357,68	4,08	59,7	0,3	217,61	391,68	148,39	16,33	

ДЕНЬ ПЯТЫЙ

№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe	
181	каша жидкая молочная из манной крупы	1/200	крупа манная	31	31	51,90р.	1,61р.	22,98р.	9,74	9,82	33,54	239,4	0,25	1,3	0,08	140,6	136,4	17,1	0,5	
			молоко	100	100	65,00р.	6,50р.													
			вода	75	75	- р.	- р.													
			сахар	6,00	6	78,67р.	6,00р.													
			масло сливочное	10	10	806,67р.	8,07р.													
			сахар	10	10	78,67р.	0,79р.													
			сахар	1	1	18,23р.	0,02р.													
			соль йодированная	40	40	56,62р.	2,26р.													
			хлеб пшеничный	30	30	58,55р.	1,76р.													
			хлеб ржаной	0,5	0,5	856,70р.	0,38р.													
376	чай с сахаром	1/200/15	чай -заварка	15	15	78,67р.	1,08р.	2,00	0,2	0	13,4	52	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5	
			сахар	15	15	78,67р.	1,08р.													
			вода	150	150															
итого за прием пищи								29,00р.	15,08	10,58	76,24	437,9	1,87	1,3	0,08	163,28	223,1	46,8	2,97	

ОБЕД

102	суп картофельный с бобовыми	1/250	картофель	66,6	50	53,00р.	3,53р.	6,73р.	5,6	5,4	17,5	140,6	0,2	9,5	0,25	48,8	83,7	35,5	2,1	
			горох	20,2	20	55,50р.	1,12р.													
			лук репчатый	12	10	48,00р.	0,59р.													
			морковь	15,7	12,5	51,00р.	0,80р.													
			масло растительное	5	5	136,29р.	0,68р.													
			вода	175	175		0,00р.													
			соль йодированная	1	1	18,23р.	0,02р.													
			бройлер цыпленок	306,6	95	251,55р.	77,13р.													
			крупя рисовая	23,3	23,3	113,00р.	2,63р.													
			молоко или вода	10	10	- р.	- р.													
301	Кнели из кур, бройлер-цыплат с рисом	1/100	крупя рисовая	23,3	23,3	113,00р.	2,63р.	87,12р.	16	24,2	8,2	315	0,06	0,6	0	18,1	126,3	18,8	1,05	
			масло сливочное	3,6	3,6	806,67р.	2,90р.													
			соль йодированная	1,1	1,1	18,23р.	0,02р.													
			масло сливочное	5,5	5,5	806,67р.	4,44р.													
			макаронные изделия	60	60	58,10р.	3,49р.													
			масло сливочное	8,52	8,52	806,67р.	6,87р.													
			соль йодированная	1,2	1,2	18,23р.	0,02р.													
			сухофрукты	12	12	148,67р.	1,78р.													
			сахар	24	24	78,67р.	1,89р.													
			арахат картофельный	8	8	155,67р.	1,29р.													
202/203	макаронные изделия отварные с маслом	1/180	макаронные изделия	60	60	58,10р.	3,49р.	10,38р.	6,5	0,8	41,7	200	0,1	0	0	18,2	54,5	10,2	1,3	
			масло сливочное	8,52	8,52	806,67р.	6,87р.													
			соль йодированная	1,2	1,2	18,23р.	0,02р.													
			сухофрукты	12	12	148,67р.	1,78р.													
			сахар	24	24	78,67р.	1,89р.													
			арахат картофельный	8	8	155,67р.	1,29р.													
			кислота лимонная	0,2	0,2	800,00р.	0,16р.													
			вода	216	216															
			хлеб пшеничный	40	40	56,62р.	2,26р.													
			хлеб ржаной	30	30	58,55р.	1,76р.													
354	кисель из сухофруктов	1/200	сахар	24	24	78,67р.	1,89р.	5,08р.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	11,46	0	3,64	0,57	
			арахат картофельный	8	8	155,67р.	1,29р.													
			кислота лимонная	0,2	0,2	800,00р.	0,16р.													
итого за прием пищи	всего за день	1285	хлеб пшеничный	40	40	56,62р.	2,26р.	2,26р.	3,16	0,4	19,3	94,6	0,06	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8	
			хлеб ржаной	30	30	58,55р.	1,76р.	1,76р.	1,98	0,36	10	51,9	1,5	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17	
			итого за прием пищи	33,35	33,35	171,8	921,3	1,92	11,93	0,25	116,26	346,7	6,99	13,23	0,33	279,54	569,8	142,24	9,96	

2 НЕДЕЛЯ
ДЕНЬ ШЕСТОЙ

№ рецепта Уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
70/71	овощи натуральные свежие или соленые	1/80	овощи натуральные свежие или соленые	84	80	130,00р.	10,92р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6		
291	плов из птицы	1/250	бройлер-цыпленок	175,6	120	251,55р.	44,42р.	17,3	15	31,5	339,4	0,04	2,69	0	8,5	0	0	1,7		
			масло растительное	13,3	11,6	48,00р.	0,64р.													
			лук репчатый	16,6	13,3	51,00р.	0,85р.													
			морковь	8,3	8,3	187,54р.	1,56р.													
			томатное пюре	58,3	58,3	113,00р.	6,59р.													
			крупа рисовая	1	1	18,23р.	0,02р.													
			соль йодированная	40	40	56,62р.	2,26р.													
			хлеб пшеничный	30	30	58,55р.	1,76р.													
			хлеб ржаной	0,5	0,5	856,70р.	0,39р.													
			чай с сахаром	15	15	78,67р.	1,06р.													
	сахар	150	150																	
	вода																			
итого за прием пищи				615			70,59р.	22,94	15,86	62,3	494	1,6	8,69	0	42	107,4	35,7	4,27		

№ рецепта Уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe			
96	растольник ленинградский	1/250	картофель	100	75	53,00р.	5,30р.	2,3	5,25	16,3	122,3	0,1	16,8	0,2	28	71,8	27,7	1,2			
292/331	птица, тушенная в соусе с овощами	1/100/180/30	крупа перловая	5	5	36,66р.	0,18р.														
			морковь	12,5	10	51,00р.	0,64р.														
			лук репчатый	6	5	48,00р.	0,29р.														
			опушки соленные	16,5	15	163,73р.	2,70р.														
			масло растительное	5	5	136,29р.	0,68р.														
			вода	187,5	187,5																
			соль йодированная	1	1	18,23р.	0,02р.														
			бройлер цыпленок	198	142	251,29р.	49,75р.														
			масло растительное	12	12	136,29р.	1,64р.														
			картофель	120,6	135	53,00р.	6,39р.														
			морковь	52,2	41,4	51,00р.	2,66р.														
			петрушка (корень)	5,4	4,8	150,00р.	0,81р.														
			лук репчатый	21,6	18	48,00р.	1,04р.														
			горошек зеленый	14,4	9	142,58р.	2,05р.														
			консервированный																		
			соль йодированная	1,2	1,2	18,23р.	0,02р.														
			соус	30	30																
сметана	7,5	7,5	222,50р.	1,67р.																	
мука пшеничная	2,25	2,25	42,60р.	0,10р.																	
вода	22,5	22,5																			
томатное пюре	3	3	187,54р.	0,56р.																	
сухофрукты	20	25	148,67р.	2,97р.																	
сахар	20	20	78,67р.	1,57р.																	
кислота лимонная	0,2	0,2	800,00р.	0,16р.																	
вода	200	200																			
итого за прием пищи																					
349	комлот из смеси сухофруктов	1/200	комлот из смеси сухофруктов	0,2	0,2	800,00р.	0,16р.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0			
	хлеб пшеничный	1/40	хлеб пшеничный	40	40	56,62р.	2,26р.	3,16	0,4	19,3	94,6	0,06	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8			
	хлеб ржаной	1/30	хлеб ржаной	30	30	58,55р.	1,76р.	1,98	0,36	10	51,9	1,5	0	10,5	47,4	14,1	1,17				
итого за прием пищи				830			85,22р.	23,68	18,64	80,71	587,2	1,83	27,41	45,8	128,9	324,3	97,7	6,87			
итого за день				1445			155,87р.	46,62	34,5	143,01	1081,2	3,43	36,1	45,8	170,9	431,7	133,4	11,14			

ДЕНЬ СЕДЬМОЙ

№ рецепта урей	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				витамины (мг)					минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe	
173	каша вязкая молочная пшеничная	1/200/10		крупа пшеничная	50	55,52р.	2,78р.	17,83р.	8,9	7,06	45,16	289,2	0,18	1,76	0	161,7	0	0	2,83	
				молоко	100	65,00р.	- р.													
				вода	60	60	0,47р.													
				сахар	6	78,67р.	8,07р.													
				масло сливочное	10	806,67р.	0,02р.													
				соль йодированная	1	18,23р.	0,02р.													
				сыр российский	16	650,00р.	10,40р.													
3	бутерброд с сыром	1/15/10/30		масло сливочное	10	806,67р.	8,07р.	20,17р.	5,84	11,92	14,89	190	0	0,1	138,2	101,5	15,2	8		
				хлеб пшеничный	30	56,66р.	1,70р.													
				чай -заварка	0,5	856,70р.	0,38р.													
376	чай с сахаром	1/200/15		сахар	15	78,67р.	1,08р.	2,00	0,2	0	13,4	52	0,06	0	2,98	4,5	2,4	0,5		
				сахар	15	78,67р.	1,08р.													
				вода	150	150														
итого за прием пищи							40,00р.	14,94	19,98	73,45	511,2	0,24	1,86	0	303,88	106	17,6	11,33		

ОБЕД

101	суп картофельный с вермишелью	1/250		картофель	100	53,00р.	5,30р.	7,44р.	1,7	2,7	13,2	85,5	0,1	16,5	23,5	55	24,2	1	
				крупа рисовая	5	113,00р.	0,57р.												
				морковь	12,5	51,00р.	0,64р.												
				лук репчатый	12,00	48,00р.	0,58р.												
				масло растительное	2,50	136,29р.	0,34р.												
				вода	187,50	187,5	0,00р.												
				соль йодированная	1	18,23р.	0,02р.												
				капуста свежая	75,5	49,00р.	3,70р.												
				говядина	43,8	40	660,00р.												
				крупа рисовая	5	113,00р.	0,57р.												
297	голубцы ленивые	1/100		крупа рисовая	7,1	48,00р.	0,34р.	7,03р.	8,3	7,5	7,3	128,3	0	11	33,4	92	19,3	1,2	
				лук репчатый	3	806,67р.	2,42р.												
				масло сливочное	3	806,67р.	2,42р.												
				соль йодированная	0,3	18,23р.	0,01р.												
				вода	30	30													
				сметана	7,5	222,50р.	1,67р.												
				мука пшеничная	2,25	42,60р.	0,10р.												
				томатное пюре	3	187,54р.	0,56р.												
				соль йодированная	0,24	18,23р.	0,00р.												
				вода	22,5	22,5	- р												
331	соус сметанный с томатом	1/30		крупа гречневая	82,8	76,65р.	6,35р.	2,33р.	0,5	1,5	2,1	24	0	0,41	8,7	0	2,94	0,12	
				лук репчатый	21,3	148,67р.	1,02р.												
				морковь	22,5	51,00р.	1,15р.												
				вода	126	126													
				соль йодированная	1	18,23р.	0,02р.												
				масло сливочное	9	806,67р.	7,26р.												
				сухофрукты	20	25	148,67р.												2,97р.
				сахар	20	20	78,67р.												1,57р.
				лимонная кислота	0,2	0,2	800,00р.												0,15р.
				вода	200	200													
180	каша гречневая рассыпчатая с овощами	1/180		крупа гречневая	82,8	76,65р.	6,35р.	15,79р.	4,1	4,4	41,5	223,2	0,03	0	13,6	98	36,5	0,7	
				лук репчатый	21,3	148,67р.	1,02р.												
				морковь	22,5	51,00р.	1,15р.												
				вода	126	126													
				соль йодированная	1	18,23р.	0,02р.												
				масло сливочное	9	806,67р.	7,26р.												
				сухофрукты	20	25	148,67р.												2,97р.
				сахар	20	20	78,67р.												1,57р.
				лимонная кислота	0,2	0,2	800,00р.												0,15р.
				вода	200	200													
349	компот из смеси сухофруктов	1/200		хлеб пшеничный	40	56,67р.	2,26р.	4,71р.	0	0	19,4	77,4	0	0	9,4	0	2	0	
				хлеб ржаной	30	58,55р.	1,76р.												
				итого за прием пищи															81,32р.

ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ

№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe			
173	каша вязкая молочная из овсяной крупы	1/200/10	хлопья овсяные	44	44	62,00р.	2,73р.	ЗАВТРАК	6,6	9,7	24,4	210,3	0,1	1,3	0,1	188,3	52,9	2,6			
				100	100	65,00р.	6,50р.														
				60	60	-	-														
				6	6	78,67р.	0,47р.														
				10	10	806,67р.	8,07р.														
				1	1	18,23р.	0,02р.														
377	хлеб пшеничный чай с лимоном	1/40/15/7	хлеб пшеничный	40	40	56,62р.	2,26р.	2,26р.	3,16	0,4	19,3	94,6	0,06	0	0	34,8	13,2	0,8			
				0,5	0,5	856,70р.	0,43р.	3,20р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5		
				15	15	78,67р.	1,18р.														
				8	7	198,59р.	1,59р.														
				150	150																
				472						23,24р.	10,16	10,1	53,4	354,5	0,16	4,6	0,1	187,3	77,8	4,9	

№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe			
99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	капуста свежая	25	20	49,00р.	1,23р.	ОБЕД	3	4,2	10,2	91	0,1	11	0,22	30	22	0,8			
				66,6	50	53,00р.	3,53р.														
				12,5	10	51,00р.	0,64р.														
				12	10	48,00р.	0,58р.														
				11,5	7,5	142,58р.	1,64р.														
				5	5	136,29р.	0,88р.														
				187,5	187,5	-	-														
				10	10	222,50р.	2,23р.														
				1	1	18,23р.	0,02р.														
				86,6	63,2	660,00р.	57,16р.														
				13,2	13,2	56,62р.	0,75р.														
				20	20	-	-														
				40	33,2	48,00р.	1,92р.														
				5	5	136,29р.	0,88р.														
				6,6	6,6	47,60р.	0,28р.														
				5	5	136,29р.	0,88р.														
				1,2	1,2	18,23р.	0,02р.														
255,6	205,2	49,00р.	12,52р.																		
321	капуста тушеная	1/180	капуста свежая	5,4	5,4	800,00р.	4,32р.	ОБЕД	4,3	8,7	18,7	173,2	0,1	95,9	0,2	110,8	38,7	2,4			
				5,4	5,4	800,00р.	4,32р.														
				7,2	7,2	136,29р.	0,98р.														
				10,8	10,8	187,54р.	2,03р.														
				5,4	4,4	51,00р.	0,28р.														
				7,2	7,2	48,00р.	0,43р.														
				0,02	0,02	700,00р.	0,01р.														
				1,8	1,8	42,60р.	0,06р.														
				5,4	5,4	78,67р.	0,42р.														
				1,2	1,2	18,23р.	0,02р.														
				20	25	148,67р.	2,97р.														
				20	20	78,67р.	1,57р.														
				0,2	0,2	800,00р.	0,16р.														
				200	200																
				40	40	56,62р.	2,26р.														
				30	30	58,55р.	1,76р.														
				780																	
1252																					

№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe			
349	компот из смеси сухофруктов	1/200	компот из смеси сухофруктов	20	20	148,67р.	2,97р.	ОБЕД	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	2	0				
				20	20	78,67р.	1,57р.														
				0,2	0,2	800,00р.	0,16р.														
				200	200																
				40	40	56,62р.	2,26р.														
				30	30	58,55р.	1,76р.														
1140																					
1730																					
780																					
1252																					

ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ

№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав					минеральные вещества (мг)							
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
																			ЗАВТРАК	15,8
294	котлета из курицы	1/100	филе кур из грудной	85,6	80	415,00р.	35,52р.	15,8	19,7	12,7	289,2	0	1,63	0,13	10,2	18,6	30,1	2,13		
			хлеб пшеничный	11,3	11,3	56,62р.	0,64р.													
			молоко или вода	14,2	14,2	- р.														
			яйца куриные	1,40	5,6	11,17р.	6,00р.													
			масло сливочное	1,44	1,44	806,67р.	1,19р.													
			масло растительное для	1,4	1,4	136,29р.	0,19р.													
			соль йодированная	1,2	1,2	18,23р.	0,02р.													
171	каша гречневая рассыпчатая	1/180	крупа гречневая	85,2	85,2	96,00р.	8,19р.	4,3	5,5	45,2	247,2	0	0	0	13,2	93,6	31,2	0,7		
			масло сливочное	12	12	595,00р.	7,14р.													
			соль йодированная	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.													
		1/40	хлеб пшеничный	40	40	56,62р.	2,26р.	3,16	0,4	19,3	94,6	0,06	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8		
		1/30	хлеб ржаной	30	30	58,55р.	1,76р.	1,98	0,36	10	51,9	1,5	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17		
376	чай с сахаром	1/200/15	чай - заварка	0,5	0,5	856,70р.	0,38р.	2,00	0	13,4	52	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5		
			сахар	15	15	78,67р.	1,08р.													
			вода	150	150															
		565						64,90р.	25,44	100,6	734,9	1,62	1,63	0,13	46,08	198,9	91	5,3		

ОБЕД

№ рецепта уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав					минеральные вещества (мг)							
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
																			ЗАВТРАК	15,8
70/71	овощи натуральные свежие или соленые	1/80	овощи натуральные свежие или соленые	84	80	130,00р.	10,92р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6		
108/109	суп картофельный с клецками	1/250	картофель	66,7	50	53,00р.	3,54р.	10,92р.	0,5	18,79	134,25	0,105	3,3	0,02	33,4	72,2	19,45	1		
			морковь	12,5	10	51,00р.	0,64р.													
			лук репчатый	2,3	10	48,00р.	0,99р.													
			масло растительное	2,5	2,5	136,29р.	0,34р.													
			вода	187,5	187,5	- р.														
			соль йодированная	1	1	18,23р.	0,02р.													
			клецки	15	15															
			мука пшеничная	4,6	4,6	42,60р.	0,20р.													
			масло сливочное	0,5	0,5	86,67р.	0,04р.													
			яйца	1,3	1,3	11,17р.	0,01р.													
			вода или молоко	7,2	7,2	- р.														
			соль йодированная	0,1	0,1	18,23р.	0,00р.													
229	рыба, тушеная в томате с овощами	1/100	миктай потрошенный	90	73,7	217,25р.	19,55р.	25,95р.	11,2	50,4	105	0,09	2,64	0	37,04	0	0	0,78		
			вода	18,7	18,7															
			морковь	23	18	51,00р.	1,17р.													
			лук репчатый	10	8,7	48,00р.	0,48р.													
			томатное пюре	10	10	187,54р.	1,88р.													
			масло растительное	5	5	136,29р.	0,68р.													
			раствор лимонной кислоты	2,5	2,5	800,00р.	2,00р.													
			сахар	2	2	78,67р.	0,16р.													
			лавровый лист	0,01	0,01	700,00р.	0,01р.													
312	пюре картофельное	1/180	соль йодированная	1,2	1,2	18,23р.	0,02р.	20,32р.	3,8	7,2	182,9	0,2	31,2	0,1	2,4	102,6	39,1	1,6		
			картофель	210,6	198,4	53,00р.	11,16р.													
			молоко	28,8	28,8	65,00р.	1,87р.													
			масло сливочное	9	9	806,67р.	7,26р.													
699	напиток лимонный	1/200	соль йодированная	1,2	1,2	18,23р.	0,02р.	5,06р.	0,3	0	127,2	0,006	0,4	0,2	25,2	39,6	19,4	0,6		
			лимоны	16	16	198,50р.	3,18р.													
			сахар	24	24	78,67р.	1,89р.													
			вода	214	214															
			хлеб пшеничный	40	40	56,62р.	2,26р.													
			хлеб ржаной	30	30	58,55р.	1,76р.													
		880						71,65р.	24,5	17,7	703,95	1,961	43,54	0,32	131,54	321,8	113,65	6,55		

всего за день		1445					136,54г.	49,94	43,66	257,59	1438,85	3,581	45,17	0,45	177,62	520,7	204,65	11,85
итого по примерному меню			Пищевые вещества			Витамины			минеральные вещества (мг)									
			белки,г	жиры,г	углеводы,г	Ккал	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe					
13921			434,49	403,87	1876,58	12536,39	27,831	493,47	57,93	2604,73	4722,88	1643,72	124,18					
1392,1			43,449	40,387	187,658	1253,639	2,7831	49,347	5,793	260,473	472,288	164,372	12,418					
5441			184,19	165,87	755,18	5036,6	9,43	72,03	0,51	1298,6	1842,68	555,34	55,95					
544,1			18,419	16,587	75,518	503,66	0,943	7,203	0,051	129,86	184,268	55,534	5,595					
8480			787,07г.	250,3	1121,4	7499,79	18,401	421,44	57,42	1306,13	2880,2	1088,38	68,23					
848			78,71г.	25,03	112,14	749,979	1,8401	42,144	5,742	130,613	288,02	108,838	6,823					

Разработано на основании:

1. Методических рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20
2. "Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях " Дели плюс 2015 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна
3. "Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях " Дели плюс 2014 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна
4. "Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений": Уральский РЦП, по ред. Перевалова А.Я., г. Пермь, 2011г