

«Согласовано»  
Директор  
МОБУ СОШ № 26



« Утверждаю »  
Директор



**Примерное двухнедельное меню**  
**бесплатного горячего питания**  
**детей 5 – 11 классов**  
**(возрастная категория: 12 лет и старше)**  
**с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов**  
**сентябрь-декабрь 2023г.**  
**стоимостью 136 рублей 02 копейки**

г. Таганрог  
2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г)						Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14					
<b>1 неделя</b>																		
<b>1 День</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
181	Каша манная молочная жидкая	220	6,11	10,72	42,36	291	0,08	1,17	58	134,07	118,19	20,3	0,5					
3	Булгурброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157	0,04	0,11	59	139,2	96	9,45	0,49					
	Фрукты свежие	100	0,6	0,6	14,2	64,6	0,01	8,55	0	12,48	14,15	7,54	0,23					
630	Чай с молоком стуженным	180	1,44	1,44	15,57	81	0,02	0,6	0	59,4	45	10,8	0,72					
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>13,95</b>	<b>21,06</b>	<b>86,96</b>	<b>593,6</b>	<b>0,15</b>	<b>10,43</b>	<b>117</b>	<b>345,15</b>	<b>273,34</b>	<b>48,09</b>	<b>1,94</b>					
<b>Обед</b>																		
133	Суп картофельный с вермишелью, зелень	200	10,63	4,29	14,62	139,61	0,15	1,36	39,27	20,25	82,70	5,26	0,86					
413	Сосиски отварные	90	9,99	21,51	1,44	239,31	0,09	0,00	20,00	18,50	81,00	10,00	0,90					
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,85	9,55	39,86	280,79	0,21	0,00	40,00	26,39	210,35	140,52	4,73					
71	Овощная закуска	60	0,66	0,12	2,28	12,40	0,01	3,99	0,00	21,28	24,38	12,42	0,79					
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86					
	Хлеб йодированный	30	1,90	0,22	11,55	55,78	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60					
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>32,10</b>	<b>35,71</b>	<b>81,73</b>	<b>776,27</b>	<b>0,51</b>	<b>5,45</b>	<b>109,27</b>	<b>98,27</b>	<b>432,77</b>	<b>182,50</b>	<b>8,74</b>					
	<b>Всего за день:</b>	<b>1280</b>	<b>46,05</b>	<b>56,77</b>	<b>168,69</b>	<b>1369,87</b>	<b>0,66</b>	<b>15,88</b>	<b>226,27</b>	<b>443,42</b>	<b>706,11</b>	<b>230,59</b>	<b>10,68</b>					
<b>2 День</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
492	Плов из окорочков	210	15,20	13,07	36,27	323,51	0,08	1,60	0,04	78,00	40,00	286,70	3,60					
45	Овощная закуска	60	0,79	1,95	3,76	35,74	0,01	10,26	0,00	14,98	16,98	9,05	0,28					
АКО	Кофейный напиток черный	200	0,30	0,00	15,10	61,60	0,00	0,00	0,00	10,00	14,00	0,00	0,02					
	Кондитерское изделие	25	2,20	2,90	12,30	84,10	0,02	0,00	3,00	9,00	27,00	6,00	0,60					
	Хлеб йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60					
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>21,65</b>	<b>18,32</b>	<b>86,75</b>	<b>598,47</b>	<b>0,16</b>	<b>11,86</b>	<b>3,04</b>	<b>118,88</b>	<b>124,08</b>	<b>311,65</b>	<b>5,10</b>					
<b>Обед</b>																		
110	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	7,60	9,20	13,80	168,40	0,03	6,88	0,00	36,50	128,00	18,60	0,80					
260	Гуляш	90	9,57	25,31	2,60	278,10	0,28	0,92	0,00	20,00	128,62	22,39	2,21					
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,06	0,00	0,00	4,86	37,17	2,22	1,10					
т.24	Овощная закуска	60	1,32	0,00	8,28	38,40	0,03	12,75	0,00	42,20	54,80	54,80	1,79					
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41					
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,40	20,79	100,44	0,08	0,00	0,00	10,35	39,15	14,85	0,90					
	<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>27,50</b>	<b>39,45</b>	<b>83,90</b>	<b>802,28</b>	<b>0,52</b>	<b>21,88</b>	<b>10,00</b>	<b>240,51</b>	<b>480,54</b>	<b>128,26</b>	<b>7,21</b>					
	<b>Всего за день:</b>	<b>1270</b>	<b>49,15</b>	<b>57,77</b>	<b>170,65</b>	<b>1400,75</b>	<b>0,68</b>	<b>33,74</b>	<b>13,04</b>	<b>359,39</b>	<b>604,62</b>	<b>439,91</b>	<b>12,31</b>					



3 День	Завтрак												
268	Котлета рубленая мясная	90	8,47	16,25	10,25	221,13	0,18	2,15	10,10	12,74	82,39	17,53	1,05
171	Каша пшеничная расплечатая	150	6,84	9,19	39,23	266,99	0,18	0,00	40,00	28,45	140,01	50,19	1,65
т.24	Овощная закуска	60	1,32	0,00	8,28	38,40	0,03	12,75	0,00	42,20	54,80	54,80	1,79
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
	Хлеб йодированный	22	1,90	0,20	11,50	55,40	0,03	0,00	0,00	4,90	18,60	7,07	0,40
	<b>Итого:</b>	<b>522</b>	<b>18,60</b>	<b>25,66</b>	<b>81,24</b>	<b>630,30</b>	<b>0,46</b>	<b>16,23</b>	<b>60,10</b>	<b>214,89</b>	<b>388,60</b>	<b>144,99</b>	<b>5,30</b>
	<b>Обед</b>												
139	Суп картофельный с горохом	200	6,25	5,50	17,80	145,70	0,10	4,00	0,00	40,30	170,20	28,20	1,20
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	14,95	23,80	268,75	0,05	3,73	5,82	39,07	162,19	48,53	0,85
310	Картофель отварной	150	3,00	8,15	27,30	194,55	0,15	45,00	0,00	12,00	75,00	22,50	1,80
71	Овощная закуска	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб пшеничный	30	1,90	0,22	11,55	55,78	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>21,32</b>	<b>28,89</b>	<b>93,38</b>	<b>719,16</b>	<b>0,37</b>	<b>55,21</b>	<b>5,82</b>	<b>117,87</b>	<b>451,29</b>	<b>117,53</b>	<b>4,98</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1262</b>	<b>39,92</b>	<b>54,55</b>	<b>174,62</b>	<b>1349,46</b>	<b>0,83</b>	<b>71,44</b>	<b>65,92</b>	<b>332,76</b>	<b>839,89</b>	<b>262,52</b>	<b>10,28</b>
4 День	<b>Завтрак</b>												
289	Рагу из окорочков	210	16,40	18,52	28,24	345,24	0,07	11,30	13,80	36,33	104,70	38,08	1,84
71	Овощная закуска	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
	Хлеб йодированный	48	3,80	0,45	23,10	111,65	0,08	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	1,00
	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>20,68</b>	<b>19,04</b>	<b>67,49</b>	<b>524,39</b>	<b>0,17</b>	<b>16,58</b>	<b>13,80</b>	<b>70,53</b>	<b>167,60</b>	<b>63,98</b>	<b>3,45</b>
	<b>Обед</b>												
133	Суп с вермишелью, зелень	200	2,30	2,00	16,80	94,40	0,15	1,36	39,27	20,25	82,70	5,26	0,86
278/331	Тефтели с соусом	120	11,84	16,15	122,55	258,50	0,20	1,43	16,99	30,56	83,42	17,47	5,10
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,85	9,55	39,86	280,79	0,21	0,00	40,00	26,39	210,35	140,52	4,73
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
	Хлеб пшеничный	30	1,90	0,22	11,55	55,78	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>707</b>	<b>25,02</b>	<b>27,94</b>	<b>205,96</b>	<b>750,97</b>	<b>0,61</b>	<b>5,62</b>	<b>96,26</b>	<b>98,30</b>	<b>406,97</b>	<b>175,55</b>	<b>11,65</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1232</b>	<b>45,70</b>	<b>46,98</b>	<b>273,45</b>	<b>1275,36</b>	<b>0,78</b>	<b>22,20</b>	<b>110,06</b>	<b>168,83</b>	<b>574,57</b>	<b>239,53</b>	<b>15,10</b>



5 День	Завтрак												
260	Гуляш	90	9,57	25,31	2,60	278,10	0,28	0,92	0,00	20,00	128,62	22,39	2,21
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,02	0,00	0,00	4,13	55,58	18,00	0,37
т.24	Овощная закуска	60	3,00	5,90	0,90	68,70	0,02	5,80	0,00	18,74	25,96	11,72	0,50
630	Чай с молоком густым	200	1,60	1,60	17,30	90,00	0,02	0,60	0,00	66,00	50,00	12,00	0,80
	Хлеб йодированный	17	1,10	0,10	6,50	31,60	0,03	0,00	0,00	3,91	14,79	5,61	0,34
	<b>Итого:</b>	<b>517</b>	<b>20,79</b>	<b>37,43</b>	<b>53,75</b>	<b>636,96</b>	<b>0,37</b>	<b>7,32</b>	<b>0,00</b>	<b>112,78</b>	<b>274,95</b>	<b>69,72</b>	<b>4,22</b>
	<b>Обед</b>												
124	Щи из свежей капусты с картофелем	200	3,60	7,40	11,20	125,80	0,05	17,30	0,00	45,20	153,60	21,60	0,64
388	Котлета рыбная	90	12,05	15,52	18,34	261,24	0,05	0,29	40,68	41,29	150,03	34,43	1,31
304	Рис отварной	150	2,56	4,17	26,57	154,05	0,18	0,00	40,00	28,45	140,01	50,19	1,65
45	Овощная закуска	60	0,79	1,95	3,76	35,74	0,01	10,26	0,00	14,98	16,98	9,05	0,28
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>22,23</b>	<b>29,46</b>	<b>91,17</b>	<b>718,73</b>	<b>0,34</b>	<b>27,88</b>	<b>80,68</b>	<b>147,92</b>	<b>489,52</b>	<b>126,57</b>	<b>4,76</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1257</b>	<b>43,02</b>	<b>66,89</b>	<b>144,92</b>	<b>1355,69</b>	<b>0,71</b>	<b>35,20</b>	<b>80,68</b>	<b>260,70</b>	<b>764,47</b>	<b>196,29</b>	<b>8,98</b>
	<b>2 неделя</b>												
	<b>Завтрак</b>												
173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	220	8,31	13,11	37,62	301,71	0,21	0,96	54,80	158,95	264,86	72,05	2,12
6	Бутерброд с колбасой в/к	50	5,58	8,32	13,19	149,96	0,06	0,10	100,80	223,10	154,08	15,12	0,78
630	Чай с молоком густым	200	1,60	1,60	17,30	90,00	0,02	0,60	0,00	66,00	50,00	12,00	0,80
	Фрукты свежие	120	0,70	0,70	17,07	77,34	0,01	10,26	0,00	14,98	16,98	9,05	0,28
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>16,19</b>	<b>23,73</b>	<b>85,18</b>	<b>619,01</b>	<b>0,30</b>	<b>11,92</b>	<b>155,60</b>	<b>463,03</b>	<b>485,92</b>	<b>108,22</b>	<b>3,98</b>
	<b>Обед</b>												
138	Суп картофельный с рисом	200	2,00	2,40	14,60	88,00	0,08	6,60	0,00	28,80	159,20	24,00	0,80
413	Сосиски отварные	90	9,99	21,51	1,44	239,31	0,09	0,00	20,00	18,50	81,00	10,00	0,90
71	Овощная закуска	60	0,66	0,12	2,28	12,40	0,01	3,99	0,00	21,28	24,38	12,42	0,79
171	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,84	9,19	39,23	266,99	0,18	0,00	40,00	28,45	140,01	50,19	1,65
349	Компот из сухофруктов	200	0,00	0,00	31,40	125,60	0,02	0,73	0,00	32,48	58,60	17,46	0,70
	Хлеб пшеничный	20	1,82	0,23	11,11	53,79	0,04	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>21,31</b>	<b>33,45</b>	<b>100,06</b>	<b>786,09</b>	<b>0,42</b>	<b>11,32</b>	<b>60,00</b>	<b>138,71</b>	<b>497,99</b>	<b>127,27</b>	<b>5,28</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1290</b>	<b>37,50</b>	<b>57,18</b>	<b>185,24</b>	<b>1405,10</b>	<b>0,72</b>	<b>23,24</b>	<b>215,60</b>	<b>601,74</b>	<b>983,91</b>	<b>235,49</b>	<b>9,26</b>



2 День	Завтрак															
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	14,95	23,80	268,75	0,05	3,73	5,82	39,07	162,19	48,53	0,85			
310	Картофель отварной	150	3,00	8,15	27,30	194,55	0,15	45,00	0,00	12,00	75,00	22,50	1,80			
71	Овощная закуска	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25			
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36			
	Хлеб йодированный	18	1,10	0,10	6,50	31,60	0,03	0,00	0,00	3,91	14,79	5,61	0,34			
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>14,33</b>	<b>23,27</b>	<b>73,75</b>	<b>562,40</b>	<b>0,25</b>	<b>54,01</b>	<b>5,82</b>	<b>77,68</b>	<b>271,38</b>	<b>86,04</b>	<b>3,60</b>			
	<b>Обед</b>															
98	Суп крестьянский с крупой	200	4,78	8,34	17,27	163,26	0,03	7,92	0,00	28,70	26,86	11,36	0,48			
290	Филе куриное в соусе	90	11,96	9,75	12,61	186,03	0,04	0,35	30,10	29,52	76,93	14,06	0,61			
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,06	0,00	0,00	4,86	37,17	2,22	1,10			
т.24	Овощная закуска	60	3,00	5,90	0,90	68,70	0,02	5,80	0,00	18,74	25,96	11,72	0,50			
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28			
	Хлеб йодированный	35	2,66	0,32	16,17	78,20	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60			
	<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>27,99</b>	<b>28,85</b>	<b>85,38</b>	<b>713,13</b>	<b>0,20</b>	<b>14,10</b>	<b>30,10</b>	<b>99,82</b>	<b>195,82</b>	<b>50,66</b>	<b>3,57</b>			
	<b>Всего за день:</b>	<b>1270</b>	<b>42,32</b>	<b>52,12</b>	<b>159,13</b>	<b>1275,53</b>	<b>0,45</b>	<b>68,11</b>	<b>35,92</b>	<b>177,50</b>	<b>467,20</b>	<b>136,70</b>	<b>7,17</b>			
3 День	<b>Завтрак</b>															
т.24	Овощная закуска	60	0,86	1,32	7,06	43,56	0,02	1,51	0,70	11,20	11,90	18,55	0,21			
268	Котлета рубленая мясная	90	8,47	16,20	10,25	220,68	0,18	2,15	10,10	12,74	82,39	17,53	1,06			
171	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,84	9,19	39,23	266,99	0,18	0,00	40,00	28,45	140,01	50,19	1,65			
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86			
	Хлеб йодированный	21	2,19	0,25	13,20	63,81	0,03	0,00	0,00	6,50	25,80	9,50	0,30			
	<b>Итого:</b>	<b>521</b>	<b>18,43</b>	<b>26,98</b>	<b>81,72</b>	<b>643,42</b>	<b>0,41</b>	<b>3,76</b>	<b>60,80</b>	<b>63,84</b>	<b>268,34</b>	<b>100,17</b>	<b>4,08</b>			
	<b>Обед</b>															
139	Суп картофельный с горохом	200	6,25	5,50	17,80	145,70	0,10	4,00		40,30	170,20	28,20	1,20			
278/331	Тфтели с соусом	120	11,84	16,15	122,55	258,50	0,20	1,43	16,99	30,56	83,42	17,47	5,10			
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,85	9,55	39,86	280,79	0,21	0,00	40,00	26,39	210,35	140,52	4,73			
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28			
	Хлеб йодированный	30	1,90	0,22	11,55	55,78	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60			
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>28,91</b>	<b>31,44</b>	<b>203,74</b>	<b>789,15</b>	<b>0,56</b>	<b>5,46</b>	<b>56,99</b>	<b>115,25</b>	<b>492,87</b>	<b>197,49</b>	<b>11,91</b>			
	<b>Всего за день:</b>	<b>1221</b>	<b>47,34</b>	<b>58,42</b>	<b>285,46</b>	<b>1432,57</b>	<b>0,97</b>	<b>9,22</b>	<b>117,79</b>	<b>179,09</b>	<b>761,21</b>	<b>297,66</b>	<b>15,99</b>			



<b>4 День</b>													
<b>Завтрак</b>													
78	Овощная закуска	60	1,44	4,56	7,80	78,00	0,03	6,60	0,00	39,00	59,00	18,00	6,60
487	Окорочка куриные отварные	90	17,28	5,66	7,09	148,42	0,07	1,70	0,07	20,00	156,00	18,00	1,60
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,85	9,55	39,86	280,79	0,21	0,00	40,00	26,39	210,35	140,52	4,73
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Хлеб йодированный	10	0,95	0,12	5,80	28,06	0,06	0,00	0,00	8,11	30,67	11,63	0,71
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>28,59</b>	<b>19,91</b>	<b>72,53</b>	<b>583,65</b>	<b>0,37</b>	<b>8,40</b>	<b>50,07</b>	<b>98,45</b>	<b>464,26</b>	<b>192,55</b>	<b>14,50</b>
	<b>Обед</b>												
110	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	7,60	9,20	13,80	168,40	0,03	6,88	0,00	36,50	128,00	18,60	0,80
388	Котлета рыбная	90	12,05	15,52	21,34	273,24	0,05	0,29	40,68	41,29	150,03	34,43	1,31
304	Рис отварной	150	2,56	4,17	26,57	154,05	0,18	0,00	40,00	28,45	140,01	50,19	1,65
52	Овощная закуска	60	1,30	0,05	0,18	6,37	0,03	12,75	0,00	42,20	54,80	54,80	1,79
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб йодированный	30	1,90	0,22	11,55	55,78	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>25,48</b>	<b>29,18</b>	<b>85,42</b>	<b>706,22</b>	<b>0,34</b>	<b>19,95</b>	<b>80,68</b>	<b>166,44</b>	<b>501,74</b>	<b>169,32</b>	<b>6,43</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1240</b>	<b>54,07</b>	<b>49,09</b>	<b>157,95</b>	<b>1289,87</b>	<b>0,71</b>	<b>28,35</b>	<b>130,75</b>	<b>264,89</b>	<b>966,00</b>	<b>361,87</b>	<b>20,93</b>
	<b>Завтрак</b>												
278/331	Тфтели с соусом	120	11,84	16,15	122,55	258,50	0,20	1,43	16,99	30,56	83,42	17,47	5,10
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,02	0,00	0,00	4,13	55,58	18,00	0,37
	Кондитерское изделие	25	2,20	2,90	12,30	84,10	0,02	0,00	3,00	9,00	27,00	6,00	0,60
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Хлеб йодированный	38	2,66	0,32	16,17	78,20	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>533</b>	<b>22,29</b>	<b>23,91</b>	<b>189,45</b>	<b>637,74</b>	<b>0,29</b>	<b>1,53</b>	<b>29,99</b>	<b>55,54</b>	<b>200,34</b>	<b>55,77</b>	<b>7,53</b>
	<b>Обед</b>												
133	Сул с вермишелью, зелень	200	2,30	2,00	16,80	94,40	0,15	1,36	39,27	20,25	82,70	5,26	0,86
260	Гуляш	100	10,60	28,12	2,90	307,08	0,28	0,92	0,00	20,00	128,62	22,39	2,21
171	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,84	9,19	39,23	266,99	0,18	0,00	40,00	28,45	140,01	50,19	1,65
45	Овощная закуска	60	0,79	1,95	3,76	35,74	0,01	10,26	0,00	14,98	16,98	9,05	0,28
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб йодированный	30	1,90	0,22	11,55	55,78	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>22,50</b>	<b>41,50</b>	<b>86,22</b>	<b>808,37</b>	<b>0,67</b>	<b>12,57</b>	<b>79,27</b>	<b>101,68</b>	<b>397,21</b>	<b>98,19</b>	<b>5,88</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1263</b>	<b>44,79</b>	<b>65,41</b>	<b>275,67</b>	<b>1446,11</b>	<b>0,96</b>	<b>14,10</b>	<b>109,26</b>	<b>157,22</b>	<b>597,55</b>	<b>153,96</b>	<b>13,41</b>



Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. 2011г.,  
сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептов блюд и

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г.,  
сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептов блюд и  
кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной 2004г.

Технолог



Л.В. Серебрянская