УТВЕРЖДЕНО
ООО "СВЮС""

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 523272A5CE9C4B4E22A1B891A4D1CE5A
Владелец: Карпова Ирина Петровна
Действителен: с 30.10.2024 до 23.01.2026

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 42"

МП

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку и многодетные дети

1 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Понедельник-1															
Завтрак															
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86	33,57
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	7	8,8	0	107,6	0,02	0,1	0,22	78	264	10,6	150	0,3	35,00
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**16,90**	**18,30**	**56,10**	**454,90**	**0,26**	**0,37**	**2,01**	**119,88**	**465,40**	**60,50**	**419,20**	**3,01**	**86,45**
Обед															
54-6з	Салат из белокочанной капусты	60	0,8	7,6	2,2	93,1	0,02	0,03	17,3	30,5	22	9,3	27	0,48	10,69
54-23м-2020	Шницель из курицы	55	7,8	4,1	6,7	90,3	0,03	0,04	0,3	3,1	14,7	32	72	0,7	40,00
54-21г2020	Горошница	120	9,5	3,1	35,1	183,8	0,4	0,07	0	0,7	62,4	56	172	3,6	15,00
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3	5,76
Итого за обед			**20,40**	**7,60**	**79,50**	**438,50**	**0,57**	**0,21**	**0,39**	**18,80**	**170,90**	**104,50**	**293,50**	**5,69**	**86,45**
Итого за день			**37,30**	**25,90**	**135,60**	**893,40**	**0,83**	**0,58**	**2,40**	**138,68**	**636,30**	**165,00**	**712,70**	**8,70**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

2 день	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергети	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.		порции	Б	Ж	У	ческая	В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
Вторник -1															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15	20,00
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81	40,00
54-7соус	Соус молочный натуральный	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6	13,57
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77	10,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**17,39**	**16,80**	**75,32**	**514,14**	**0,50**	**0,35**	**0,52**	**49,83**	**322,86**	**171,35**	**232,20**	**3,41**	**86,45**
Обед															
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	5,2	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74	45,69
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49	20,00
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038	5,00
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	0,01	0,05	80	98	11	3	3	0,54	10,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16	5,76
Итого за обед			19,10	12,20	87,50	536,30	0,35	0,19	82,13	344,36	145,90	93,20	316,80	3,97	**86,45**
Итого за день			**36,49**	**29,00**	**162,82**	**1 050,44**	**0,85**	**0,54**	**82,65**	**394,19**	**468,76**	**264,55**	**549,00**	**7,38**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

3 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Среда - 1															
Завтрак															
54-11м	Плов из отварной говядины	190	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2	78,57
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73	5,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**17,30**	**15,20**	**64,50**	**445,40**	**0,19**	**0,22**	**0,82**	**262,30**	**62,00**	**60,10**	**238,90**	**4,01**	**86,45**
Обед															
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9	35,69
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1	0,05	0,03	0	20,3	19,5	17,3	142,5	0,8	15,00
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02	10,00
54-2хн-2020	Компот из свежих яблок	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58	20,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62	5,76
Итого за обед			**17,50**	**15,30**	**72,26**	**496,35**	**0,34**	**1,01**	**6,63**	**######**	**131,15**	**63,45**	**369,45**	**5,92**	**86,45**
Итого за день			**34,80**	**30,50**	**136,76**	**941,75**	**0,53**	**1,23**	**7,45**	**######**	**193,15**	**123,55**	**608,35**	**9,93**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

4 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Четверг-1															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15	33,57
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,6	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2	30,00
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07	20,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**16,40**	**15,10**	**51,40**	**402,70**	**0,30**	**0,44**	**1,30**	**81,40**	**426,50**	**94,60**	**408,70**	**3,50**	**86,45**
Обед															
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9	50,00
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,2	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04	20,00
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09	10,69
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	5,76
Итого за обед			**18,00**	**12,70**	**75,50**	**498,80**	**0,37**	**0,26**	**0,10**	**291,60**	**123,20**	**183,90**	**324,80**	**6,11**	**86,45**
Итого за день			**34,40**	**27,80**	**126,90**	**901,50**	**0,67**	**0,70**	**1,40**	**373,00**	**549,70**	**278,50**	**733,50**	**9,61**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

5 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Пятница -1															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15	38,57
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	0,18	0,15	0,54	41,6	143	49	186	1,32	30,00
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**15,70**	**15,80**	**61,70**	**449,90**	**0,32**	**0,36**	**1,01**	**87,50**	**369,50**	**76,50**	**345,70**	**3,32**	**86,45**
Обед															
54-23м-2020	Биточек из курицы	60	10,5	3,1	8,1	101,1	0,04	0,05	0,4	3,8	17,6	38,4	86,4	0,8	40,69
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,3	19,8	139,4	0,12	0,11	10,2	23,8	39	28	84	1,03	25,00
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038	5,00
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09	10,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8	5,76
Итого за обед			**18,30**	**10,30**	**75,30**	**472,60**	**0,37**	**0,21**	**10,82**	**49,56**	**191,10**	**91,60**	**256,60**	**3,76**	**86,45**
Итого за день			**34,00**	**26,10**	**137,00**	**922,50**	**0,69**	**0,57**	**11,83**	**137,06**	**560,60**	**168,10**	**602,30**	**7,08**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

7 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
Понедельник- 2															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15	28,57
54-16к	Каша молочная «Дружба»	200	5	6,8	24,1	168,9	0,07	0,12	0,53	27,2	116	27	124	0,53	30,00
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,8	12,6	100,4	0,04	0,17	0,68	17,3	143	34	130	1,09	25,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			15,4	15,2	52,1	393,4	0,24	0,43	1,38	83,5	428,5	78,6	367,7	2,85	**86,45**
Обед															
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2	65,69
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62	5,76
Итого за обед			**19,70**	**15,20**	**80,46**	**520,70**	**0,26**	**0,29**	**1,13**	**332,00**	**104,25**	**80,45**	**276,05**	**4,40**	**86,45**
Итого за день			**35,10**	**30,40**	**132,56**	**914,10**	**0,50**	**0,72**	**2,51**	**415,50**	**532,75**	**159,05**	**643,75**	**7,25**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

8 день	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергети	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.		порции	Б	Ж	У	ческая	B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Вторник - 2															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15	30,00
188	Запеканка рисовая с творогом	150	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81	35,00
54-7соус	Соус молоный	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6	8,57
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77	10,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**17,39**	**16,80**	**75,32**	**514,14**	**0,50**	**0,35**	**0,52**	**49,83**	**322,86**	**171,35**	**232,20**	**3,41**	**86,45**
Обед															
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04	20,00
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9	40,69
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67	20,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3	5,76
Итого за обед			**20,00**	**13,10**	**77,70**	**512,20**	**0,39**	**0,29**	**0,39**	**278,10**	**97,50**	**205,90**	**345,00**	**6,91**	**86,45**
Итого за день			**37,39**	**29,90**	**153,02**	**1 026,34**	**0,89**	**0,64**	**0,91**	**327,93**	**420,36**	**377,25**	**577,20**	**10,32**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

9 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
Среда - 2															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	7	8,8	0	107,6	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15	35,30
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86	33,27
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**16,90**	**18,30**	**56,10**	**454,90**	**0,25**	**0,32**	**1,90**	**80,88**	**333,40**	**55,20**	**344,20**	**2,86**	**86,45**
Обед															
54-1м-2020	Шницель из говядины	80	11	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62	45,69
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73	20,00
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,5	0,3	18	82,04	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	5,76
Итого за обед			**8,40**	**5,20**	**70,60**	**359,84**	**0,18**	**0,12**	**0,08**	**33,40**	**99,50**	**21,60**	**84,00**	**1,90**	**86,45**
Итого за день			**25,30**	**23,50**	**126,70**	**814,74**	**0,43**	**0,44**	**1,98**	**114,28**	**432,90**	**76,80**	**428,20**	**4,76**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

10 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Четверг - 2															
Завтрак															
54-11м	Плов из отварной говядины	190	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2	78,57
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73	5,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**17,30**	**15,20**	**64,50**	**445,40**	**0,19**	**0,22**	**0,82**	**262,30**	**62,00**	**60,10**	**238,90**	**4,01**	**86,45**
Обед															
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9	45,69
54-1г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73	15,00
54-32хн-2020	Компот из кураги	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,01	0,01	1,6	1,2	58	3,1	3,8	0,79	15,00
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02	5,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16	5,76
Итого за обед			**18,75**	**15,04**	**76,13**	**515,85**	**0,41**	**0,87**	**7,94**	**######**	**172,40**	**44,60**	**266,10**	**6,60**	**86,45**
Итого за день			**36,05**	**30,24**	**140,63**	**961,25**	**0,60**	**1,09**	**8,76**	**######**	**234,40**	**104,70**	**505,00**	**10,61**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

11 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Пятница - 2															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15	28,57
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,7	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2	30,00
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07	25,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**16,40**	**15,20**	**51,40**	**402,70**	**0,30**	**0,44**	**1,30**	**81,40**	**426,50**	**94,60**	**408,70**	**3,50**	**86,45**
Обед															
54-2м	Гуляш из говядины	60	10,8	10,8	3,6	148,5	0,02	0,07	0,8	15,3	9	14,3	99,8	1,5	35,69
54-9г	Рагу из овощей	150	2,8	7,4	18,8	133,4	0,07	0,08	12,2	309	56	29	70	1,02	30,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8	5,76
Итого за обед			**6,70**	**7,80**	**64,30**	**341,70**	**0,27**	**0,10**	**12,32**	**324,00**	**168,50**	**51,60**	**138,80**	**2,91**	**86,45**
Итого за день			**23,10**	**23,00**	**115,70**	**744,40**	**0,57**	**0,54**	**13,62**	**405,40**	**595,00**	**146,20**	**547,50**	**6,41**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

9 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
№ рец.			Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
Суббота - 2															
Завтрак															
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43	30,00
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07	20,00
Пром.	Фрукт*** (яблоко, мандарин)	100	0,9	0,3	11,1	52,5	0	0	9,8	0	20,1	15,5	17,1	1	33,57
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08	2,88
Итого за завтрак			**10,4**	**8,1**	**55,8**	**355,9**	**0,21**	**1,02**	**10,66**	**34**	**247,1**	**75,3**	**273,8**	**3,58**	**86,45**
Обед															
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	6,9	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74	50,69
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49	15,00
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62	5,76
Итого за обед			**17,70**	**12,20**	**78,76**	**478,90**	**0,28**	**0,26**	**2,32**	**309,40**	**122,15**	**99,45**	**302,05**	**3,43**	**86,45**
Итого за день			**28,10**	**20,30**	**134,56**	**834,80**	**0,49**	**1,28**	**12,98**	**343,40**	**369,25**	**174,75**	**575,85**	**7,01**	**172,90**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____