

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Азалия»



И.А. Левадняя

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ СОШ №4
с. Кочубеевское



И. И. Ибрагимов

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

приготавливаемых блюд

школьных завтраков, обедов для обучающихся 5-11 классов

ОВЗ

Возрастная категория: с 12 до 17 лет.

Сезон: Осенне-зимний
2024 - 2025 год

№ 3- ОБЗ Записки с 01 сентября!!!

ПРИМЕРНОЕ 12-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для детей с ограниченными возможностями здоровья
в возрасте от 7 до 11 лет (бюджетные средства)

Приним. паци.	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к-во Колл	Витамины, мг.				Минералы, мг.				№ Рецептуры
		7-11 лет					B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлеты из говядины	90	13,2	10,1	19,9	225,6	0,016	0,044	3,14	0	2,93	7,08	60,51	0,87	Дел.принт 2005 - 268
	Каши рассыпчатая рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дел.принт 2005 - 171
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел.принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	36	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
Итого		491	17,75	15,2	69,25	506,7	0,066	0,124	5,356	0	42,64	55,98	225,61	4,87	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	Дел.принт 2005 - 102
	Голубцы любительские	90/30	13,26	8,1	18,8	205	0,06	0,1	2,3	13,55	31,2	31,41	143,8	2,1	№131-1984г
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел.принт 2005 - 202, 203
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел.принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	782	27,53	89	101,4	665,3	0,31	0,26	5,34	23,65	121,5	108,81	493,9	6,748	
Итого за день		1273	45,28	104,2	170,65	1172	0,376	0,384	10,696	23,65	164,14	164,79	719,51	11,618	
1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каши жидкая молочная из манной крупы	200/10	4,4	8,2	32,8	200	0,04	0,02	0,88	0,73	101,14	9,6	10	0,36	Дел.принт 2005 - 181
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел.принт 2005 - 377
	Булочка "Воздушная" Тит	50	3,5	3	28	156	0,03	0,03	0	0	11	0	0	1	Дел.принт 2005 - 429
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дел.принт 2005 - 14
	Итого	492	9,4	21	78,6	522	0,0707	0,07	0,89	0,83	119,652	9,6	12,61	2,177	
ОБЕД	Суп картофельный с капустой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дел.принт 2005 - 103, 297
	Котлеты рыбные (филе минтая)	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дел.принт 2005 - 234
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дел.принт 2005 - 128
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дел.принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	720	23,9	23	84,2	684	0,35	0,39	10,851	15,81	150,46	142,68	610,42	10,13	
Итого за день		1212	33,3	44	162,8	1206	0,4207	0,46	11,741	16,64	270,112	152,28	623,03	12,307	
1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Фрикадельки из птицы (курица)	90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дел.принт 2005 - 297
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел.принт 2005 - 202, 203
	Чай с лимоном	150/50/15	1,4	1,6	17,7	91	0,04	0,16	0,12	1,33	126,6	15,4	92,8	0,41	Дел.принт 2005 - 378
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	550	23,7	16,3	73,1	535	0,266	0,34	6,27	2,248	209,08	76,28	355,29	5,24	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,9	8,3	84,8	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дел.принт 2005 - 88
	Зразы из птицы (курица)	90	12	21	31,1	370	0,09	0,21	10,94	31	31	26	126	1,5	Дел.принт 2005 - 298
	Каши рассыпчатая рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дел.принт 2005 - 171
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел.принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	745	18,25	31	68,75	735,9	0,2	0,35	14,156	52,1	120,77	97,9	384,1	6,35	
Итого за день		1295	41,95	47,3	161,85	1270,9	0,466	0,69	20,426	54,348	329,79	174,18	739,39	11,59	
1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (рис)	250	4,5	4,9	19,6	140,8	0,08	0,23	1,66	0,8	148	20	125	0,5	Дел.принт 2005 - 121
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дел.принт 2005 - 14
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел.принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	505	7,1	13,5	47,3	339,4	0,1307	0,26	2,206	0,8	157,822	30,9	153,71	1,317	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	Дел.принт 2005 - 102
	Котлеты рыбные из филе минтая	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дел.принт 2005 - 294
	Каши рассыпчатая (сеченовая)	150	3,6	2,4	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	3,2	Дел.принт 2005 - 171
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел.принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	805	26,07	22,6	81,8	780,7	0,206	0,25	8,62	11,468	118,68	68,13	369,49	5,888	
Итого за день		1310	33,17	36,1	129,1	1120,1	0,3367	0,51	10,826	12,268	276,502	99,03	523,2	7,205	
1 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлеты рыбные (филе минтая)	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дел.принт 2005 - 234
	Каши рассыпчатая рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дел.принт 2005 - 171

ОБЕД	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел/принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	532	18,65	18,9	65,95	328,1	0,15	0,17	2,59	0,21	86,3	80,5	357,5	6,21	
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,8	12	98,2	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дел/принт 2005 - 234
	Биточки из птицы (курица)	90	12,2	11,6	12,1	201,3	0,08	0,32	16,2	0	29,8	98,28	17,82	0,09	Дел/принт 2005 - 294
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел/принт 2005 - 202, 203
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дел/принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	730	25,4	17,4	98,4	632,2	0,33	0,48	19,401	21,1	135,7	202,18	367,92	7,54	
	Итого за день	1282	44,05	36,3	162,35	1160,3	0,48	0,65	21,991	21,31	216	282,68	725,42	13,75	
1 НЕДЕЛЯ 6 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (консервированная)	60	0,6	3	4,8	50,7	0,02	0,02	0,37	2,8	54	10,86	33	0,44	T24/96
	Омлет натуральный	106	10,5	13,2	11,1	205	0,08	0,4	0,18	0,2	79,72	12,48	174,6	2,04	Дел/принт 2005 - 210
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дел/принт 2005 - 14
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел/принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
ОБЕД	Итого	421	13,7	24,8	43,6	454,3	0,1507	0,45	1,096	3	143,542	34,24	236,31	3,297	
	Суп картофельный с капустой (рис)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дел/принт 2005 - 101
	Фрикадельки из рыбы (филе минтая)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дел/принт 2005 - 294
	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	5	4,8	36,1	207,7	0,12	0,05	0,59	0	20,05	28,52	132,48	2,25	Дел/принт 2005 - 302
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	29	117	0,011	0,011	0	5,44	11,2	0	0	0,26	Дел/принт 2005 - 342
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	730	25,3	22,8	111,8	754,9	0,351	0,251	5,81	13,49	87,95	87,17	426,58	6,05	
	Итого за день	1151	39,2	47,6	155,4	1209,2	0,5017	0,701	6,926	16,49	231,492	121,41	662,89	9,347	
2 НЕДЕЛЯ 7 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Тофтели из говядины с соусом сметанным с томатом (1й вариант)	90/50	13	18,67	18,67	300,54	0,05	0,08	1,78	3,74	13,51	8,4	110,14	1,73	Дел/принт 2005-278-331
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	3,6	2,4	38,7	246	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел/принт 2005 - 171
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел/принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	532	19,1	21,47	84,97	670,14	0,24	0,18	4,026	3,74	53,22	57,3	276,24	5,73	
ОБЕД	Суп картофельный с капустой	250	2,3	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дел/принт 2005 - 103, 297
	Голубцы свиные	90/30	13,26	81	18,8	205	0,06	0,1	2,3	13,55	31,2	34,41	143,8	2,1	№131-1984г.
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел/принт 2005 - 202, 203
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел/принт 2005 - 377
	Итого	782	24,96	87,1	91	615,3	0,35	0,42	13,49	16,88	136,9	130,31	549,9	11,1	
	Итого за день	1317	44,06	108,37	175,97	1285,44	0,59	0,6	17,516	20,62	190,12	187,61	826,14	16,83	
2 НЕДЕЛЯ 8 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (рис)	250	4,5	4,9	19,6	140,8	0,08	0,23	1,66	0,8	148	20	125	0,5	Дел/принт 2005 - 121
	Варенки "Домашний" 1шт.	50	4	2,6	27,1	148	0,01	0,01	0,42	0	2,3	8,3	21	0,4	Дел/принт 2005 - 424
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дел/принт 2005 - 14
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел/принт 2005 - 377
	Итого	532	10	17,3	64,5	454,8	0,0907	0,26	2,09	0,9	157,812	28,3	148,61	1,717	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	Дел/принт 2005 - 102
	Котлеты рыбные из филе (хариус)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дел/принт 2005 - 294
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	3,6	2,4	38,7	246	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел/принт 2005 - 171
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дел/принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	720	28,47	21	119,7	824,4	0,31	0,24	6,381	10,45	118,7	126,15	304,1	7,888	
	Итого за день	1252	38,47	38,3	184,2	1279,2	0,4007	0,5	8,471	11,35	276,512	154,45	652,71	9,605	
2 НЕДЕЛЯ 9 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Фрикадельки из птицы (курица)	90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дел/принт 2005 - 297
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел/принт 2005 - 202, 203
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дел/принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	470	26,1	14,7	86,6	571,2	0,226	0,18	6,161	0,918	99,48	93,88	353,49	7,63	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,9	8,3	84,8	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дел/принт 2005 - 88
	Каша рассыпчатая рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дел/принт 2005 - 171
	Трило рыбные (говядина)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,05	0,09	1,87	1,54	36,78	22,82	113,6	6,07	Дел/принт 2005 - 274
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел/принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	715	19,85	22,8	71,05	589,7	0,16	0,23	5,086	22,64	126,49	94,72	371,7	10,92	
	Итого за день	1205	45,95	37,5	157,65	1160,9	0,386	0,41	11,247	23,558	225,97	188,6	725,19	18,55	

2 НЕДЕЛЯ 10 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каши жидкая молочная из зерновой	200/10	4,4	8,2	32,8	200	0,04	0,02	0,88	0,73	101,14	9,6	10	0,36	Дел.принт 2005 - 181
	Булочка "Бесюшка" 1шт.	50	3,5	3	28	156	0,03	0,03	0	0	11	0	0	1	Дел.принт 2005 - 429
ОБЕД	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел.принт 2005 - 376
	Итого	475	8	11,2	75,8	416	0,07	0,05	0,936	0,73	112,95	10,6	10	1,56	
	Суп картофельный с мясной	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дел.принт 2005 - 103, 297
	Котлеты рыбные (филе минтая)	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дел.принт 2005 - 234
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дел.принт 2005 - 128
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дел.принт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
Итого	720	23,9	23	84,2	684	0,35	0,39	10,851	15,81	150,46	142,68	610,42	10,13		
Итого за день	1195	31,9	34,2	160	1100	0,42	0,44	11,787	16,54	263,41	153,28	620,42	11,69		
2 НЕДЕЛЯ 11 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Нера кабачковая (консервированная)	60	0,6	3	4,8	50,7	0,02	0,02	0,37	2,8	54	10,86	33	0,44	T24/96
	Омлет натуральный	106	10,5	13,2	11,1	205	0,08	0,3	0,18	0,2	79,72	12,48	174,6	2,04	Дел.принт 2005 - 210
ОБЕД	Масло сливочное "Березинское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дел.принт 2005 - 14
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел.принт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	428	15	26,4	46,3	485,3	0,1507	0,46	1,04	3,1	148,132	33,24	236,31	3,897	
	Суп картофельный с картошкой (рис)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дел.принт 2005 - 101
	Фрикадельки из птицы (курица)	90	14,3	13,7	14,3	238,5	0,036	0,03	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дел.принт 2005 - 297
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,04	1,71	0	32	38	140	3,2	Дел.принт 2005 - 202, 203
Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дел.принт 2005 - 349	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция	
Итого	720	30,4	19,5	107,3	714	0,336	0,26	7,591	8,518	132,48	126,88	558,49	9,33		
Итого за день	1148	45,4	45,9	153,6	1199,3	0,4867	0,72	8,631	11,618	286,612	160,12	794,8	13,227		
2 НЕДЕЛЯ 12 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Котлеты рыбные (филе минтая)	90	11,88	16,74	10,44	239,4	0,046	0,08	0,52	0,34	44,13	22,33	99,55	0,79	Дел.принт 2005 - 230
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дел.принт 2005 - 128
ОБЕД	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дел.принт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	485	16,78	24,04	51,24	526,4	0,196	0,18	1,906	12,81	81	52,41	186,57	2,31	
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,8	12	98,2	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дел.принт 2005 - 82
	Фрикадельки из рыбы	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дел.принт 2005 - 294
	Каши рассыпчатая (пшеничная)	150	5	4,8	36,1	207,7	0,12	0,05	0,59	0	20,05	28,52	132,48	2,25	Дел.принт 2005 - 302
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дел.принт 2005 - 377
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция	
Итого	752	24	24,4	91,8	684,3	0,29	0,23	5,4	21,65	99,15	77,17	314,58	5,74		
Итого за день	1237	40,78	48,44	142,94	1210,7	0,486	0,41	7,286	34,46	180,15	129,58	501,15	8,05		
ВСЕГО ЗА ПЕРИОД		14877	483,51	628,41	1916,51	14374,04	5,3505	6,475	147,644	262,852	2904,81	1968,01	8113,85	143,769	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 12 ДНЕЙ		1239,75	40,29	52,37	159,71	1197,84	0,45	0,54	12,30	21,90	242,07	164,00	676,15	11,98	

Меню составлено согласно нормативных документов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Киев 1998г.

2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Москва, 2005г.

3. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания И.М. Скурихин, В.А. Тутельман, Москва 2008 г.

4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Москва, 2004г.

Соотношение белков, жиров, углеводов 1:1:4

Инженер-технолог:

Светлана С.В.