

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Азалия»



И.А. Левадная



СОГЛАСОВАНО
Директор МОУ СОШ №14

С. Заветное



Е. М. Сетова

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

приготавливаемых блюд
(Завтрак, обед) для детей

с ограниченными возможностями здоровья

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: Осенне-зимний

2023 - 2024 год

903

Сем + 0,06

ПРИМЕРНОЕ 12-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

Прим пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	к-во Ккал	Витамины, мг.				Минералы, мг.				№ Рецептуры	
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe		
I 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	Дели принт 2005 - 268	
	Каша рассыпчатая (рисовая) с овощами	150	2	0,6	21,7	120	0,03	0,03	0,81	0,6	11,4	30,5	81,7	0,62	Хлебпродформ 2004 - 301	
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели 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	
	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	Дели принт 2005 - 14	
	Итого	495	17,8	19,3	69,3	544,2	0,0967	0,104	4,496	0,6	24,152	48,48	170,92	2,307		
	ОБЕД	Суп картофельный с крутой (пшено)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дели принт 2005 - 330
		Голубцы любительские	90/30	13,26	81	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	0,8	Дели 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	0,2	Дели принт 2005 - 377
Хлеб пшеничный		60	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		855	26,76	88,4	98,3	644,3	0,36	0,29	5,92	21,25	108,5	112,31	514,9	8,4		
Итого за день	1350	44,56	107,7	167,6	1188,5	0,4567	0,394	10,416	21,85	132,652	160,79	685,82	10,707			
I НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ ЗАВТРАК	Каша 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	Дели 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	Дели принт 2005 - 377	
	Булочка "Воздушка" (50 г.)	шт.	3,5	3	28	156	0,03	0,03	0	0	11	0	0	1	Дели 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	Дели принт 2005 - 14	
	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	522	11,8	21,4	91,2	585,6	0,1207	0,09	1,37	0,83	126,552	19,5	38,71	2,777		
	Суп картофельный с лапшой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели принт 2005 - 103, 297	
	Котлеты рыбные	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дели 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	Дели 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	Дели принт 2005 - 349	
ОБЕД	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	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	1252	35,7	44,4	173,4	1269,6	0,4707	0,48	12,221	16,64	277,012	162,18	649,13	12,907		
I НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ ЗАВТРАК	Птица (курица) тушеная с соусом сметаном с томатом, морковью	90/50	16,6	38,3	6,8	401,4	0,13	0,15	5,55	8,68	61	33,46	147	3,27	Хлебпродформ 2004 - 490,	
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 331	
	Чай с молоком	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	Дели принт 2005 - 202, 203	
	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	Дели принт 2005 - 378	
	Хлеб пшеничный	550	25,8	40,9	65,6	697,9	0,36	0,41	7,86	10,01	226,5	96,76	405,9	7,48	готовая продукция	
	Итого	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	Дели принт 2005 - 102	
ОБЕД	Плов из птицы (курица)	240	15,65	17,5	35,15	381,3	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели принт 2005 - 291	
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	29	117	0,011	0,011	0	5,44	11,2	0	0	0,26	Дели 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	815	23,32	23,3	100,55	725,7	0,221	0,291	16,33	18,67	125,5	87,4	450,1	5,308		
Итого за день	1365	49,12	64,2	166,15	1423,6	0,581	0,701	18,19	28,68	352	184,16	856	12,788			

ЗАВТРАК №1	Запеканка рисовая с творогом со ступённым молоком	150/15	27	24	28,9	450	0,08	0,4	0,77	0,45	22,8	34,5	210	1,3	Дели принт 2005 - 223
	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	Дели 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	Дели 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	430	29,6	32,6	56,6	648,6	0,1307	0,43	1,316	0,45	237,822	45,4	238,71	2,117	
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	Дели принт 2005 - 88
	Котлеты рубленые из птицы (курица)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели принт 2005 - 294
	Каша рассыпчатая (гречневая)	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	Дели 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	Дели 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	22,7	22,1	66,3	701,7	0,206	0,26	8,77	22,568	122,68	61,63	278,49	6,69		
Итого за день	1235	52,3	54,7	122,9	1350,3	0,3367	0,69	10,086	23,018	360,502	107,03	517,2	8,807		
ЗАВТРАК	Котлеты рубленые	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дели 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	Дели принт 2005 - 128
	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	Дели 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	552	19	21,1	57,3	534	0,25	0,19	1,84	12,68	77,46	61,68	279,42	3,73	
ОБЕД	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	Дели принт 2005 - 234
	Котлеты рубленые из птицы (курица)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели принт 2005 - 294
	Макаронные изделия отварные	150/5	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 202, 203
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0,011	0	0	17	33	91	2,8	Дели 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	805	26,8	18,6	97,7	654,7	0,31	0,25	6,531	21,55	122,7	119,65	413,1	8,69		
Итого за день	1357	45,8	39,7	155	1188,7	0,56	0,44	8,371	34,23	200,16	181,33	692,52	12,42		
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	Т24/96
	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	Дели 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	Дели 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	Дели 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	421	13,7	24,8	43,6	454,3	0,1507	0,45	1,096	3	143,542	34,24	236,31	3,297		
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (рис)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дели принт 2005 - 101
	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	Дели принт 2005 - 294
	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	Дели принт 2005 - 128
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	29	117	0,011	0,011	0	5,44	11,2	0	0	0,26	Дели 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	22,9	24,9	88,8	710,6	0,331	0,281	6,17	25,96	97,06	77,83	355,02	4,52		
Итого за день	1151	36,6	49,7	132,4	1164,9	0,4817	0,731	7,266	28,96	240,602	112,07	591,33	7,817		
ЗАВТРАК	Тфтели из говядины соусом сметанным с томатом (14 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	Дели 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	Дели 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	Дели 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	590	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 лапшой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели принт 2005 - 103, 297
	Голубцы любительские	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	Дели 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	Дели принт 2005 - 377
	<i>Итого</i>	855	24,96	87,1	91	613,3	0,35	0,42	13,49	16,88	136,9	130,31	549,9	11,1	
	<i>Итого за день</i>	1445	44,06	108,57	175,97	1285,44	0,59	0,6	17,516	20,62	190,12	187,61	826,14	16,83	
2 НЕДЕЛЯ 8 ДЕНЬ															
	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/10	3	7	30	180	0,01	0,03	0,65	0,15	30	4	24,5	0,05	Дели принт 2005 - 174
ЗАВТРАК	Булочка "Домашняя" (50г.)	шт.	4	2,6	27,1	148	0,01	0,01	0,42	0	2,3	8,3	21	0,4	Дели 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	Дели 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	Дели принт 2005 - 377
	<i>Итого</i>	507	8,5	19,4	74,9	494	0,0207	0,06	1,08	0,25	39,812	12,3	48,11	1,267	
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	Дели принт 2005 - 102
	Котлеты рубленные из птицы (курица)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели 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	Дели 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	Дели 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
	<i>Итого</i>	805	28,47	21	119,7	824,4	0,31	0,24	6,381	10,45	118,7	126,15	504,1	7,888	
	<i>Итого за день</i>	1312	36,97	40,4	194,6	1318,4	0,3307	0,3	7,461	10,7	158,512	138,45	552,21	9,155	
2 НЕДЕЛЯ 9 ДЕНЬ															
	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	Дели принт 2005 - 297
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели принт 2005 - 202, 203
	Чай с молоком	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	Дели 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
	<i>Итого</i>	560	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	Дели 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	Дели принт 2005 - 171
	Зразы рубленные (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	Дели принт 2005 - 274
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	1,5	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели 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
	<i>Итого</i>	822	19,85	22,8	71,05	589,7	0,16	0,23	5,086	22,64	126,49	94,72	371,7	10,92	
	<i>Итого за день</i>	1382	43,55	39,1	144,15	1124,7	0,426	0,57	11,356	24,888	335,57	171	726,99	16,16	
2 НЕДЕЛЯ 10 ДЕНЬ															
	Каша 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	Дели принт 2005 - 181
ЗАВТРАК	Булочка "Веселушка" (50 г.)	шт.	3,5	3	28	156	0,03	0,03	0	0	11	0	0	1	Дели 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	Дели принт 2005 - 14
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	1,5	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели принт 2005 - 376
	<i>Итого</i>	540	8,1	19,4	75,9	491	0,0707	0,06	0,946	0,73	115,062	10,6	12,61	1,577	
ОБЕД	Суп картофельный с лапшой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели принт 2005 - 103, 297
	Котлеты рыбные	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дели 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	Дели 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	Дели 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
	<i>Итого</i>	730	23,9	23	84,2	684	0,35	0,39	10,851	15,81	150,46	142,68	610,42	10,13	
	<i>Итого за день</i>	1270	32	42,4	160,1	1175	0,4207	0,45	11,797	16,54	265,522	153,28	623,03	11,707	
2 НЕДЕЛЯ 11 ДЕНЬ															
	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	124/96
ЗАВТРАК	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	Дели 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	Дели 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	Дели 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
	<i>Итого</i>	428	15	26,4	46,3	485,3	0,1507	0,46	1,04	3,1	148,132	33,24	236,31	3,897	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (рис)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дели принт 2005 - 101

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	Дели принт 2005 - 297
Макаронные изделия отварные	150,5	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели 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	Дели 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	735	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	1163	45,4	45,9	153,6	1199,3	0,4867	0,72	8,631	11,618	280,612	160,12	794,8	13,227	
2 НЕДЕЛЯ 12 ДЕНЬ														
ЗАВТРАК														
Котлеты рыбные	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	Дели 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	Дели принт 2005 - 128
Напиток фруктовый	200	0,2	0,2	26,8	110	0,2	0,03	0,2	4	24	14	8	14	Дели принт 2005 - 389
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	448	16,88	24,24	62,94	576,4	0,396	0,21	2,13	16,81	104,19	65,41	194,57	16,11	
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	Дели принт 2005 - 82
Котлеты рубленные из птицы (курица)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели принт 2005 - 294
Каша рассыпчатая (рисовая) с овощами	150	2	0,6	21,7	120	0,03	0,03	0,81	0,6	11,4	30,5	81,7	0,62	Хлебпродформ 2004 - 301
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	Дели 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	820	21	20,2	77,4	596,6	0,2	0,21	5,62	22,25	90,5	79,15	263,8	4,11	
Итого за день	1268	37,88	44,44	140,34	1173	0,596	0,42	7,75	39,06	194,69	144,56	458,37	20,22	
ВСЕГО ЗА ПЕРИОД	9955	317,84	418,14	1149,44	8721,4	3,88	3,722	99,721	239,166	1586,62	1366,8	5675,01	113,326	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ	2019,75	64,83	87,91	241,44	1867,49	0,75	0,82	18,59	39,74	364,99	257,07	1099,18	20,49	
ЗА 12 ДНЕЙ														

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.Скучихин, В.А.Тутельян, 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:

Съедин С. В.