

СОГЛАСОВАНО

Начальник  
Управления  
Территориального отдела  
Роспотребнадзора по  
Ставропольскому краю  
В.Г. Невинномысские



И.А. Устинова

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «Азалия»



И.А. Левадия

СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ СОШ №2  
с. Кочубеевское



Е.И. Неганова

## ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

приготавливаемых блюд  
школьных завтраков, обедов для обучающихся 1-4 классов  
(бюджетные средства).

Возрастная категория: с 7 до 11 лет.

Сезон: Осенне-зимний

2023 - 2024 год



№ 22

ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для обучающихся образовательных организаций Кошбеевского Муниципального Округа Ставропольского края в возрасте от 7 до 11 лет (бюджетные средства)

| Пример пищи                | Наименование блюда                                              | Выход      |       | Белки | Жиры   | Углеводы | к-во Ккал | Витаминиз. м.г. |       |        |       | Минерализ. м.г. |        |        |        | № Рецептура                                      |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------|-------|-------|--------|----------|-----------|-----------------|-------|--------|-------|-----------------|--------|--------|--------|--------------------------------------------------|
|                            |                                                                 | 7-11 лет   |       |       |        |          |           | B1              | B2    | PP     | C     | Ca              | Mg     | P      | Fe     |                                                  |
| 1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ<br>ЗАВТРАК | Быфитекс рубленый из говядины                                   | 90         | 14,04 | 13,32 | 19,98  |          | 255,6     | 0,068           | 0,044 | 3,14   | 0     | 19,02           | 25,2   | 157,6  | 2,25   | Дели притт 2005 - 266                            |
|                            | Каша рассыпчатая (рисовая) с овсянкой                           | 150        | 2     | 0,6   | 21,7   |          | 120       | 0,03            | 0,03  | 0,81   | 0,6   | 11,4            | 30,5   | 81,7   | 0,62   |                                                  |
|                            | Чай с сахаром                                                   | 200/15     | 0,1   | 0     | 15     |          | 60        | 0,00            | 0,00  | 0,056  | 0     | 0,81            | 1      | 0      | 0,2    |                                                  |
|                            | Хлеб пшеничный                                                  | 55         | 4     | 0,7   | 21     |          | 106       | 0,08            | 0,03  | 0,8    | 0     | 11,5            | 16,5   | 43,5   | 0,41   |                                                  |
|                            | Итого                                                           | 510        | 20,14 | 14,62 | 77,68  |          | 541,6     | 0,178           | 0,104 | 4,806  | 0,6   | 42,73           | 73,2   | 282,8  | 4,07   |                                                  |
|                            | Суп картофельный с крупой (пшено)                               | 250        | 4,3   | 4,8   | 20,7   |          | 142,8     | 0,11            | 0,08  | 1,43   | 7,6   | 33              | 33     | 205    | 1,7    |                                                  |
|                            | 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    |                                                  |
| ОБЕД                       | 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 притт 2005 - 202, 203                       |
|                            | Икра свекольная                                                 | 60         | 2,4   | 6,8   | 15,4   |          | 132       | 0,01            | 0,01  | 0,42   | 6     | 13,8            | 8,4    | 25,2   | 0,36   |                                                  |
|                            | 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    |                                                  |
|                            | Хлеб пшеничный                                                  | 50         | 4     | 0,7   | 21     |          | 106       | 0,08            | 0,03  | 0,8    | 0     | 11,5            | 16,5   | 43,5   | 1      |                                                  |
|                            | Хлеб ржаной                                                     | 42         | 2,4   | 0,4   | 12,6   |          | 63,6      | 0,05            | 0,02  | 0,48   | 0     | 6,9             | 9,9    | 26,1   | 0,6    |                                                  |
|                            | Итого                                                           | 857        | 33,16 | 23    | 134,7  |          | 882,3     | 0,45            | 0,33  | 7,14   | 22,25 | 133,8           | 137,21 | 583,6  | 9,76   |                                                  |
|                            | Итого за день                                                   | 1367       | 33,3  | 37,62 | 212,38 |          | 1423,9    | 0,628           | 0,434 | 11,946 | 27,85 | 176,33          | 210,41 | 866,4  | 13,83  |                                                  |
| 1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ<br>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 притт 2005 - 181                            |
|                            | 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  |                                                  |
|                            | Булочка "Веселючка" (60г)                                       | 1шт.       | 4     | 2,6   | 27,1   |          | 148       | 0,01            | 0,01  | 0,42   | 0     | 2,3             | 8,3    | 21     | 0,4    |                                                  |
|                            | Сыр "Российский"                                                | 15         | 3,8   | 4     | 0      |          | 51        | 0,01            | 0,01  | 0,04   | 0,75  | 156             | 8,4    | 81     | 0,01   |                                                  |
|                            | 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    |                                                  |
|                            | Итого                                                           | 692        | 0,8   | 25,2  | 102,9  |          | 669       | 0,1207          | 0,12  | 17,85  | 21,58 | 298,92          | 44,3   | 131,11 | 5,987  |                                                  |
|                            | Суп картофельный с лапшой                                       | 250        | 2,5   | 3,5   | 13,4   |          | 113,8     | 0,1             | 0,21  | 0,43   | 0,11  | 3,6             | 32,6   | 192,4  | 1,61   |                                                  |
| ОБЕД                       | Котлеты рыбные(филе минтай)                                     | 90         | 12,8  | 12,2  | 13,9   |          | 216       | 0,1             | 0,08  | 0,43   | 0,11  | 3,6             | 32,6   | 192,4  | 1,61   | Дели притт 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   |                                                  |
|                            | Капуста тушеная                                                 | 60         | 1,2   | 1,6   | 8      |          | 51,6      | 0               | 0     | 0,06   | 0     | 17              | 33     | 91     | 2,8    |                                                  |
|                            | Компот из смеси сухофруктов                                     | 200        | 3,8   | 0     | 31,2   |          | 127,2     | 0               | 0     | 0,011  | 0     | 6,9             | 9,9    | 26,1   | 0,6    |                                                  |
|                            | 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    |                                                  |
|                            | Хлеб ржаной                                                     | 30         | 2,4   | 0,4   | 12,6   |          | 63,6      | 0,05            | 0,02  | 0,48   | 0     | 6,9             | 9,9    | 26,1   | 0,6    |                                                  |
|                            | Итого                                                           | 1010       | 0,8   | 25,2  | 130    |          | 903,2     | 0,46            | 0,47  | 27,891 | 35,81 | 238,16          | 177,78 | 701,02 | 39,13  |                                                  |
| 1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ<br>ЗАВТРАК | Пшеница свежая (бублики)                                        | 1шт (200г) | 28,3  | 25    | 25,2   |          | 104       | 0,06            | 0,06  | 16,5   | 20    | 32              | 18     | 16,5   | 4,4    | Дели притт 2005 - 338                            |
|                            | Итого                                                           | 1010       | 28,3  | 25    | 25,2   |          | 903,2     | 0,46            | 0,47  | 27,891 | 35,81 | 238,16          | 177,78 | 701,02 | 39,13  |                                                  |
|                            | Итого за день                                                   | 1702       | 43,8  | 49,6  | 232,9  |          | 1572,2    | 0,5807          | 0,59  | 45,741 | 57,39 | 537,112         | 222,08 | 832,13 | 45,117 |                                                  |
|                            | Птица (курица) тушенная с соусом сметанном с томатом и 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   | Хлебпротинформ 2004 - 490, Дели притт 2005 - 331 |
|                            | 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    |                                                  |
|                            | 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   |                                                  |
|                            | 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    |                                                  |
|                            | 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  |                                                  |
|                            | Сыр "Российский"                                                | 15         | 3,8   | 4     | 0      |          | 51        | 0,01            | 0,01  | 0,04   | 0,75  | 156             | 8,4    | 81     | 0,01   |                                                  |
|                            | Итого                                                           | 565        | 29,7  | 53,1  | 65,7   |          | 823,9     | 0,3707          | 0,43  | 7,91   | 10,76 | 384,612         | 105,16 | 489,51 | 7,507  |                                                  |
| 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 притт 2005 - 102                            |
|                            | Плов из птицы (курица)                                          | (90/150)   | 15,65 | 17,5  | 35,15  |          | 381,3     | 0,1             | 0,21  | 9      | 3,23  | 61,4            | 48     | 240    | 4,4    |                                                  |



|                        |                                                             |             |              |              |               |               |               |              |              |              |                |               |               |               |                            |
|------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------------------|
|                        | Овощи натуральные соевые (сушеные)                          | 60          | 0,6          | 0            | 4,2           | 9,6           | 0,02          | 0,01         | 0,42         | 6            | 13,8           | 8,4           | 25,2          | 0,36          | Дели притт 2005 - 70       |
|                        | Компот из свежих плодов                                     | 200         | 0,2          | 0            | 29            | 117           | 0,011         | 0,011        | 0            | 5,44         | 11,2           | 0             | 0             | 0,26          | Дели притт 2005 - 342      |
|                        | 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          |
|                        | Хлеб ржаной                                                 | 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>                                                | <i>810</i>  | <i>26,32</i> | <i>23,7</i>  | <i>117,35</i> | <i>798,9</i>  | <i>0,291</i>  | <i>0,221</i> | <i>11,23</i> | <i>24,67</i> | <i>146,2</i>   | <i>105,7</i>  | <i>501,4</i>  | <i>6,268</i>  |                            |
|                        | <i>Итого за день</i>                                        | <i>1375</i> | <i>56,02</i> | <i>76,8</i>  | <i>183,05</i> | <i>1622,8</i> | <i>0,6617</i> | <i>0,751</i> | <i>19,14</i> | <i>35,43</i> | <i>530,812</i> | <i>210,86</i> | <i>990,91</i> | <i>13,775</i> |                            |
| <b>1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ</b> |                                                             |             |              |              |               |               |               |              |              |              |                |               |               |               |                            |
| <b>ЗАВТРАК</b>         | Запеканка творожная со ступенным молоком                    | 200/20      | 35,2         | 31,29        | 37,16         | 586,67        | 0,02          | 0,02         | 1,23         | 0,74         | 297,25         | 44,98         | 273,78        | 2,08          | Дели притт 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 притт 2005 - 14       |
|                        | Булочка "Ломанная" (50г.)                                   | 1шт.        | 4            | 2,6          | 27,1          | 148           | 0,01          | 0,01         | 0,42         | 0            | 2,3            | 8,3           | 21            | 0,4           | Дели притт 2005 - 424      |
|                        | Чай с сахаром                                               | 200/15      | 0,1          | 0            | 15            | 60            | 0,00          | 0,00         | 0,056        | 0            | 0,81           | 1             | 0             | 0,2           | Дели притт 2005 - 376      |
|                        | <i>Итого</i>                                                | <i>680</i>  | <i>39,4</i>  | <i>42,09</i> | <i>79,36</i>  | <i>869,67</i> | <i>0,0307</i> | <i>0,04</i>  | <i>1,716</i> | <i>0,74</i>  | <i>302,472</i> | <i>54,28</i>  | <i>297,39</i> | <i>2,697</i>  |                            |
|                        | 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 притт 2005 - 88       |
| <b>ОБЕД</b>            | 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 притт 2005 - 294      |
|                        | Каши 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 притт 2005 - 171      |
|                        | Икра овощная (свекольная, морковная)                        | 60          | 0,69         | 2,04         | 4,62          | 39,6          | 0,012         | 0,01         | 0,42         | 2,28         | 4,2            | 4,8           | 4,8           | 0,18          | Дели притт 2005 - 75       |
|                        | 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 притт 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          |
|                        | Хлеб ржаной                                                 | 20          | 1,3          | 0,2          | 8             | 39            | 1,05          | 0,02         | 0,14         | 0            | 7              | 9,4           | 31,6          | 0,78          | готовая продукция          |
| <b>1 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ</b> |                                                             |             |              |              |               |               |               |              |              |              |                |               |               |               |                            |
| <b>ЗАВТРАК</b>         | Рыба запеченная в сметанном соусе (минтай)                  | 90/35       | 12,8         | 12,2         | 13,9          | 216           | 0,1           | 0,08         | 0,43         | 0,11         | 36             | 32,6          | 192,4         | 1,61          | Хлебродиформ 2016 - 266    |
|                        | Картофельное пюре                                           | 150/5       | 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 притт 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 притт 2005 - 377      |
|                        | Хлеб пшеничный                                              | 40          | 3,2          | 0,53         | 16,8          | 84,8          | 0,06          | 0,04         | 0,64         | 0            | 9,2            | 13,2          | 34,8          | 0,8           | готовая продукция          |
|                        | <i>Итого</i>                                                | <i>527</i>  | <i>19,8</i>  | <i>21,23</i> | <i>61,5</i>   | <i>555,2</i>  | <i>0,26</i>   | <i>0,21</i>  | <i>2</i>     | <i>12,68</i> | <i>79,76</i>   | <i>64,98</i>  | <i>288,12</i> | <i>3,93</i>   |                            |
|                        | 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 притт 2005 - 82       |
| <b>ОБЕД</b>            | Гуляш из говядины                                           | 90/50       | 24,64        | 10,24        | 5,92          | 214,4         | 0,96          | 0,09         | 3,33         | 0            | 30,4           | 28,8          | 275,2         | 3,68          | Дели притт 2005 - 260      |
|                        | Макaronные 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 притт 2005 - 202, 203 |
|                        | Овощи натуральные соевые (помидоры)                         | 60          | 0,6          | 0            | 4,2           | 9,6           | 0,02          | 0,01         | 0,42         | 6            | 13,8           | 8,4           | 25,2          | 0,36          | Дели притт 2005 - 70       |
|                        | Компот из смеси сухофруктов                                 | 200         | 3,8          | 0            | 31,2          | 127,2         | 0             | 0            | 0,011        | 0            | 17             | 33            | 91            | 2,8           | Дели притт 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          |
|                        | Хлеб ржаной                                                 | 20          | 1,3          | 0,2          | 8             | 39            | 1,05          | 0,02         | 0,14         | 0            | 7              | 9,4           | 31,6          | 0,78          | готовая продукция          |
| <b>2 НЕДЕЛЯ 6 ДЕНЬ</b> |                                                             |             |              |              |               |               |               |              |              |              |                |               |               |               |                            |
| <b>ЗАВТРАК</b>         | Тертлен из говядины 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          | Дели притт 2005-278,331    |
|                        | Каши рассыпчатая гречневая                                  | 150         | 3,6          | 2,4          | 38,7          | 246           | 0,14          | 0,08         | 1,71         | 0            | 32             | 38            | 140           | 3,2           | Дели притт 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 притт 2005 - 376      |
|                        | Хлеб пшеничный                                              | 40          | 3,2          | 0,53         | 16,8          | 84,8          | 0,06          | 0,04         | 0,64         | 0            | 9,2            | 13,2          | 34,8          | 0,8           | готовая продукция          |
|                        | <i>Итого</i>                                                | <i>535</i>  | <i>19,9</i>  | <i>21,6</i>  | <i>89,17</i>  | <i>691,54</i> | <i>0,25</i>   | <i>0,2</i>   | <i>4,166</i> | <i>3,74</i>  | <i>55,52</i>   | <i>60,6</i>   | <i>284,94</i> | <i>5,93</i>   |                            |
|                        | 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 притт 2005 - 103, 114 |
| <b>ОБЕД</b>            | Голубцы любительские                                        | 90/50       | 13,26        | 8,1          | 18,8          | 205           | 0,06          | 0,1          | 2,3          | 13,55        | 31,2           | 34,41         | 143,8         | 2,1           | Дели притт 2005 - 202, 203 |
|                        | 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 притт 2005 - 75       |
|                        | Икра свекольная                                             | 60          | 1,4          | 6,8          | 15,4          | 132           | 0,01          | 0,01         | 0,42         | 6            | 13,8           | 8,4           | 25,2          | 0,36          | Дели притт 2005 - 377      |
|                        | Чай с лимоном                                               | 200/15/7    | 2,4          | 1,6          | 17,7          | 91            | 0             | 0,01         | 0            | 0,1          | 5,4            | 0             | 0             | 0,8           | Дели притт 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          |
|                        | Хлеб ржаной                                                 | 20          | 1,3          | 0,2          | 8             | 39            | 1,05          | 0,02         | 0,14         | 0            | 7              | 9,4           | 31,6          | 0,78          | готовая продукция          |
| <b>Итого</b>           |                                                             | <b>857</b>  | <b>28,66</b> | <b>21,2</b>  | <b>114,4</b>  | <b>786,3</b>  | <b>1,41</b>   | <b>0,45</b>  | <b>14,05</b> | <b>22,88</b> | <b>157,7</b>   | <b>148,11</b> | <b>606,7</b>  | <b>12,24</b>  |                            |





|         |                                    |          |        |        |        |          |         |      |         |         |         |         |         |         |                                                                                                                                                                       |
|---------|------------------------------------|----------|--------|--------|--------|----------|---------|------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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<br>Дели прит 2005 - 14<br>Дели прит 2005 - 377<br>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   |                                                                                                                                                                       |
|         | 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     |                                                                                                                                                                       |
|         | Хлеб пшеничный                     | 102      | 8,72   | 1,45   | 45,78  | 231,08   | 0,18    | 0,07 | 1,74    | 0       | 25,07   | 35,97   | 94,83   | 2,18    |                                                                                                                                                                       |
| ОБЕД    | Итого                              | 500      | 21,32  | 27,45  | 79,48  | 652,78   | 0,2807  | 0,51 | 2,3     | 3,1     | 166,302 | 59,31   | 305,04  | 5,477   | Дели прит 2005 - 101<br>Дели прит 2005 - 75<br>Дели прит 2005 - 297<br>Дели прит 2005 - 349<br>Дели прит 2005 - 202, 203<br>Дели прит 2005 - 349<br>готовая продукция |
|         | 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     |                                                                                                                                                                       |
|         | Икра свекольная                    | 60       | 2,4    | 6,8    | 15,4   | 132      | 0,036   | 0,01 | 0,42    | 6       | 13,8    | 8,4     | 25,2    | 0,36    |                                                                                                                                                                       |
|         | 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    |                                                                                                                                                                       |
|         | Макаронные изделия отварные        | 150      | 5,4    | 0,6    | 28,5   | 141,9    | 0,14    | 0,08 | 1,71    | 0       | 32      | 38      | 140     | 3,2     |                                                                                                                                                                       |
|         | Компот из смеси сухофруктов        | 200      | 3,8    | 0      | 31,2   | 127,2    | 0       | 0    | 0,011   | 0       | 17      | 33      | 91      | 2,8     |                                                                                                                                                                       |
|         | 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     |                                                                                                                                                                       |
|         | Хлеб ражаной                       | 20       | 1,3    | 0,2    | 8      | 39       | 1,05    | 0,02 | 0,14    | 0       | 7       | 9,4     | 31,6    | 0,78    |                                                                                                                                                                       |
|         | Итого                              | 820      | 34,1   | 26,5   | 130,7  | 885      | 1,396   | 0,29 | 8,151   | 14,518  | 133,28  | 144,68  | 615,29  | 10,47   |                                                                                                                                                                       |
|         | Итого за день                      | 1320     | 55,42  | 53,95  | 210,18 | 1337,78  | 1,6767  | 0,8  | 10,451  | 17,618  | 319,582 | 203,99  | 920,33  | 15,947  |                                                                                                                                                                       |
|         | ВСЕГО ЗА ПЕРИОД                    | 14428    | 490,65 | 501,11 | 1948,3 | 14751,39 | 13,6322 | 5,71 | 185,148 | 323,934 | 3432,27 | 1962,83 | 8437,15 | 199,558 |                                                                                                                                                                       |
|         | СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ                   | 2152,80  | 73,02  | 73,43  | 294,61 | 2198,48  | 2,16    | 0,88 | 27,33   | 46,18   | 494,69  | 293,67  | 1260,24 | 29,98   |                                                                                                                                                                       |
|         | ЗА 10 ДНЕЙ                         |          |        |        |        |          |         |      |         |         |         |         |         |         |                                                                                                                                                                       |

Меню составлено согласно нормативных документов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Кусе 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.Тютельян, 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:



Сыедин С. В.