

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "СОШ № 134" г.Перми

Ростовичева Ольга Анатольевна

01 мая 2023 года



Возрастная категория:

Мп. школьники 7-11 лет

Индивидуальный предприниматель

Гильмутдинова Вероника Сергеевна

01 мая 2023 года



Меню приготавливаемых блюд

в столовой МАОУ "СОШ № 134" г.Перми

Организатор питания: ИП Гильмутдинова Вероника Сергеевна

Весенне-летний период

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	СЫР СЫЧУЖИЙ ТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	25	6,40	6,53	0,00	84,33	72/ЕСТН2018
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ШОКОЛАДНОЕ)	5	0,03	4,13	0,04	37,39	76/ЕСТН2018
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,12	5,54	25,05	166,50	233/ЕСТН2018/9
	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНЫ"	200	0,20	0,00	10,00	40,00	616/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,4	79/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	13,42	16,83	59,65	442,94	
ОБЕД	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	60	0,78	2,94	3,00	41,40	148/ЕСТН2018
	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,46	4,00	8,52	76,00	92/ЕСТН2018
	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	14,76	11,70	5,04	190,80	335/ЕСТН2018/9
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,27	36,01	223,07	255/ЕСТН2018/5
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,40	0,20	0,20	120,00	498/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	28,66	25,77	78,72	779,49	
ПОЛДНИК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	106,00	467/ЕСТН2018/5
	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	100	10,50	10,33	55,33	356,67	537/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	16,3	15,33	64,93	462,67	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1575	58,38	57,94	203,30	1685,10	
День 2							
ЗАВТРАК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	100	5,00	3,20	8,50	87,00	468/ЕСТН2018/5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,83	15,86	3,23	206,12	287/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	458/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	3,53	6,28	34,13	207,18	544/ЕСТН2018/5
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	24,96	25,73	80,45	657,41
ОБЕД	САЛАТ "ВЕСНА"	60	1,08	3,48	1,28	40,80	33/П2013/5
	СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ"	200/5	5,98	8,86	2,44	113,80	108/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (МИНТАЙ)90Г	90	10,98	3,24	5,58	95,40	307/ЕСТН2018
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,23	6,71	21,73	160,24	374/ЕСТН2018/5
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	22,80	97,00	493/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	26,59	23,25	79,76	635,46	
ПОЛДНИК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200	10,00	6,40	17,00	174,00	468/ЕСТН2018/5
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 100Г	100	7,07	12,55	68,27	414,35	544/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	17,07	18,95	85,27	588,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1615	68,62	67,93	245,47	1881,22	
День 3							
ЗАВТРАК	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60	0,96	3,80	4,92	56,40	9/ЕСТН2018/5
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 240г	240	19,58	21,89	41,57	441,60	330/ЕСТН2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,19	41,08	469/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2 КУС.)	60	4,56	0,48	29,52	140,64	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	25,16	25,98	86,20	679,72	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,60	6,12	2,10	66,00	145/ЕСТН2018/5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,16	2,28	15,06	89,00	113/ЕСТН2018/5
	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90	21,21	14,68	0,51	218,57	439/Днев.об.М2013
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,73	7,89	39,45	263,71	204/ЕСТН2018/5
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	491/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	37,62	31,61	103,17	846,50	
ПОЛДНИК	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,40	0,20	0,20	120,00	498/ЕСТН2018
	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	590/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ 100Г	100	0,40	0,40	9,80	44,4	79/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		335	4,43	4,03	36,04	310,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1655	87,21	81,62	225,41	1836,67	

День 4							
ЗАВТРАК	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-Й ВАРИАНТ)	45	7,50	12,15	11,10	184,50	62/ЕСТН2018
	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,42	10,59	23,64	215,55	231/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С ДЖЕМОМ	200/20	0,40	0,10	14,90	62,00	652/Днет. 05.М2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ 100Г	100	0,40	0,40	9,80	44,4	76/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		545	17,00	23,48	74,20	576,77	
ОБЕД	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,78	6,48	4,08	78,00	47/ЕСТН2018
	СУП "ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ".	200/5	1,24	3,96	4,70	59,40	101/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	90	13,50	9,64	8,36	169,71	341/ЕСТН2018/3
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,81	6,15	40,01	230,66	384/ЕСТН2018/5
	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,50	0,00	27,00	110,00	482/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	24,45	26,89	110,10	775,99	
ПОЛДНИК	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	0,00	0,01	14,00	56,00	481/ЕСТН2018/3
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 100г	100	6,93	13,07	58,80	380,00	555/П2013/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	6,93	13,08	72,80	436,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1610	48,38	63,45	257,10	1788,76	
День 5							
ЗАВТРАК	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.	60	0,60	3,72	2,16	44,40	17/ЕСТН2021
	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ.	90	18,00	16,20	9,64	255,86	389/ЕСТН2018/5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,23	6,71	21,73	160,24	374/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	458/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2 КУС.)	60	4,56	0,48	29,52	140,64	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	26,39	27,11	73,03	641,06	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,42	6,06	1,21	61,20	145/ЕСТН2018
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	200	7,38	5,78	12,84	133,00	120/ЕСТН2018/5
	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	18,93	19,75	21,81	340,11	373/ЕСТН2018
	КОМПЛОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА/с витамином С	200	0,30	0,00	20,10	81,00	590/Днет. 05.М2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	31,646	32,249	81,908	743,63	
ПОЛДНИК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР)	200	10,00	6,40	17,00	174,00	468/ЕСТН2018/5
	МАННИК 100г	100	5,54	5,15	31,08	193,08	547/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	15,54	11,55	48,08	367,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1620	73,57	70,91	203,02	1751,67	
День 6							
ЗАВТРАК	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,60	6,12	2,10	66,00	145/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	11,97	9,90	11,97	191,70	168/М2003
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,73	7,89	39,45	263,71	204/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	0,00	0,01	14,00	56,00	481/ЕСТН2018/3
	ХЛЕБ 2 КУС.	60	4,56	0,48	29,52	140,64	110/П2013/Мзд 5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	25,86	24,40	97,04	718,05	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,60	6,12	2,10	66,00	145/ЕСТН2018/5
	СУП-КРЕМ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	200	2,34	4,02	10,64	88,2	131/Днет. 05.М2013
	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	13,60	13,50	4,10	192,00	364/ЕСТН2018
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,81	6,15	40,01	230,66	384/ЕСТН2018/5
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,40	0,20	0,20	120,00	498/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	26,37	30,65	83,00	826,08	
ПОЛДНИК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	106,00	487/ЕСТН2018/5
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 100Г	100	6,17	2,83	68,17	323,33	527/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	11,97	7,83	77,77	429,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	64,20	62,88	267,81	1972,46	
День 7							
ЗАВТРАК	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ).	5	0,03	4,13	0,04	37,39	76/ЕСТН2018
	КАША "ДРУЖБА"	150	3,92	8,48	21,23	176,96	225/ЕСТН2018
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,28	2,50	14,71	92,54	484/ЕСТН2018/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	5,00	3,20	8,50	87,00	488/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	15,02	18,708	68,083	611,08	
ОБЕД	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	146/ЕСТН2018
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ).	200	1,84	3,40	12,10	86,40	144/П2013/5
	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	16,36	12,55	3,91	193,64	354/ЕСТН2018
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,23	6,71	21,73	160,24	374/ЕСТН2018/5
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	22,80	97,00	493/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	27,23	23,68	87,51	673,30	
ПОЛДНИК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	100	5,00	3,20	8,50	87,00	488/ЕСТН2018/5
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	7,50	13,00	60,33	388,33	538/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	12,50	16,20	68,83	475,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1475	64,75	68,58	225,42	1659,71	

День 8							
ЗАВТРАК	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,42	6,08	1,21	61,20	145/ЕСТН2018
	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90	14,58	10,80	0,27	156,6	430/Днев.сб М2013
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,27	36,01	223,07	255/ЕСТН2018
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,08	0,01	10,19	41,08	459/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2 КУС.)	60	4,56	0,48	29,52	140,64	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	26,26	23,62	77,202	622,59	
ОБЕД	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,88	6,84	5,88	92,40	42/ЕСТН2018
	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,48	4,00	8,52	78,00	92/ЕСТН2018
	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	90	13,77	9,90	11,97	191,70	347/ЕСТН2018/3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,69	5,76	24,15	176,05	248/ЕСТН2013/5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,10	0,10	11,10	48,00	484/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	28,50	27,26	87,57	711,37	
ПОЛДНИК	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,08	0,01	10,19	41,08	459/ЕСТН2018/5
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ, СО СИМОЛОКОМ	100/30	15,80	5,30	17,90	182,00	286/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	15,86	5,31	28,09	223,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1655	69,62	56,19	192,86	1557,04	
День 9							
ЗАВТРАК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	23,85	11,55	22,50	291,00	278/ЕСТН2018/5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,53	2,95	15,02	100,73	461/ЕСТН2018/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,4	79/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	30,06	15,14	62,08	506,45	
ОБЕД	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60	0,96	3,60	4,92	56,40	9/ЕСТН2018
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,16	2,28	15,06	89,00	113/ЕСТН2018
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 240г	240	14,76	9,84	29,76	267,60	372/ЕСТН2018
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,50	0,00	27,00	110,00	462/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,34	0,42	11,19	57,90	108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	109/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	23,00	16,38	102,69	651,22	
ПОЛДНИК	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТКА КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,08	0,01	10,19	41,08	616/П2013/5
	ПРЯНИКИ 30Г	30	1,77	1,41	22,50	109,80	589/П2013/5
	СОК ПАКЕТИРОВАННЫЙ 1/200Г	200	0,00	0,00	23,00	92,00	293/П2008
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	1,83	1,42	55,69	242,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1700	54,89	32,94	220,46	1400,55	
День 10							
ЗАВТРАК	САЛАТ "ВЕСНА"	60	1,08	3,48	1,26	40,80	33/П2013/5
	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	90/50	11,57	1,41	9,00	95,14	347/П2013/5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,23	6,71	21,73	160,24	374/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	457/ЕСТН2018/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2 КУС.)	60	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	1,48	83,00	590/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		630	21,18	13,964	68,058	536,30	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,60	6,12	2,10	66,00	145/ЕСТН2018/5
	СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,10	4,08	10,60	87,60	97/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ	90	10,89	8,73	8,82	157,50	206/М2003/4
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	150	5,40	5,48	27,75	181,50	258/ЕСТН2018/5
	НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	200	0,00	0,00	19,00	80,00	506/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	23,61	26,065	94,22	700,82	
ПОЛДНИК	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200	0,00	0,00	15,00	60,00	482/ЕСТН2018
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	8,00	2,80	47,80	248,00	542/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	8,00	2,80	62,80	308,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1695	52,79	41,83	226,08	1646,12	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		16250	612	574	2258	17078	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1625	61,24	57,43	225,99	1707,82	

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "СОШ № 134" г.Перми
Ростовщикова Ольга Анатольевна
01 мая 2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
Гильмутдинова Вероника Сергеевна
01 мая 2023 года

**Менюготавливаемых блюд
в столовой МАОУ "СОШ № 134" г.Перми**

Организатор питания: ИП Гильмутдинова Вероника Сергеевна

Возраст-
ная
категория:

Ст. школьники 12-18 лет

Весенне-летний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	СЫР ТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	25	6,40	6,53	0,00	84,33	72/ЕСТН2018
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ШОКОЛАДНОЕ).	5	0,03	4,13	0,04	37,39	76/ЕСТН2018
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,49	7,38	33,40	222,00	233/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,20	0,00	10,00	40,00	616/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,4	79/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	16,32	18,84	77,84	545,32	
ОБЕД	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	100	1,30	4,90	5,00	69,00	148/ЕСТН2018
	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ.	250/10	1,83	5,00	10,65	95,00	92/ЕСТН2018
	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	14,76	11,70	5,04	190,80	335/ЕСТН2018/5
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,52	8,36	48,01	297,43	255/ЕСТН2018/5
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,40	0,20	0,20	120,00	498/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	34,51	31,26	112,15	985,93	
ПОЛДНИК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	106,00	487/ЕСТН2018/5
	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	100	10,50	10,33	55,33	356,67	537/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	16,3	15,33	64,93	462,67	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1830	67,12	65,43	254,93	1993,91	
День 2							
ЗАВТРАК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	5,00	3,20	8,50	87,00	488/ЕСТН2018/5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	16,83	21,14	4,31	274,82	267/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	458/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	3,53	6,28	34,13	207,18	544/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	29,17	31,02	81,52	726,12	
ОБЕД	САЛАТ "ВЕСНА".	100	1,80	5,80	2,10	68,00	33/П2013/5
	СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ".	250/10	7,48	11,08	3,05	142,25	108/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (МИНТАЙ)90Г	90	10,98	3,24	5,58	95,40	307/ЕСТН2018
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200	4,31	8,95	28,97	213,65	374/ЕСТН2018/5
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	22,80	97,00	493/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	32,96	30,46	105,75	830,00	
ПОЛДНИК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200	10,00	6,40	17,00	174,00	488/ЕСТН2018/5
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 100Г	100	7,07	12,55	68,27	414,35	544/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	17,07	18,95	85,27	588,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1850	79,20	80,43	272,54	2144,47	

День 3							
ЗАВТРАК	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ.	100	1,60	10,08	3,25	110,22	9/ЕСТН2018/5
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 240г	250	20,40	22,80	43,30	460,00	330/ЕСТН2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,19	41,08	459/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2 КУС.)	100	7,60	0,80	49,20	234,40	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		650	29,66	33,69	105,94	845,70	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	1,00	10,20	3,50	110,00	145/ЕСТН2018/5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,70	2,85	18,83	111,25	113/ЕСТН2018/5
	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90	21,21	14,66	0,51	218,57	439/Диег. с6 М2013
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,64	10,52	52,60	351,61	204/ЕСТН2018/5
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	491/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		940	44,55	39,33	138,79	1086,13	
ПОЛДНИК	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,40	0,20	0,20	120,00	498/ЕСТН2018
	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	590/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ 100Г	100	0,40	0,40	9,80	44,4	79/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		335	4,43	4,03	36,04	310,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1925	78,64	77,05	280,77	2242,18	
День 4							
ЗАВТРАК	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-И ВАРИАНТ)	45	7,50	12,15	11,10	184,50	62/ЕСТН2018
	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	8,56	14,12	31,52	287,40	231/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С ДЖЕМОМ	200/20	0,40	0,10	14,90	62,00	652/Диег. с6 М2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ 100Г	100	0,40	0,40	9,80	44,4	79/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		615	20,66	27,17	91,92	695,50	
ОБЕД	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.	100	1,30	10,80	6,80	130,00	47/ЕСТН2018
	СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ".	250/10	1,55	4,95	5,88	74,25	101/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	90	13,50	9,64	8,36	169,71	341/ЕСТН2018/3
	РИС ОТВАРНОЙ	200	5,08	8,20	53,35	307,55	384/ЕСТН2018/5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,50	0,00	27,00	110,00	492/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	29,63	34,69	144,63	1005,21	
ПОЛДНИК	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	0,00	0,01	14,00	56,00	461/ЕСТН2018/3
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 100г	100	6,93	13,07	58,80	380,00	555/П2013/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	6,93	13,08	72,80	436,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1865	57,22	74,94	309,35	2136,71	
День 5							
ЗАВТРАК	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.	100	1,00	6,20	3,60	74,00	17/ЕСТН2021
	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ.	90	18,00	16,20	9,64	255,86	389/ЕСТН2018/5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	3,23	6,71	21,73	160,24	374/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	458/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2 КУС.)	60	4,56	0,48	29,52	140,64	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	26,79	29,59	74,47	670,66	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	0,70	10,10	2,02	102,00	145/ЕСТН2018
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	250	9,23	7,23	16,05	166,25	120/ЕСТН2018/5
	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	18,93	19,75	21,81	340,11	373/ЕСТН2018
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА(с витамином С	200	0,30	0,00	20,10	81,00	599/Диег. с6 М2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	36,851	38,174	103,226	903,06	
ПОЛДНИК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР)	200	10,00	6,40	17,00	174,00	468/ЕСТН2018/5
	МАННИК 100г	100	5,54	5,15	31,08	193,08	547/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	15,54	11,55	48,08	367,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1790	79,18	79,32	225,78	1940,80	

День 6							
ЗАВТРАК	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,60	6,12	2,10	66,00	145/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	11,97	9,90	11,97	191,70	168/М2003
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,73	7,89	39,45	263,71	204/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	0,00	0,01	14,00	56,00	461/ЕСТН2018/3
	ХЛЕБ 2 КУС.	60	4,56	0,48	29,52	140,64	110/П2013/Изд. 5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	25,86	24,40	97,04	718,05	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	1,00	10,20	3,50	110,00	145/ЕСТН2018/5
	СУП-КРЕМ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	250	2,93	5,03	13,30	110,25	131/Днев. сб. М2013
	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	13,60	13,50	4,10	192,00	364/ЕСТН2018
	РИС ОТВАРНОЙ	200	5,08	8,20	53,35	307,55	384/ЕСТН2018/5
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,40	0,20	0,20	120,00	498/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		970	31,71	38,23	117,70	1053,50	
ПОЛДНИК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	106,00	467/ЕСТН2018/5
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 100Г	100	6,17	2,83	68,17	323,33	527/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	11,97	7,83	77,77	429,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1830	69,53	70,46	292,50	2200,88	
День 7							
ЗАВТРАК	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ).	10	0,05	8,25	0,08	74,77	76/ЕСТН2018
	КАША "ДРУЖБА"	200	5,22	11,31	28,31	235,94	225/ЕСТН2018
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,28	2,50	14,71	92,54	464/ЕСТН2018/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 КУС.	100	7,60	0,80	49,20	234,40	108/П2013/5
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	5,00	3,20	8,50	87,00	468/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		610	20,15	26,06	100,8	724,65	
ОБЕД	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	100	0,80	0,10	1,70	13,00	146/ЕСТН2018
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ).	250	2,30	4,25	15,13	108,00	144/П2013/5
	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	16,36	12,55	3,91	193,64	354/ЕСТН2018
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200	4,31	8,95	28,97	213,65	374/ЕСТН2018/5
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	22,80	97,00	493/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	32,17	27,24	115,76	838,99	
ПОЛДНИК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	100	5,00	3,20	8,50	87,00	468/ЕСТН2018/5
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	7,50	13,00	60,33	388,33	539/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	12,50	16,20	68,83	475,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1760	64,82	69,50	285,39	2038,97	
День 8							
ЗАВТРАК	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	100	0,70	10,10	2,02	102,00	145/ЕСТН2018
	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90	14,58	10,80	0,27	156,6	439/Днев. сб. М2013
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,52	8,36	48,01	297,43	255/ЕСТН2018
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,19	41,08	459/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2 КУС.)	100	7,60	0,80	49,20	234,40	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		690	30,46	30,07	109,693	831,5067	
ОБЕД	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	100	3,10	11,40	9,80	154,00	42/ЕСТН2018
	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ.	250/10	1,83	5,00	10,65	95,00	92/ЕСТН2018
	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	13,77	9,90	11,97	191,70	347/ЕСТН2018/3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,92	7,68	32,20	233,40	248/ЕСТН2013/5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,10	0,10	11,10	48,00	484/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	35,42	35,18	118,97	935,80	
ПОЛДНИК	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,19	41,08	459/ЕСТН2018/5
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ, СО СМОЛОКОМ	100/30	15,80	5,30	17,90	182,00	285/ЕСТН2018/5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	15,86	5,31	28,09	223,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	81,74	70,56	256,75	1990,39	

День 9							
ЗАВТРАК	ЗАЛЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/30	31,80	15,40	30,00	388,00	278/ЕСТН2018/9
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,53	2,95	15,02	100,73	461/ЕСТН2018/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/П2013/5
	ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,4	79/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	38,01	18,99	69,58	603,45	
ОБЕД	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ.	100	1,60	6,00	8,20	94,00	9/ЕСТН2018
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,70	2,85	18,83	111,25	113/ЕСТН2018
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 240г	240	14,76	9,84	29,76	267,60	372/ЕСТН2018
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С ВИТАМИНОМ С/	200	0,50	0,00	27,00	110,00	492/ЕСТН2018
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,90	0,70	18,65	96,50	108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,20	109/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	27,26	19,79	127,04	796,55	
ПОЛДНИК	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "БАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,06	0,01	10,19	41,08	616/П2013/5
	ПРЯНИКИ 30Г	30	1,77	1,41	22,50	109,80	589/П2013/5
	СОК ПАКЕТИРОВАННЫЙ 1/200Г	200	0,00	0,00	23,00	92,00	293/П2008
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	1,83	1,42	55,69	242,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1880	67,10	40,20	252,31	1642,88	
День 10							
ЗАВТРАК	САЛАТ "ВЕСНА".	100	1,80	5,80	2,10	68,00	33/П2013/5
	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	90/50	11,57	1,41	9,00	95,14	347/П2013/5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200	4,31	8,95	26,97	213,65	374/ЕСТН2018/5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	457/ЕСТН2018/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (2КУС)	100	7,60	0,80	49,20	234,40	108/П2013/5
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	1,49	83,00	590/П2013/5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		760	26,78	18,921	100,741	734,12	
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	100	1,00	10,20	3,50	110,00	145/ЕСТН2018/5
	СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ.	250/10	2,63	5,10	13,25	109,50	97/ЕСТН2018/5
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ	90	10,89	8,73	8,82	157,50	206/М2003/4
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	200	7,20	7,30	37,00	242,00	256/ЕСТН2018/5
	НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	200	0,00	0,00	19,00	80,00	506/ЕСТН2018
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/П2013/5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	29,42	32,43	124,82	912,7	
ПОЛДНИК	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200	0,00	0,00	15,00	60,00	482/ЕСТН2018
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ.	100	8,00	2,80	47,80	248,00	542/ЕСТН2018
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	8,00	2,80	62,80	308,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2010	64,19	54,15	288,36	1954,82	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		18710	709	682	2719	20286	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1871	70,87	68,20	271,87	2028,60	