

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Столичная
Кулинарная Компания"

А.Б.Стависский

« » 2023г.

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 37

2023г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием образовательных учреждений города Астрахани для учащихся от 7 до 11 лет, 10-ти дневное.

С использованием:

* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г., рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН), А.Я.Перевалов 2018 г.

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Таблица № 2

Астрахань 2023 год.

МЕНЮ ОСНОВНОЕ, СОШ Астрахань, 7-11 лет (завтрак, обед).

День/прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-10 лет, грамм.	Пищевые вещества, грамм.		Витамины, мг.						Минеральные вещества, мг.							№ рецептур			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	С	В1	В2	А	Д, мкг.	Са	Р	Мg	Fe	К	І		Se	F	
1 день завтрак	Каша пшеничная	200	11,02	13,20	57,97	394,40	0,03	0,06	0,04	38,00	3,75	42,07	58,71	24,95	1,27	0,73	0,01	0,00	0,06	*221	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,09	44,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	16,76	2,80	1,44	0,31	2,82	0,00	0,00	0,00	376	
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	0,00	PP
	Фрукты свежие (сезон)	150	0,80	0,80	19,60	88,00	20,00	0,06	0,04	0,00	0,00	48,32	22,00	18,00	4,40	183,48	0,00	0,00	0,00	0,06	338
	Хлеб пшеничный	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	7,30	28,53	0,00	0,00	0,00	0,00	PP
	Итого:	625	17,11	21,92	120,19	746,20	20,06	0,22	0,13	78,00	4,55	133,34	143,06	65,84	7,30	216,51	0,01	0,00	0,12	0,00	45
	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	0,02	0,02	0,00	0,00	33,85	16,57	9,10	0,31	46,16	0,00	0,00	0,00	0,00	91
	Суп картофельный с клецками	250	2,09	3,36	12,13	87,25	7,75	0,08	0,00	8,00	0,00	23,47	0,00	19,95	0,00	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00	268
	Котлета мясная с соусом молочным	90	10,98	12,23	9,47	192,00	0,26	0,06	0,12	48,00	0,59	111,21	134,40	22,80	0,92	71,03	0,00	0,00	0,00	0,04	302
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	0,00	0,21	0,11	21,00	0,00	22,38	203,93	135,83	4,56	85,67	0,00	0,00	0,00	0,00	349
Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,40	0,00	0,01	0,00	0,00	48,05	15,40	6,00	1,25	38,44	0,00	0,00	0,00	0,00	PP	
Хлеб пшеничный	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,00	0,00	0,00	PP	
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,00	0,00	0,12	PP	
Итого:	860	30,87	25,97	137,64	910,56	27,88	0,56	0,34	77,00	0,59	288,05	508,64	238,40	9,38	311,78	0,00	0,00	0,00	2,18	PP	
Итого за день:	1485	47,98	47,89	257,83	1656,76	47,94	0,78	0,47	155,00	5,14	421,39	651,70	304,24	16,68	528,33	0,01	0,00	0,00	2,30	PP	

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

2 день завтрак	Наименование блюда	Выход 7-10 лет, грамм.	Пищевые вещества, грамм.		Витамины, мг.						Минеральные вещества, мг.							№ рецептур			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	С	В1	В2	А	Д, мкг.	Са	Р	Мg	Fe	К	І		Se	F	
2 день завтрак	Каша молочная пшеничная	200	5,34	6,08	36,65	222,50	0,00	0,14	0,03	25,00	0,00	22,65	109,00	38,13	1,28	32,51	0,00	0,00	0,28	163	
	Яйцо вареное	50	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,18	0,10	100,00	5,95	33,22	76,80	4,80	1,00	18,48	0,05	0,00	0,11	209	
	Сыр порционный	20	5,24	5,32	0,00	68,00	0,18	0,02	0,10	38,00	1,02	271,80	112,00	9,00	0,18	6,60	0,00	0,00	0,00	15	
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	11,32	45,51	3,14	0,00	0,00	0,00	0,00	21,46	4,44	2,44	0,36	7,03	0,00	0,00	0,01	377	
	Хлеб пшеничный	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,00	0,00	0,00	PP
	Итого:	535	20,93	16,67	79,65	552,41	3,32	0,29	0,35	163,00	6,97	371,70	358,79	75,82	4,12	93,15	0,05	0,00	0,40	0,00	52
	Салат из свеклы с м/р	60	0,86	3,65	5,02	56,34	5,70	0,01	0,02	0,00	0,00	31,85	24,58	12,54	0,80	54,17	0,01	0,00	0,06	0,00	96
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,10	5,12	16,59	120,75	7,54	0,10	0,06	0,00	0,05	39,94	71,95	25,90	0,97	159,89	0,01	0,05	1,29	0,00	289
	Рагу из птицы	240	12,96	10,07	22,14	230,88	9,82	0,14	0,16	17,68	0,00	73,17	170,87	50,13	1,89	244,19	0,01	0,00	1,04	0,00	349
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,40	0,00	0,01	0,00	0,00	48,05	15,40	6,00	1,25	38,44	0,00	0,00	0,00	0,00	PP
Хлеб пшеничный	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,00	0,01	0,00	PP	
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,00	0,12	0,00	PP	
Итого:	860	24,28	20,08	115,74	743,09	23,46	0,44	0,33	17,68	0,05	242,10	421,14	139,29	7,25	567,17	0,03	0,07	2,51	0,00	2,91	
Итого за день:	1395	45,21	36,75	195,39	1295,50	26,78	0,73	0,68	180,68	7,02	613,80	779,93	215,11	11,37	660,32	0,08	0,07	2,91	0,00	2,91	

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

3 День	14,33	27,60	2,75	317,50	0,25	0,10	0,60	375,00	16,08	175,16	262,75	19,50	2,95	74,42	0,04	0,00	0,33	210
завтрак	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	PP
	2,30	5,40	20,10	138,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	PP
Кондитерское изделие	60	1,22	2,18	54,63	2,88	0,01	0,03	1,20	0,00	38,05	24,60	7,80	0,22	26,93	0,00	0,00	0,04	8.34 Т 2010
Кукуруза консервированная	65	5,14	0,65	31,40	133,40	0,00	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,11	PP
Хлеб пшеничный	200	3,16	2,68	15,94	101,01	1,30	0,16	19,98	0,38	189,73	89,91	13,99	0,13	48,24	0,01	0,11	0,11	379
Кофейный напиток на молоке	Итого:	26,23	45,76	76,96	831,44	4,43	0,25	436,18	17,26	429,13	436,81	62,74	4,62	179,11	0,05	0,02	0,48	59
обед	0,52	3,13	4,72	49,14	4,17	0,03	0,03	0,00	0,00	19,19	20,39	14,41	0,79	44,66	0,00	0,00	0,01	119
Салат из моркови с яблоками	250	5,49	5,27	146,25	5,83	0,23	0,07	0,00	0,00	64,45	88,10	35,58	2,05	156,03	0,00	0,00	0,81	268
Суп гороховый	90	13,98	10,61	14,46	208,50	0,14	0,15	27,00	0,43	59,12	149,55	28,95	1,35	88,65	0,00	0,01	0,02	309
Блиocchi. мясные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,00	0,03	21,00	0,80	7,34	37,17	21,12	1,11	10,02	0,00	0,00	0,52	342
Макаронны отварные	200	0,16	0,16	23,88	97,60	1,72	0,01	0,00	0,00	19,69	4,40	3,60	0,94	34,66	0,00	0,00	0,76	PP
Компот из свежих фруктов	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	PP
Хлеб пшеничный	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,01	0,12	PP
Хлеб ржаной	Итого:	33,59	24,91	130,27	894,06	11,86	0,61	48,00	1,23	218,88	437,95	148,38	8,58	404,50	0,00	0,03	2,24	
	Итого за день:	59,82	70,67	207,23	1725,50	16,29	1,21	484,18	18,49	648,01	874,76	211,12	13,20	583,61	0,05	0,05	2,72	

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

4 День	4,24	5,10	36,96	210,64	0,00	0,09	0,02	22,60	0,80	15,87	188,94	30,12	0,88	23,84	0,01	0,00	0,25	175
завтрак	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	PP
	0,80	0,80	19,60	88,00	20,00	0,06	0,04	0,00	0,00	48,32	22,00	18,00	4,40	183,48	0,00	0,00	0,06	338
Фрукты свежие (сезон)	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,04	0,00	0,00	16,45	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,00	PP
Хлеб пшеничный	200	4,07	3,54	17,56	118,77	1,59	0,06	0,19	24,42	229,63	124,43	21,31	0,48	71,32	0,01	0,00	0,17	382
Какао на молоке	Итого:	14,33	17,34	105,65	636,81	21,59	0,31	87,02	2,03	313,89	394,92	90,88	7,08	308,16	0,02	0,01	0,48	71
Огурец свежий (соленый) порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,00	2,10	0,06	0,00	0,00	20,84	14,40	8,40	0,36	27,92	0,00	0,00	0,00	113
Суп-лапша	250	2,21	5,07	11,92	102,25	0,50	0,02	0,00	0,54	29,75	29,30	10,45	0,59	17,53	0,00	0,00	0,06	360
Сердце говяжье в соусе	90	20,26	13,02	4,34	215,71	0,70	0,15	0,08	0,00	33,15	0,00	26,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	312
Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	25,50	0,48	86,60	27,75	1,01	213,99	0,01	0,00	0,21	349
Напиток из плодов Шиповника	200	0,20	0,20	13,40	54,00	200,00	0,01	0,06	81,60	0,00	12,60	3,40	0,60	10,00	0,00	0,00	0,00	PP
Хлеб пшеничный	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	PP
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,01	0,12	PP
	Итого:	34,13	24,37	95,34	737,33	221,46	0,55	147,56	1,07	201,27	272,04	121,58	4,90	339,92	0,01	0,02	0,39	
	Итого за день:	48,46	41,71	200,99	1374,14	243,05	0,86	234,58	3,10	515,16	666,96	212,46	11,98	648,08	0,03	0,03	0,87	

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

5 день завтрак	Птица, тушенная в соусе	90	7,35	9,80	2,43	128,99	1,47	0,04	0,07	35,12	0,01	14,47	66,99	8,88	0,56	113,05	2,52	0,30	48,90	290
	Макаронные отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,00	0,06	0,03	21,00	0,80	7,34	37,17	21,12	1,11	10,02	0,00	0,00	0,52	309
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,09	44,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	16,76	2,80	1,44	0,31	2,82	0,00	0,00	0,00	376
	Хлеб пшеничный	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,00	ПР
обед	Итого:	505	18,08	14,99	71,37	495,24	1,50	0,20	0,14	56,12	0,81	61,14	163,51	52,89	3,28	154,42	2,52	0,31	49,42	46
	Томаты свежие (солёные)	60	0,70	0,10	2,30	14,40	15,00	0,03	0,02	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,54	174,00	1,20	0,24	12,00	46
	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	250	2,04	5,01	14,11	109,75	8,79	0,08	0,06	0,00	0,27	55,31	64,43	29,95	1,34	162,37	0,01	0,00	0,13	82
	Котлета из мяса птицы	90	16,01	8,07	14,97	196,50	0,75	0,09	0,15	25,20	0,91	61,38	158,10	25,35	1,64	75,49	0,00	0,00	0,03	295
	Рис отварной	150	3,65	4,30	36,67	199,95	0,00	0,02	0,02	21,00	0,27	3,65	60,60	19,01	0,51	13,28	0,00	0,00	0,51	304
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,40	0,00	0,01	0,00	0,00	48,05	15,40	9,00	1,25	38,44	0,00	0,00	0,00	349
	Хлеб пшеничный	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	ПР
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,01	0,12	ПР
Итого за день:	Итого:	860	30,76	18,72	140,04	855,72	24,94	0,41	0,34	46,20	1,45	225,88	452,47	137,03	7,62	534,06	1,21	0,26	12,79	
	Итого за день:	1365	48,84	33,71	211,41	1350,96	26,44	0,61	0,48	102,32	2,26	287,02	615,98	189,92	10,90	688,48	3,73	0,57	62,21	

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

6 день завтрак	Каша рисовая молочная	205	4,40	12,70	66,10	360,00	0,00	0,15	0,08	20,00	0,59	18,42	147,70	98,10	3,32	61,94	0,01	0,00	0,46	282,Д
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	ПР
	Сыр порционный	20	5,24	5,32	0,00	68,00	0,18	0,02	0,10	38,00	1,02	271,80	112,00	9,00	0,18	6,60	0,00	0,00	0,00	15
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	11,32	45,51	3,14	0,00	0,00	0,00	0,00	21,46	4,44	2,44	0,36	7,03	0,00	0,00	0,01	377
	Хлеб пшеничный	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,00	ПР
	Итого:	500	14,99	25,94	108,95	692,91	3,32	0,27	0,23	98,00	2,41	337,87	323,69	130,99	5,18	105,09	0,01	0,01	0,47	
обед	Опурец свежий (солёный) порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,00	2,10	0,01	0,06	0,00	0,00	20,84	14,40	8,40	0,36	27,92	0,00	0,00	0,00	71
	Суп картофельный с крупой рисовой	250	2,22	2,15	13,60	82,75	7,80	0,11	0,07	10,00	0,00	39,41	82,65	29,10	1,30	160,55	0,01	0,00	0,19	112
	Печень по-строгановски	90	11,93	10,11	3,17	166,50	7,61	0,18	0,52	5203,80	0,05	29,92	215,39	15,72	4,50	183,51	0,00	0,00	0,06	255
	Макаронный отварный	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,00	0,06	0,03	21,00	0,80	7,34	37,17	21,12	1,11	10,02	0,00	0,00	0,52	309
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	23,88	97,60	1,72	0,01	0,01	0,00	0,00	21,86	4,40	3,60	0,94	36,89	0,00	0,00	0,60	342
	Хлеб пшеничный	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	ПР
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,01	0,12	ПР
	Итого:	860	28,23	18,22	112,34	743,42	19,23	0,56	0,56	1307,77	5234,80	0,85	168,46	492,35	122,66	10,55	489,37	0,01	0,02	1,49
Итого за день:	Итого за день:	1360	43,22	44,16	221,29	1436,33	22,55	0,83	131,00	5332,80	3,26	506,33	816,04	253,65	15,73	594,46	0,02	0,03	1,96	

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

7 День завтрак	10,31	8,46	56,50	343,40	0,09	0,06	0,23	53,26	6,19	129,03	173,28	233,05	1,36	76,19	0,01	0,01	0,21	188
	3,16	2,68	15,94	101,01	1,30	0,04	0,16	19,98	0,38	189,73	89,91	13,99	0,13	48,24	0,01	0,01	0,11	379
	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	ПР
	5,24	5,32	0,00	68,00	0,18	0,02	0,10	38,00	1,02	271,80	112,00	9,00	0,18	6,60	0,00	0,00	0,00	15
	2,30	5,40	20,10	138,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПР
	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,00	ПР
Итого:	26,23	29,76	124,07	870,71	1,57	0,22	0,54	151,24	8,39	616,75	434,74	277,49	2,99	160,55	0,02	0,03	0,32	75
обед	1,32	2,76	6,53	56,22	3,07	0,03	0,04	0,00	0,00	27,75	42,00	24,77	0,73	70,19	0,00	0,00	0,00	95
	2,35	6,75	11,02	114,35	8,17	0,60	0,00	16,00	0,00	48,96	0,00	30,82	0,00	8,17	0,00	0,00	0,00	290
	7,35	9,80	2,43	128,99	1,47	0,04	0,07	35,12	0,01	14,47	66,99	8,88	0,56	113,05	2,52	0,30	0,00	377
	3,30	5,10	12,15	108,00	21,30	0,04	0,00	25,65	0,00	89,55	0,00	34,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,51	349
	0,44	0,02	27,77	113,00	0,40	0,00	0,01	0,00	0,00	48,05	15,40	6,00	1,25	38,44	0,00	0,00	0,00	ПР
	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	ПР
	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,01	0,12	ПР
Итого:	22,68	25,65	104,12	742,68	34,41	0,90	0,20	76,77	0,01	277,87	262,73	149,54	4,88	300,33	2,52	0,32	49,55	
Итого за день:	48,91	55,41	228,19	1613,39	35,98	1,12	0,74	228,01	8,40	894,62	697,47	427,03	7,87	460,88	2,54	0,36	49,87	

* с 01 марта производится замена на салат из варенных овощей

8 День завтрак	11,02	13,20	57,97	394,40	0,03	0,06	0,04	38,00	3,75	42,07	58,71	24,95	1,27	0,73	0,01	0,00	0,06	*221
	0,07	0,02	11,09	44,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	16,76	2,80	1,44	0,31	2,82	0,00	0,00	0,00	376
	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	ПР
	2,30	5,40	20,10	138,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПР
	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,00	ПР
Итого:	18,61	26,52	120,69	797,10	0,06	0,16	0,09	78,00	4,55	85,02	121,06	47,84	2,90	33,07	0,01	0,01	0,06	2
	0,78	6,12	3,66	72,60	7,98	0,02	0,00	0,00	0,00	21,30	0,00	12,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2
	5,49	5,27	16,54	148,25	5,83	0,23	0,07	64,45	88,10	35,58	2,05	35,58	2,05	156,03	0,00	0,00	0,81	119
	16,41	14,06	26,36	333,00	33,95	0,25	0,27	15,42	0,00	26,55	246,57	57,14	2,87	1181,85	13,60	0,68	95,74	283, Ючица, 2016
	0,20	0,20	13,40	54,00	200,00	0,01	0,06	81,60	0,00	12,60	3,40	3,40	0,60	10,00	0,00	0,00	0,00	349
	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	ПР
	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,01	0,12	ПР
Итого:	30,80	26,87	104,18	829,97	247,76	0,70	0,48	97,02	0,00	173,99	476,41	153,14	7,86	1418,36	13,60	0,70	96,67	
Итого за день:	49,41	53,39	224,87	1627,07	247,82	0,86	0,57	175,02	4,55	259,01	597,47	200,98	10,76	1451,43	13,61	0,71	96,73	

* с 01 марта производится замена на салат из варенных овощей

9 День завтрак	150	7,14	7,01	29,63	210,00	0,03	0,06	0,04	38,00	3,75	42,07	58,71	24,95	1,27	0,73	0,01	0,00	0,06	0,06	*221
Макароны, запеченные с сыром	150	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	0,00	ПР
Масло сливочное	150	0,80	0,80	19,60	88,00	20,00	0,06	0,04	0,00	0,00	48,32	22,00	18,00	2,20	183,48	0,00	0,00	0,06	0,06	338
Фрукты свежие (сезон)	200	3,16	2,68	15,94	101,01	1,30	0,04	0,16	19,98	0,38	189,73	89,91	13,99	0,13	48,24	0,01	0,01	0,11	0,11	379
Кофейный напиток на молоке	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,00	0,01	ПР
Хлеб пшеничный	575	16,32	18,39	96,70	618,47	21,33	0,26	0,29	97,98	4,93	306,31	230,17	78,39	4,92	261,97	0,02	0,02	0,23	0,23	52
Итого:	60	0,86	3,65	5,02	56,34	5,70	0,01	0,02	0,00	0,00	31,85	24,58	12,54	0,80	54,17	0,01	0,00	0,06	0,06	52
Салат из свежих с м/р	250	6,85	6,32	23,10	176,75	0,50	0,08	0,00	82,70	0,00	37,35	0,00	14,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	126
Суп картофельный с домашней лапшой	240	24,00	22,17	40,14	456,00	0,62	0,30	0,12	72,00	0,38	68,40	234,15	51,30	2,18	83,85	0,00	0,01	0,22	0,22	388
Плов из птицы	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,40	0,00	0,01	0,00	0,00	48,05	15,40	6,00	1,25	38,44	0,00	0,00	0,00	0,00	349
Компот из сухофруктов	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	0,00	ПР
Хлеб пшеничный	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	1,34	48,51	0,00	0,01	0,12	0,12	ПР
Хлеб ржаной	860	40,07	33,38	140,25	1024,21	7,22	0,58	0,23	154,70	0,38	234,74	412,47	129,26	6,57	246,94	0,01	0,03	0,40	0,40	ПР
Итого:	1435	56,39	51,77	236,95	1642,62	28,55	0,84	0,52	252,68	5,31	541,05	642,64	207,65	11,49	508,91	0,03	0,05	0,63	0,63	
* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей																				
10 День завтрак	205	4,38	5,10	35,83	207,29	0,00	0,04	0,03	25,75	0,43	16,72	37,85	7,60	0,46	18,74	0,01	0,00	0,37	0,37	181
Каша молочная манная	200	0,13	0,02	11,32	45,51	3,14	0,00	0,00	0,00	0,00	21,46	4,44	2,44	0,36	7,03	0,00	0,00	0,01	0,01	377
Чай с лимоном	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	0,00	ПР
Масло сливочное	30	2,30	5,40	20,10	138,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПР
Кондитерское изделие	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,01	0,00	0,00	ПР
Хлеб пшеничный	510	12,03	18,42	98,78	611,10	3,14	0,14	0,08	65,75	1,23	64,37	101,84	31,49	2,14	55,29	0,01	0,01	0,38	0,38	
Итого:	60	1,20	6,18	4,98	80,40	5,28	0,04	0,00	0,00	0,00	8,70	0,00	10,62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	42
Салат картофельный с зеленым горошком	250	1,74	4,89	8,48	84,75	18,47	0,06	0,05	0,00	0,27	65,43	47,63	22,25	0,80	125,29	0,00	0,00	0,72	0,72	88
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	90	6,65	7,37	8,78	128,25	0,64	0,05	0,08	29,25	0,27	49,72	80,03	16,20	0,72	93,41	0,00	0,00	0,28	0,28	278
Тфтели мясные с соусом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,00	0,06	0,03	21,00	0,80	7,34	37,17	21,12	1,11	10,02	0,00	0,00	0,52	0,52	309
Макароны отварные	200	0,16	0,16	23,88	97,60	1,72	0,01	0,01	0,00	0,00	21,86	4,40	3,60	0,94	36,89	0,00	0,00	0,60	0,60	342
Компот из свежих фруктов	50	3,96	0,50	24,18	118,12	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	17,38	43,54	16,52	1,00	21,97	0,00	0,01	0,00	0,00	ПР
Хлеб пшеничный	60	3,96	0,72	20,04	104,00	0,00	0,11	0,05	0,00	0,00	31,71	94,80	28,20	2,34	147,00	0,00	0,01	0,12	0,12	ПР
Хлеб ржаной	860	23,19	24,34	116,79	781,57	26,11	0,41	0,25	50,25	1,34	202,14	307,57	118,51	6,91	436,58	0,00	0,02	2,24	2,24	
Итого:	1370	35,22	42,76	215,57	1392,67	29,25	0,55	0,33	116,00	2,57	266,51	409,41	150,00	9,05	489,87	0,01	0,03	2,62	2,62	
* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей																				
Итого за 10 дней:	13995	483,45	478,22	2199,71	15114,95	724,64	8,04	136,72	7261,27	60,10	4952,91	6752,35	2372,16	119,03	6614,36	20,12	1,90	222,82	222,82	
Средний за 10 дней:	1400	48,34	47,82	219,97	1511,49	72,46	0,80	13,67	726,13	6,01	495,29	675,24	237,22	11,90	661,44	2,01	0,1901	22,28	22,28	

Сборники рецептов блюд:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов. Москва Дели плюс 2015 год.

*Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Сборник технических нормативов. Москва Дели плюс 2015 год.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. "Хлебпродфинформ". Москва 2004 год.

Всего прошито, пронумеровано
и скреплено печатью

цифрами

« *сорок* »

Листов

прошито

Должность

Директор

Подпись

Г. С. Сидоров

«

20

23

