





<b>Завтрак</b>								
	Биточки рубленые куриные с соусом	90/30	11,88	10,95	13,46	201,52	1006,23	49,52
	Каша ячневая вязкая	180	4,1	4,64	28,69	158,26	908,06	8,12
	Сыр Российский	10	2,32	2,95		36,4	97,17	6,9
	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,04		10,1	41,26	300,74	3,1
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,44	0,2	21,6	92,8	600,33	2,36
<b>Итого за Завтрак</b>		550	21,78	18,74	73,85	530,24		70
			<b>Неделя: 2</b>		<b>День: четверг</b>			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>								
	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	100/20	19,18	15,01	19,4	281,15	465,03	45,72
	Чай каркаде с сахаром	200	0,14	0,04	10,01	39,9	300,72	2,3
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,58	0,15	16,2	69,6	600,28	2,14
	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5	896	19,84
<b>Итого за Завтрак</b>		500	22,5	15,8	60,31	461,15		70
			<b>Неделя: 2</b>		<b>День: пятница</b>			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>								
	Икра кабачковая консервированная	60	1,14	5,34	4,62	71,4	823,05	15,8
	Яйцо вареное	40	5,12	4,6	0,28	62,8	220,78	14,75
	Макароны отварные с сыром	150	5	5,4	32,8	196,8	220,18	19,1
	Какао-напиток на молоке	200	3,58	3,48	11,62	105,46	300,78	17,1
	Хлеб пшеничный йодированный	50	4,3	0,25	27	116	600,31	3,25
<b>Итого за Завтрак</b>		500	19,14	19,07	76,32	552,46		70
<b>Итого за период</b>		5 225	186	190	726	5 425		
<b>Среднее значение за период</b>			18,574	18,965	72,629	542,524		

При составлении меню использовалась литература:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией В.Р.Кучмы 2016г
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ПОП при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г "Хлебпродинформ"
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ПОП при общеобразовательных школах под редакцией Ф.Л.Марчука 1996г
4. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста. Новосибирск - 2021г