

СОГЛАСОВАНО: Директор МБОУ Чернецовская СОШ



" " 2024г -2025г

УТВЕРЖДАЮ: Индивидуальный
предприниматель, Белицкая Е.К.



2024г-2025г

Примерное 10-дневное меню

Организация горячих обедов (платное) обучающихся.

1 день

Сборник рецептур	№ техноло-гическ ой карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							
				Белк и, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	К, мг	I, мкг
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,9	5,6	15,0	132,0	0,1	11,8	0,2	1,5	0	0	0,1	0,2	1,8	13,6	43,8	29,6	77,8	1,5	0,9	32,6	483,7	7,1
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	10,6	22,4	0,4	251,9	0,2	0	0	0	0,1	0	0	1,8	0	0	31,3	17,9	142,4	1,6	0	803	218,9	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,4	4,7	41,9	233,0	0,1	0	0	1,4	0,1	0	0	0,1	0,6	12	10,8	8,6	47,8	1,1	0,4	2,2	74,6	0,9
2008	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,9	1,6	5	37,2	0	2,3	0	0,7	0	0	0	0,1	0	7,6	19,4	11,5	22,5	0,7	0,2	26,7	167,4	4,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ	200/15	0	0	14,9	58,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7,2	1,5	0	0	0	1,7	1,0	0
Итого за прием пищи:				26,6	34,6	102,3	830,6	0,5	14,1	0,2	4,6	0,1	0,1	0,1	0,4	5,1	46,7	124,0	85,6	332,5	5,9	1,9	1119,2	1010,1	12,1
Всего за день:				26,6	34,6	102,3	830,6	0,5	14,1	0,2	4,6	0,1	0,1	0,1	0,4	5,1	46,7	124,0	85,6	332,5	5,9	1,9	1119,2	1010,1	12,1

2 день

Сборник рецептур	№ техноло-гическ ой карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							
				Белк и, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	К, мг	I, мкг
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	250	7,9	18,3	15,8	264,0	0,2	5,2	0,2	2,3	0	0,1	0	0,3	1,7	9,6	24,2	30,2	107,0	1,4	1,3	32,8	492,0	6,7
2008	1194	ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ВАРЕНИКИ	200/25	11,5	11,4	73,1	440,4	0,2	8,4	0	0,7	0,2	0,1	0	0,3	1,9	30,5	45,0	35,7	137,3	1,9	1,2	23,9	729,2	9,8
2008		СМЕТАНЫМ СОУСОМ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,2	0	15,4	61,5	0	0,5	0	0	0	0	0	0,1	0,3	14,0	6,2	8,0	8,0	0,7	0	3,1	30,8	0
2008	444	ОЛАДИК С ПОВИДЛОМ	50	3,5	3,9	36,1	191,0	0	0,1	0	1,4	0,1	0	0	0,2	7,0	23,5	6,9	37,0	37,0	0,6	0,3	13,1	83,1	2,5
Итого за прием пищи:				26,9	33,9	165,5	1075,3	0,5	14,2	0,2	5,4	0,3	0,2	0	0,7	4,7	60,9	118,2	95,5	331,3	5,6	3,2	325,9	1399,6	19,0
Всего за день:				26,9	33,9	165,5	1075,3	0,5	14,2	0,2	5,4	0,3	0,2	0	0,7	4,7	60,9	118,2	95,5	331,3	5,6	3,2	325,9	1399,6	19,0

3 день

Сборник рецептур	№ техноло-гическ ой карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества				
				Белк и, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг

Сборник рецептов	№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белк и, г	Жир Ы, г	Углеводы, г	И-ическая ценность, ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг
2008	100	СУП-ЛАПША НА КУР Б.	250	4,9	5,3	15,5	129,4	0,1	4,2	0,2	0,4	0	0	0,1	0,2	1,6	8,1	24,5	19,8	65,0	1,0	0,7	17,7	326,5	4,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	20,1	20,8	42,5	440,1	0,1	1,9	0,3	2,6	0	0,1	0,5	0,6	6,3	17,4	28,0	46,7	223,4	2,1	2,9	73,3	301,0	7,6
2008		ТОМАТЫ (ПО СЕЗОНУ)	60	0,7	0,1	2,3	14,6	0	15,2	0,1	0,2	0	0	0	0,1	0,3	6,7	8,5	12,2	15,8	0,6	0,1	1,8	176,3	1,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	0	0	0	0	0	0	14	8	14	2,8	0	0	0	0
Итого за прием пищи:				30,5	26,7	105,2	788,5	0,32	25,3	0,6	4,4	0	0,1	0,6	1,0	9,0	45,7	86,5	103,2	360,2	7,5	4,1	345,8	868,3	13,0
Всего за день:				30,5	26,7	105,2	788,5	0,32	25,3	0,6	4,4	0	0,1	0,6	1,0	9,0	45,7	86,5	103,2	360,2	7,5	4,1	345,8	868,3	13,0

Обед

4 День

Сборник рецептов	№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества											
				Белк и, г	Жир Ы, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	5,3	5,7	13,6	128,5	0,1	16,1	0,2	1,5	0	0	0,1	0,3	2,0	14,0	49,0	31,3	80,4	1,6	0,9	26,1	518,3	6,7
2008	272	ЩИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	90	13,3	13,3	12,8	226,6	0	0,5	0	2,0	0	0	0	0	0,3	6,8	8,4	6,9	22,7	0,5	0,2	71,7	48,8	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,7	41,9	233,0	0,1	0	0	1,4	0,1	0	0	0,1	0,6	12	10,8	8,6	47,8	1,1	0,4	2,2	74,6	0,9
2008	20	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ (по сезону)	60	0,7	2,1	2,7	33,9	0	13,9	0,1	1,0	0	0	0	0,1	0,3	6,5	9,9	11,7	18,5	0,6	0,2	1,9	166,2	1,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2	0	15,3	60,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	12,9	5,8	7,4	0,7	0	2,8	25,9	0
Итого за прием пищи:				29,7	26,1	111,4	800,9	0,3	30,5	0,3	6,9	0,1	0	0,1	0,6	4,1	52,8	102,5	80,8	218,8	5,5	2,1	357,7	898,3	9,4
Всего за день:				29,7	26,1	111,4	800,9	0,3	30,5	0,3	6,9	0,1	0	0,1	0,6	4,1	52,8	102,5	80,8	218,8	5,5	2,1	357,7	898,3	9,4

Обед

5 день

Сборник рецептов	№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества											
				Белк и, г	Жир Ы, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУР. Б.	250	6,7	6,1	23,6	174,4	0,1	4,7	0,2	0,3	0,1	0	0,1	0,2	1,8	12,4	28,6	23,2	84,1	1,2	0,8	25,0	385,2	5,7
2008	284	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С Т/О ПОДЛИВОЙ	90/20	9,0	21,4	10,0	273,9	0,2	1,6	0,2	2,4	0,1	0,1	0	0,2	1,4	7,8	16,3	22,8	103,7	1,2	1,5	41,3	251,5	6,0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	5,3	25,2	161,8	0,2	12,0	0	0,2	0,1	0,1	0	0,4	1,5	11,8	44,3	33,8	99,2	1,4	0,6	22,8	879,6	10,1

Обед

2008		ОГУРЕЦ (ПО СЕЗОНУ)	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0	6	0	0,1	0	0	0	0	0,1	2,4	13,9	8,5	25,4	0,6	0,1	4,8	85,2	1,8	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	0	0	14,9	58,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9,8	2,1	0	0	0	2,3	1,2	0	
Итого за прием пищи:				23,7	33,2	100,3	795,1	0,6	24,3	0,4	4,0	0,3	0,2	0,1	0,9	5,6	47,9	124,4	106,9	354,4	5,4	3,4	349,2	1667,2	23,6	
Всего за день:				23,7	33,2	100,3	795,1	0,6	24,3	0,4	4,0	0,3	0,2	0,1	0,9	5,6	47,9	124,4	106,9	354,4	5,4	3,4	349,2	1667,2	23,6	

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества								
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУР. Б.	250	8,3	5,9	18,0	159,1	0,3	4,2	0,2	3,2	0	0	0,1	0,2	1,8	9,3	44,8	34,5	98,9	2,2	1,2	23,3	460,0	5,0
2008	1232-1	ПЕЛЬМЕНИ ДОМАШНИЕ С МЯСОМ И СМЕТАНЫМ СОУСОМ	200/25	23,5	17,9	57,2	485,7	0,1	0,5	0	0,6	0,2	0,1	0	0	3,4	23,2	45,0	34,1	206,5	1,7	3,5	75,8	410,9	10,7
2008	442	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0	
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	0	0	0	0	0	0	14	8	14	2,8	0	0	0	0
2008	444	ОЛАДИК С ПОВИДЛОМ	50	3,5	3,9	36,1	191,0	0	0,1	0	1,4	0,1	0	0	0,2	7,0	23,5	6,9	37,0	0,6	0,3	13,1	83,1	2,5	
Итого за прием пищи:				40,1	28,2	156,2	1040,2	0,52	8,8	0,2	6,4	0,3	0,1	0,1	0,3	6,2	53,0	138,8	100,0	398,4	8,3	5,4	365,2	1018,5	18,2
Всего за день:				40,1	28,2	156,2	1040,2	0,52	8,8	0,2	6,4	0,3	0,1	0,1	0,3	6,2	53,0	138,8	100,0	398,4	8,3	5,4	365,2	1018,5	18,2

7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества								
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,9	5,6	15,0	132,0	0,1	11,8	0,2	1,5	0	0	0,1	0,2	1,8	13,6	43,8	29,6	77,8	1,5	0,9	32,6	483,7	7,1
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	90/50	19,2	20,5	1,6	274,7	0	1,1	0	2,1	0	0	0	0,1	0,1	1,9	5,4	3,4	8,5	0,2	0,1	1,3	48,5	0,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,3	5,8	33,6	213,8	0,2	0	0	4,1	0,1	0,1	0	0,2	2	19	15,4	107,8	160,1	3,8	1,2	3,1	226,8	2
2008		ОГУРЕЦ (ПО СЕЗОНУ)	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0	6	0	0,1	0	0	0	0,1	2,4	13,9	8,5	25,4	0,6	0,1	4,8	85,2	1,8	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,2	0	15,4	61,5	0	0,5	0	0	0	0	0	0,1	0,3	14,0	6,2	8,0	0,7	0	3,1	30,8	0	
Итого за прием пищи:				35,9	32,3	92,2	808,9	0,4	19,4	0,2	8,8	0,1	0,1	0,1	0,5	4,9	50,7	104,0	172,0	321,8	7,8	2,7	297,9	939,5	11,6
Всего за день:				35,9	32,3	92,2	808,9	0,4	19,4	0,2	8,8	0,1	0,1	0,1	0,5	4,9	50,7	104,0	172,0	321,8	7,8	2,7	297,9	939,5	11,6

8 день

Сборник рецептов	№ техно-логической карты	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества								
			Белк, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	К, мг	I, мкг	
Обед																									
2008	98	РАССОЛЬНИК	5,4	7,1	18,6	165,8	0,1	6,0	0,2	1,5	0	0	0	0,1	0,2	1,9	9,8	35,7	29,7	86,0	1,2	0,8	245,2	446,1	5,9
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	10,6	22,4	0,4	251,9	0,2	0	0	0	0,1	0	0	0	0	1,8	0	31,3	17,9	142,4	1,6	0	803	218,9	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	6,4	4,7	41,9	233,0	0,1	0	0	1,4	0,1	0	0	0	0,1	0,6	12	10,8	8,6	47,8	1,1	0,4	2,2	74,6	0,9
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	1,0	1,1	5,5	35,2	0	2,5	0	0,5	0	0	0	0	0	0,1	7,6	22,5	12,0	24,2	0,7	0,2	27,0	171,8	4,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	0	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0	0	14,9	58,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8,9	1,9	0	0	0	2,1	1,1	0
Итого за прием пищи:			27,2	35,6	106,4	862,4	0,5	8,5	0,2	4,4	0,1	0,1	0,1	0,1	0,4	5,2	42,9	120,7	86,6	342,4	5,6	1,8	1332,5	977,0	10,9
Всего за день:			27,2	35,6	106,4	862,4	0,5	8,5	0,2	4,4	0,1	0,1	0,1	0,1	0,4	5,2	42,9	120,7	86,6	342,4	5,6	1,8	1332,5	977,0	10,9

9 день

Сборник рецептов	№ техно-логической карты	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества								
			Белк, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	К, мг	I, мкг	
Обед																									
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУР. Б.	6,7	6,1	23,6	174,4	0,1	4,7	0,2	0,3	0,1	0	0	0,1	0,2	1,8	12,4	28,6	23,2	84,1	1,2	0,8	25,0	385,2	5,7
2008	284	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ С Т/О ПОДЛИВОЙ	9,0	21,4	10,0	273,9	0,2	1,6	0,2	2,4	0,1	0,1	0	0,1	0	1,4	7,8	16,3	22,8	103,7	1,2	1,5	41,3	251,5	6,0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	4,0	5,4	25,7	167,1	0,2	12,0	0	0,2	0,1	0,2	0	0	0,4	1,5	11,8	54,5	34,9	106,4	1,4	0,7	27,8	894,2	11,0
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	1,2	1	5,1	35,0	0	4,4	0,3	0,6	0	0	0	0	0	0,3	7,0	24,4	15,9	33,0	0,8	0,3	219,0	158,1	3,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	0	0	0	0	0	0,1	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
Итого за прием пищи:			25,7	34,4	109,3	854,8	0,62	26,7	0,7	4,7	0,3	0,3	0,1	0,1	0,9	5,8	52,5	149,3	121,3	383,2	8,4	3,7	566,1	1753,5	25,8
Всего за день:			25,7	34,4	109,3	854,8	0,62	26,7	0,7	4,7	0,3	0,3	0,1	0,1	0,9	5,8	52,5	149,3	121,3	383,2	8,4	3,7	566,1	1753,5	25,8

10 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	К, мг	I, мкг
2008	99	СУП С БОБОВЫМИ	5,7	7,2	18,0	160,5	0,3	4,1	0,2	3,3	0,1	0	0	0,1	0,8	8,7	34,9	31,4	75,8	1,9	0,9	12,1	430,7	4,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	1	0	0	0	0	0,1	0,8	13,5	11,5	16,5	42	1	0,4	253	64,5	0
2008	451	ПИРОГ СЫРНО-МЯСНОЙ	21,5	27,7	61,7	595,3	0,2	1,4	0,1	2,4	0,1	0,2	0,4	0	2,0	40,2	258,9	36,0	278,5	2,0	1,7	629,0	364,0	7,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	0,2	0	15,3	60,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	12,9	5,8	7,4	0,7	0	2,8	25,9	0
Итого за прием пищи:			31,2	35,2	120,1	934,7	0,6	5,5	0,3	6,7	0,2	0,2	0,4	0,2	3,7	62,4	318,2	89,7	403,7	5,6	3,0	896,9	885,1	11,2
Всего за день:			31,2	35,2	120,1	934,7	0,6	5,5	0,3	6,7	0,2	0,2	0,4	0,2	3,7	62,4	318,2	89,7	403,7	5,6	3,0	896,9	885,1	11,2

Обед

Источник рецептур:

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.