

Директор МБОУ

*С.М.И.*  
*Овца Л.Н. Овчинникова*



Е. А. Горобченко

01.03.2024

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (II СМЕНА) ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ (вариант 1)**  
(столовые, работающие на сырье)

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>Неделя №1</b>															
<b>День 1</b>															
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>															
Суп картофельный с бобовыми (горох)	Сб.2004 № 139	250	5,56	3,67	20,68	133,28	31,15	30,14	76,68	1,79	12	224,43	0,26	0,18	4,6
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05
Тертеля "Детские" с соусом томатным	ТТК № 249	100	8,18	11,35	5,27	156,20	3,17	1,94	4,96	0,1	11,23	69,32	0,11	0	0,24
Макаронные изделия отварные	Сб.2004 № 516	180	6,77	5,36	44,94	254,45	19,75	10,17	56,41	1,04	25,2	28,35	0,98	0,1	0
Компот из смеси сухофруктов (вит. 50)	ТТК № 816-50	200	0,98	0,06	21,64	81,84	28,56	18,28	25,5	0,58	0,01	116,62	1,1	0,01	0,32
Апельсины		200	1,80	0,40	20,60	88,96	68	26	46	0,6	0	16	0,4	0,08	120
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>1010</b>	<b>34,84</b>	<b>27,17</b>	<b>136,42</b>	<b>913,10</b>	<b>155,61</b>	<b>95,07</b>	<b>274,62</b>	<b>5,18</b>	<b>48,44</b>	<b>478,74</b>	<b>3,05</b>	<b>0,39</b>	<b>125,21</b>
<b>День 2</b>															
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>															
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	Сб.2004 № 124	250	1,76	3,37	10,02	74,30	35,06	18,31	41,46	0,7	12	228,53	0,2	0,05	12,22
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	20	5,44	3,89	0,16	57,34	3,32	5,69	43,38	0,72	0	16,01	0,13	0,01	0,04
Мясо тушеное	Сб.2004 № 433	100	15,07	14,28	3,17	201,18	16,54	19,45	145,2	2,15	9,6	87,63	0,47	0,05	0,76
Каша гречневая рассыпчатая	Сб.2004 № 508	170	8,70	6,58	46,85	269,50	21,42	137,73	207,73	4,66	23,8	28,15	0,61	0,3	0
Компот "Сливовый №1" (вит.50)	ТТК № 831-50	200	0,22	0,08	15,79	61,52	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>795</b>	<b>35,12</b>	<b>29,04</b>	<b>103,38</b>	<b>797,24</b>	<b>76,87</b>	<b>181,19</b>	<b>437,87</b>	<b>8,27</b>	<b>45,41</b>	<b>360,34</b>	<b>1,41</b>	<b>0,41</b>	<b>13,02</b>

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>День 3</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Суп картофельный с макаронными изделиями	С6.2004 № 140	250	2,72	2,32	20,66	112,58	18,94	21,22	57,02	0,9	7,2	215,78	0,32	0,09	6,6	
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05	
Рыба, под шубкой (пикша)	ТТК № 361	100	14,43	7,39	5,33	146,13	168,66	11,2	110,1	0,24	18,15	58,09	1,44	0,02	0,36	
Рис "Солнечный"	ТТК № 555	150	3,45	3,77	33,69	180,92	19,48	25,95	74,6	0,65	12,48	317,4	0,32	0,04	1,09	
Напиток лимонный (вит. 50)	ТТК № 828-50	200	0,13	0,02	10,68	43,17	6,05	1,7	3,19	0,11	0,02	0,3	0,03	0,01	5,6	
Печенье с начинкой "Слободское"	ТТК № 1512 - I	30	1,69	5,96	19,85	137,72	5,13	2,94	16,35	0,3	3,6	3,74	1,94	0,03	0,02	
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>805</b>	<b>33,87</b>	<b>26,13</b>	<b>112,27</b>	<b>816,56</b>	<b>243,13</b>	<b>71,55</b>	<b>326,33</b>	<b>4,07</b>	<b>41,45</b>	<b>619,33</b>	<b>4,25</b>	<b>0,30</b>	<b>13,72</b>	
<b>День 4</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Бутерброд горячий с сыром	С6.2004 № 10	60	8,12	9,20	13,44	171,60	221,06	9,79	140,51	0,23	46,5	87	0,18	0,01	0,08	
Суп молочный с крупой (кукуруза)	ТТК № 139	250	6,93	5,51	22,02	163,87	192,84	35,95	178,22	0,65	21	39,1	0,06	0,11	0,91	
Запеканка из творога	С6.2004 № 366	100	17,71	11,76	17,62	248,99	147,72	21,27	188,43	0,54	69,67	80,55	0,37	0,04	0,24	
Повидло яблочное		30	0,12	0,00	19,80	75,45	4,2	2,1	2,7	0,39	0	0	0	0	0,15	
Компот из с/м черноплодной рябины (вит. 50)	ТТК № 833-50	200	0,57	0,07	15,16	59,41	10,39	4,89	19,24	0,42	0,01	0,02	600		2,4	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>690</b>	<b>36,84</b>	<b>27,04</b>	<b>111,08</b>	<b>831,68</b>	<b>576,21</b>	<b>74,00</b>	<b>529,10</b>	<b>2,23</b>	<b>137,18</b>	<b>206,67</b>	<b>600,61</b>	<b>0,16</b>	<b>3,78</b>	



Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>День 5</b>															
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>															
Салат из свежих помидоров	С6.2004 № 19	100	0,98	9,96	4,63	66,74	8,03	10,73	14,14	0,49	0	72,62	3,02	0,03	13,38
Суп крестьянский с крупой	С6.2004 № 134	250	1,77	4,68	10,90	90,41	26,09	17,61	41,75	0,64	0	201,83	2,33	0,05	8
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	20	5,44	3,89	0,16	57,34	3,32	5,69	43,38	0,72	0	16,01	0,13	0,01	0,04
Азу из филе индейки	ТТК № 407	200	16,62	7,91	18,94	211,89	24,82	33,78	180,46	1,8	23,34	54,21	0,47	0,12	8,67
Напиток из плодов шиповника (вит. 50)	ТТК № 809-50	200	0,68	0,28	24,28	92,59	12,45	3,42	3,51	0,63	0,02	163,42	0,76	0,01	200
Груша		140	0,56	0,42	18,34	70,97	26,6	16,8	22,4	3,22	0	2,8	0,56	0,03	7
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>965</b>	<b>29,98</b>	<b>27,98</b>	<b>104,64</b>	<b>723,33</b>	<b>101,31</b>	<b>88,03</b>	<b>305,64</b>	<b>7,50</b>	<b>23,36</b>	<b>510,89</b>	<b>7,27</b>	<b>0,25</b>	<b>237,09</b>
<b>День 6</b>															
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>															
Салат "Суворов"	ТТК № 1604	100	6,10	17,90	6,24	208,66	199,72	28,2	146,04	0,55	28,98	1259,08	0,37	0,03	1,29
Борщ с капустой и картофелем	С6.2004 № 110	250	1,71	3,34	13,33	85,54	34,95	20,66	44,47	1	12	234,13	0,22	0,04	7,98
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05
Гречаники с соусом	ТТК № 285	100	8,52	14,04	11,23	202,94	19,49	25,34	99,44	1,64	3,46	70,97	3,93	0,06	1,04
Пюре из бобовых	С6.2004 № 541	150	16,95	5,02	43,29	273,15	77,73	65,34	169,95	5,24	21,2	25,32	0,42	0,66	0
Компот из клубники с/м ( вит. 50)	ТТК № 806-50	200	0,32	0,16	18,85	74,41	16,6	7,22	9,31	0,53	0,02	2,02	0,2	0,01	24
Злаково - фруктовый батончик (без добавления сахара)		25	1,29	1,67	16,15	78,25	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>905</b>	<b>46,44</b>	<b>48,46</b>	<b>132,38</b>	<b>1121,31</b>	<b>353,47</b>	<b>155,30</b>	<b>534,28</b>	<b>10,03</b>	<b>65,66</b>	<b>1615,54</b>	<b>5,34</b>	<b>0,82</b>	<b>34,36</b>
<b>Среднее значение за неделю</b>	<b>Обед</b>	<b>862</b>	<b>36,18</b>	<b>30,97</b>	<b>116,70</b>	<b>867,20</b>	<b>251,10</b>	<b>110,86</b>	<b>401,31</b>	<b>6,21</b>	<b>60,25</b>	<b>631,92</b>	<b>103,66</b>	<b>0,39</b>	<b>71,20</b>

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Неделя №2</b>																
<b>День 1</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Салат из свежих помидоров и огурцов	ТТК № 3	60	0,51	5,95	2,33	64,10	10,41	9,15	18,37	0,41	0	39,41	2,86	0,02	9,41	
Суп картофельный с крупой (рис)	Сб.2004 № 138	250	2,02	2,25	17,47	96,49	17,62	22	55,97	0,81	7,2	215,78	0,19	0,08	6,6	
Говядина отварная для I блюда	ТТК № 233	20	5,44	3,89	0,16	57,34	3,32	5,69	43,38	0,72	0	16,01	0,13	0,01	0,04	
Сосиски отварные	Сб.2004 № 413	100	11,28	14,96	0,00	179,76	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	
Макаронные изделия отварные	Сб.2004 № 516	160	6,02	4,77	39,94	226,18	17,55	9,04	50,14	0,93	22,4	25,2	0,87	0,09	0	
Соус "Сырный" с зеленью	ТТК № 1011	40	2,89	2,77	2,95	48,52	109,95	7,94	72,93	0,13	15	36,15	0,04	0,01	0,7	
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	ТТК № 832 -50	200	0,22	0,06	15,96	61,90	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02				
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>875</b>	<b>31,67</b>	<b>35,49</b>	<b>100,62</b>	<b>844,32</b>	<b>179,27</b>	<b>53,83</b>	<b>240,89</b>	<b>3,84</b>	<b>44,61</b>	<b>332,57</b>	<b>4,59</b>	<b>0,30</b>	<b>16,75</b>	
<b>День 2</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Борщ с картофелем	Сб.2004 № 114	250	1,97	3,43	16,26	99,59	29,8	24,28	55	1,15	12	234,47	0,23	0,06	6,86	
Сметана	ТТК № 54	20	0,49	2,64	0,66	28,68	15,49	1,57	10,61	0,03	12	21,4	0,06	0	0,03	
Говядина отварная для I блюда	ТТК № 233	20	5,44	3,89	0,16	57,34	3,32	5,69	43,38	0,72	0	16,01	0,13	0,01	0,04	
Бефстроганов	Сб.2004 № 423	100	14,43	14,57	6,40	213,07	37,79	20,09	154,44	1,99	28,8	52,93	0,55	0,05	0,99	
Каша перловая с овощами	ТТК № 505	160	4,41	7,42	33,41	211,41	31,85	26,18	146,85	1,04	26,11	520,43	0,72	0,06	1,75	
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (вит.50)	ТТК № 838-50	200	0,17	0,07	16,61	64,84	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02				
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>785</b>	<b>30,84</b>	<b>32,86</b>	<b>100,89</b>	<b>808,33</b>	<b>118,78</b>	<b>77,82</b>	<b>410,38</b>	<b>4,97</b>	<b>78,92</b>	<b>845,26</b>	<b>1,69</b>	<b>0,18</b>	<b>9,67</b>	



Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>День 3</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Суп "Новинка"	ТТК № 109	250	2,56	3,70	17,85	111,89	18,36	33,14	67,74	1,2	12	224,66	0,25	0,09	5,8	
Говядина отварная для I блюда	ТТК № 233	30	8,16	5,83	0,25	86,01	4,98	8,54	65,07	1,07	0	24,02	0,2	0,02	0,05	
Котлета по - волжски (пикша)	ТТК № 322	100	17,73	28,17	5,87	347,41	21,3	18,64	134,12	1,58	14,03	20,63	3,59	0,37	0,66	
Пюре картофельное	Сб.2004 № 520	150	3,10	4,47	21,72	138,30	39,36	28,65	85,01	1,05	15,44	32,69	0,18	0,12	10,38	
Компот из смеси сухофруктов (вит. 50)	ТТК № 816-50	200	0,98	0,06	21,64	81,84	28,56	18,28	25,5	0,58	0,01	116,62	1,1	0,01	0,32	
Яблоко		150	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>930</b>	<b>36,52</b>	<b>43,33</b>	<b>107,77</b>	<b>950,83</b>	<b>136,56</b>	<b>120,75</b>	<b>393,94</b>	<b>8,78</b>	<b>41,48</b>	<b>426,12</b>	<b>5,62</b>	<b>0,66</b>	<b>32,21</b>	
<b>День 4</b>																
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>																
Суп молочный с макаронными изделиями	Сб. 2004 № 160	250	5,49	5,02	21,00	149,84	140,69	18,3	114,51	0,44	19,8	36,5	0,32	0,06	0,65	
Творожник с кокосом	ТТК № 602	100	13,04	21,40	36,46	388,94	91,57	15,02	135,07	0,81	73,68	133,5	0,72	0,05	0,12	
Молоко сгущенное	ТТК № 51	30	2,16	2,55	16,65	95,22	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3	
Напиток черничный (вит.50)	ТТК № 820-50	200	0,28	0,15	12,66	50,11	4,45	1,52	3,36	0,21	0,02	0,02	0,35	0	2,5	
Груша		120	0,48	0,36	15,72	60,83	22,8	14,4	19,2	2,76	0	2,4	0,48	0,02	6	
Злаково - фруктовый батончик (без добавления сахара)		25	1,29	1,67	16,15	78,25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>775</b>	<b>26,13</b>	<b>31,65</b>	<b>141,68</b>	<b>935,55</b>	<b>351,61</b>	<b>59,44</b>	<b>337,84</b>	<b>4,28</b>	<b>106,10</b>	<b>186,52</b>	<b>1,93</b>	<b>0,15</b>	<b>9,57</b>	



Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>День 5</b>															
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>															
Рассольник ленинградский	С6.2004 № 132	250	2,07	3,52	17,26	107,11	14,76	20,77	60,84	0,79	12	224,78	0,23	0,08	6,4
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	30	2,16	2,55	16,65	95,22	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3
Люля-кебаб (запеченный)	ТТК № 283	100	25,72	14,01	1,94	235,67	22	26,84	228,85	2,78	27,47	37,84	0,57	0,07	0,34
Макароны с овощами	ТТК № 520	150	5,23	7,13	35,06	222,15	30,27	18,54	65,31	1,07	36	478,5	0,84	0,1	3,35
Компот "Сливовый №1" (вит.50)	ТТК № 831-50	200	0,22	0,08	15,79	61,52	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>775</b>	<b>38,69</b>	<b>28,13</b>	<b>108,51</b>	<b>831,71</b>	<b>179,55</b>	<b>76,36</b>	<b>420,80</b>	<b>5,54</b>	<b>88,08</b>	<b>755,24</b>	<b>1,70</b>	<b>0,36</b>	<b>10,39</b>
<b>День 6</b>															
<b>Обед 7-11 лет II смена</b>															
Борщ с капустой и картофелем	С6.2004 № 110	250	1,71	3,34	13,33	85,54	34,95	20,66	44,47	1	12	234,13	0,22	0,04	7,98
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	30	2,16	2,55	16,65	95,22	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3
Печеночные оладьи "Эллада"	ТТК № 286	100	14,63	13,83	8,72	214,79	28,41	24,4	247,2	5,09	3700,5	6734,45	6,22	0,19	11,54
Каша гречневая рассыпчатая	С6.2004 № 508	150	7,68	5,81	41,34	237,79	14,85	121,29	182,46	4,08	21	24,84	0,54	0,26	0
Соус томатный	ТТК № 1003	30	0,32	1,17	1,95	19,42	2,74	2,22	4,62	0,1	4,32	53,12	0,08	0,01	0,6
Компот из кураги ( вит. 50)	ТТК № 807-50	200	1,04	0,06	23,78	89,73	32,45	21,02	29,31	0,67	0,02	116,62	1,1	0,02	0,8
Пюре фруктовое		90	0,54	0,18	18,09	72,41	10,8	6,3	15,3	1,17	0	0	0,18	0,01	1,44
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>900</b>	<b>31,47</b>	<b>27,44</b>	<b>146,90</b>	<b>927,27</b>	<b>216,30</b>	<b>206,09</b>	<b>589,06</b>	<b>12,17</b>	<b>3750,44</b>	<b>7177,26</b>	<b>8,40</b>	<b>0,55</b>	<b>22,66</b>
<b>Среднее значение за неделю</b>	Обед	<b>840</b>	<b>32,55</b>	<b>33,15</b>	<b>117,73</b>	<b>883,00</b>	<b>197,01</b>	<b>99,05</b>	<b>398,82</b>	<b>6,60</b>	<b>684,94</b>	<b>1620,50</b>	<b>3,99</b>	<b>0,37</b>	<b>16,88</b>
<b>Среднедневное значение за 2 недели</b>	Обед	<b>851</b>	<b>34,37</b>	<b>32,06</b>	<b>117,21</b>	<b>875,10</b>	<b>224,06</b>	<b>104,95</b>	<b>400,06</b>	<b>6,41</b>	<b>372,59</b>	<b>1126,21</b>	<b>53,82</b>	<b>0,38</b>	<b>44,04</b>

Стоимость питания 248 руб в день

Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности( приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, Дели Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Технолог



М. Н. Корнева