

Директор
№ 19

Директор
№ 19

Удостоверено:
Директор
№ 19

«23» Мая 2018 г.

С. Давыдов

И. И. Родина

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «АВТОМАТИЗИРОВАННЫЕ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССАМИ»
ИНН 7609025678 * ЯНТРА 10223

Минераловодского муниципального округа на ЮОК 2025 г.

Сезон: Лето

JIOK
2025 r.

Возраст 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г					Энерг. Ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества,мг		
				Б	Ж	У	К	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
1 неделя																			
1 день																			
Завтрак																			
21.06.2005 г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	106/10	41,84	10,60	21,40	11,20	280,00	0,60	0,16	192,00	0,55	65,00	145,00	12,40	1,80				
№71, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Овоши натуральные свежие (супруси)	100	12,62	0,83	0,00	3,33	16,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37				
377 с6. 2005 под ред. Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48				
№338, сбор. 2005 под ред. Могильного	Меню: еженедельные календарные, 1 шт.	200	23,82	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90				
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80				
Итого завтрак:		767	82,60	15,56	22,50	68,80	541,30	0,73	18,09	192,00	1,16	123,50	224,50	48,33	8,35				
Обед																			
№82, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	11,44	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19				
№279, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Терфели из говядины с соусом	100/50	59,89	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67				
№203, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Макаронны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071				
№349, сбор. 2005 г под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69				
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56				
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80				
Итого обед:		870	93,92	32,14	32,85	120,55	929,53	0,34	11,51	110,00	5,70	156,11	406,48	119,95	5,98				
Итого 1 день:		1637,00	176,52	47,70	55,35	189,35	1470,83	1,07	29,60	302,00	6,86	279,61	630,98	168,28	14,33				
2 день																			
Завтрак																			
№181, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	17,95	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32				
№14, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не	10	13,04	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02				
№15, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	23,71	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30				
377 с6. 2005 под ред. Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48				

к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
№581, сбор. 2021г. под ред. Перевалова	Приниси	40	8,17	2,95	2,35	37,50	183,00	0,03	0,00	3,00	2,35	4,00	21,00	3,00	0,30
Итого завтрак:		587	67,19	16,48	22,79	93,65	697,20	0,14	3,05	141,00	4,69	301,80	240,80	34,60	2,22

Обед

№80, сбор. 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	8,32	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№294, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	33,79	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,78
331 сб 2005	Соус сметанный с томатом	50	5,32	0,90	2,60	3,83	42,50	0,08	0,00	0,00	0,12	15,00	12,00	9,00	2,60
№171, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		815	70,93	36,35	30,40	157,91	1107,30	0,71	9,65	72,50	4,51	128,86	583,92	257,91	30,42
Итого 2 день:		1402,00	138,12	52,83	53,19	251,56	1804,50	0,84	12,70	213,50	9,20	430,66	824,72	292,51	32,64

5 ДЕНЬ

Завтрак

№224, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога с морковью со ступенным молоком	200/60	96,50	31,90	34,50	61,80	463,00	0,10	0,45	138,80	0,71	276,00	394,00	41,60	1,30
№377 сб 2005 г под ред. Могильного	Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,06	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
№338, сбор. 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
Итого завтрак:		595	123,38	33,00	35,27	91,00	591,70	0,14	14,75	138,80	0,73	305,20	417,90	58,60	5,07

Обед

№ 102, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	9,87	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№282, сбор. 2012г. под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	62,27	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№203, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№349, сбор. 2005 г под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		815	94,73	33,18	23,88	116,85	847,20	0,52	6,16	53,75	5,47	135,76	338,51	101,33	6,28
Итого 3 день:		1410,00	218,11	66,18	59,15	207,85	1438,90	0,66	20,91	192,55	6,20	440,96	756,41	159,93	11,35

4 ДЕНЬ

Завтрак

№174, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	20,84	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45
№377 сб 2005 г под ред. Могильного	Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,06	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
№338, сбор. 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого завтрак:		677	50,28	7,83	5,32	74,65	435,30	0,14	14,30	20,00	0,83	48,90	154,10	57,60	5,78

Обед

№ 84, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	12,96	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
№ 239, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Тертые рыбные с соусом (минтай)	100/60	41,66	12,80	11,80	18,20	230,00	0,20	0,30	10,00	4,88	52,75	341,75	59,75	1,78
№310, сбор. 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	19,55	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		880	86,75	26,84	22,79	123,36	929,25	0,62	33,07	34,00	8,66	150,89	646,12	167,49	8,35

Итого 4 день:		1557,00	137,03	34,67	28,11	198,01	1364,55	0,76	47,37	20,00	9,49	199,79	800,22	225,09	14,13
5 ДЕНЬ															
Завтрак															
№347, сбор. 2021г. под ред. Первакова	Котлета "Школьная"	100	50,68	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	50,00	136,00	21,00	2,07
331 сб 2005	Супе сметанный с томатом	50	5,32	0,90	2,60	3,83	42,50	0,08	0,00	0,00	0,12	15,00	12,00	9,00	2,60
№171, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая расквашенная с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77	316,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76
377 сб. 2005 под ред. Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		535	71,24	30,16	21,21	99,47	778,10	0,59	2,83	54,00	2,81	107,48	439,32	213,60	11,71
Итого завтрак:															
№ 88, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Пи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	10,32	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№ 289, сбор. 2005 г. под ред. Могильного	Рагу из птицы	100/180	56,22	13,51	8,66	25,72	235,56	0,16	11,45	34,32	0,64	64,43	178,46	57,72	2,34
№349, сбор. 2005 г под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		815	77,30	21,69	14,54	87,75	628,51	0,37	30,12	34,32	4,50	151,06	343,29	126,37	6,19
Итого 5 день:		1350,00	148,54	51,85	35,75	187,22	1406,61	0,96	32,95	88,32	7,31	258,54	782,61	339,97	17,90
2 недели															
6 ДЕНЬ															
Завтрак															
№14, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское М.Д.Ж. не менее 72,5%	9	11,74	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№294, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Выпечка рубленые из птицы	100	33,79	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№203, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Макаронны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
377 сб 2005 под ред. Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48
№582, сбор. 2021г. под ред. Первакова	Печенье	100	26,17	7,50	9,80	74,40	415,00	0,08	0,00	14,00	4,70	29,00	90,00	33,00	2,60
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого завтрак:		595	87,85	33,25	38,90	171,40	1171,70	0,27	4,13	123,50	7,35	107,76	311,94	73,59	21,83
Обед															
№ 102, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	9,87	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№282, сбор. 2012г. под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	62,27	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№305, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Рис припущенный	180	12,50	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
№389сбор. 2005г. под ред. Могильного	Напиток из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		810	95,44	31,20	22,29	112,17	881,50	0,50	15,96	49,75	4,63	128,78	350,47	102,24	6,66
Итого 6 день:		1405,00	183,29	64,45	61,19	283,57	2053,20	0,77	20,09	173,25	11,98	236,54	662,41	175,83	28,49
7 ДЕНЬ															
Завтрак															
№231, сбор. 2012г. под ред. Могильного	Сырники из творога со слоеным молоком	150/60	104,70	22,95	18,99	34,80	348,00	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	38,40	1,11
377 сб. 2005 под ред. Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48
№338, сбор. 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	200	28,32	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94
Итого завтрак:		670	134,68	25,98	19,01	97,20	610,00	0,17	21,22	87,00	3,31	262,60	396,90	113,80	2,53

Обед																
№ 82, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	11,44	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19	
№291, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	53,81	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78	
№71, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	10,15	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35	
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		930	87,98	36,40	36,44	136,45	1013,05	0,29	12,27	64,80	3,87	147,01	451,94	133,62	9,55	
Итого 7 день:		1600,00	222,66	62,38	55,45	233,65	1623,05	0,46	33,49	151,80	7,18	409,61	848,84	247,42	12,08	
8 ДЕНЬ																
Завтрак																
№182, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Каша жидкая молочная пшеница с маслом	200/5	24,78	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32	
№14, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	13,04	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№15, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	23,71	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30	
377 сб 2005 под ред. Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48	
№338, сбор. 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт.	200	23,82	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90	
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:		685	89,67	14,33	21,11	75,85	602,90	0,15	16,35	138,00	2,34	319,10	234,60	43,60	4,82	
Обед																
№108, 109 сбор. 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с клецками	250	11,26	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68	
№ 289, сбор. 2005 г. под ред. Могильного	Рагу из птицы	100/180	56,22	13,31	18,66	25,72	235,56	0,16	11,45	34,32	0,64	64,43	178,46	57,72	2,34	
№349, сбор. 2005 г под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		870	78,24	22,01	22,75	91,13	608,26	0,39	17,40	38,82	3,47	130,51	343,01	122,25	6,07	
Итого 8 день:		1555,00	167,91	36,34	43,86	166,98	1211,16	0,54	33,75	176,82	5,81	449,61	577,61	165,85	10,89	
9 ДЕНЬ																
Завтрак																
№223, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со сухими молочком	150/10	88,12	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04	
377 сб 2005 под ред. Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48	
№338, сбор. 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90	
Итого завтрак:		670	113,60	26,49	20,25	84,40	547,20	0,12	16,49	111,00	0,58	256,45	334,65	47,70	4,41	
Обед																
№ 84, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	12,96	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71	
237 сб 2005 г	Зразы рыбные с яйцом	100	32,48	17,20	23,40	9,80	156,00	0,90	0,00	6,00	0,12	78,00	242,00	38,00	0,93	
№310, сбор. 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	19,55	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,0	0,25	19,44	100,20	36,84	1,630	
№71, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	12,62	0,83	0,00	3,33	16,00	0,02	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,370	

№389сбор 2005г. под ред. Мотильного	Наштук из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56		
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80		
Итого обед:		870	88,41	32,59	34,67	110,04	868,45	1,35	44,47	30,00	3,97	206,02	567,07	153,11	9,63		
Итого 9 день:		1540,00	202,01	59,08	54,92	194,44	1415,65	1,47	60,96	141,00	4,55	462,47	901,72	200,81	14,04		
10 ДЕНЬ																	
Завтрак																	
№14,сбор 2005г. под ред. Мотильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж.	10	13,04	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02		
№174,сбор 2005г. под ред. Мотильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	20,84	4,09	4,07	32,09	237,0	0,03	0	20	0,25	5,7	67	21,8	0,45		
377сб 2005 под ред. Мотильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,48		
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,2	0,41	19,37	94,6	0,07	0	0	0,53	9,2	34,8	13,2	0,80		
Итого завтрак:		542	38,20	7,50	11,76	66,80	459,70	0,10	2,83	60,00	0,89	31,50	109,20	37,40	1,75		
Обед																	
№82,сбор 2012г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с макаронами и капустой	250	7,33	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08		
№234,сбор 2012г. под ред. Мотильного	Котлеты рыбные	100	35,17	10,80	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00		
№304,сбор 2005г. под ред. Мотильного	Рис отварной	180	14,77	10,63	7,18	47,77	316,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76		
№389сбор 2005г. под ред. Мотильного	Наштук из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63		
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,24	2,31	0,42	11,69	60,90	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37		
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80		
Итого обед:		820	67,75	30,30	24,03	126,70	983,55	0,61	18,36	72,75	3,83	149,46	546,06	251,22	10,64		
Итого 10 день:		1362,00	105,95	37,80	35,79	193,50	1443,25	0,71	21,19	132,75	4,72	180,96	655,26	288,62	12,39		
Средняя за 10 дней:		1481,80	170,0	51,33	48,28	210,61	1523,17	0,82	31,30	159,20	7,33	334,88	744,08	226,43	16,82		

***При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).**

Стоимость рациона - 170,00 руб. (с учетом 0% скидки на готовое блюдо и 0% скидки на питание завтра)

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 1997г., 2004г., 2011г., 2012г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания — 170,00 руб.

Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, соусов, студеной пищи, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выпаривание.

Начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Тел 8(928)6360644

Т.С.Черепашнико