

№ 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	Mg	Fe			
1 день																			
Завтрак																			
2106б, сбор. 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				
№1, сбор. 2005 г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (юрец)	60	7,57	0,50	0,00	2,00	9,60	0,01	1,08	0,00	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42				
377 бб, 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	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60				
Итого завтрак:		584	53,07	13,60	21,72	42,89	422,10	0,66	4,07	192,00	0,99	94,38	190,80	29,70	4,30				
Обед																			
№82, сбор. 2005 г. 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. 2005 г. под ред. Могильного	Тертель из говядины с соусом сметанным с томатом	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. 2005 г. под ред. Могильного	Макаронь 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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98				
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50				
Итого обед:		840	91,96	29,93	32,51	108,25	867,58	0,28	11,51	110,00	5,29	147,41	369,73	107,95	5,10				
Итого 1 день:		1424,00	145,03	43,53	54,23	151,14	1289,68	0,94	15,58	302,00	6,28	241,79	560,53	137,65	9,40				
2 день																			
Завтрак																			
№181, сбор. 2005 г. 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. 2005 г. 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				
377 бб, 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	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60				
Итого завтрак:		577	34,65	5,76	11,47	51,27	382,60	0,09	2,83	60,00	1,00	31,50	61,10	17,80	1,42				

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
№94, 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	17,86
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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обед:		850	84,79	24,63	22,45	111,06	867,30	0,56	33,07	34,00	8,25	142,19	609,37	155,49	7,47
Итого 4 день:		1377,00	124,90	31,48	27,46	174,61	1276,03	0,69	46,15	20,00	8,94	185,62	746,29	207,27	12,62
5 ДЕНЬ															
Завтрак															
№24, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога с морковью со	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 калиброванные	120	14,29	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
Итого завтрак:		505	113,85	32,68	35,08	83,24	582,53	0,14	13,53	138,80	0,73	303,23	416,52	57,48	4,83
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
№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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обед:		785	92,77	30,97	23,54	104,55	785,25	0,46	6,16	53,75	5,06	127,06	301,76	89,33	5,40
Итого 3 день:		1290,00	206,62	63,65	58,62	187,79	1367,78	0,60	19,69	192,55	5,79	430,29	718,28	146,81	10,23
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 калиброванные	120	14,29	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:		527	40,11	6,85	5,01	63,55	408,73	0,13	13,08	20,00	0,69	43,43	136,92	51,78	5,15
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	Тертелли рыбные с соусом	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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обед:		850	84,79	24,63	22,45	111,06	867,30	0,56	33,07	34,00	8,25	142,19	609,37	155,49	7,47
Итого 4 день:		1377,00	124,90	31,48	27,46	174,61	1276,03	0,69	46,15	20,00	8,94	185,62	746,29	207,27	12,62

Завтрак															
№347, сбор. 2021г. под ред. Червачкова	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	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. Мотильного	Каша гречневая расщипатая 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. 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	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:		525	70,58	29,33	21,10	94,59	754,00	0,57	2,83	54,00	2,67	105,18	430,62	210,30	11,51
Обед															
№ 88, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Щи 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. Мотильного	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. Мотильного	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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обед:		785	75,34	19,48	14,20	75,45	566,56	0,31	30,12	34,32	4,09	142,36	306,54	114,37	5,31
Итого 5 дней:		1310,00	145,92	48,81	35,30	170,04	1320,56	0,87	32,95	88,32	6,76	247,54	737,16	324,67	16,82
2 недели															
6 ДЕНЬ															
Завтрак															
№14, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	7	9,13	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. Мотильного	Быточки 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. Мотильного	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. 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	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:		505	58,41	24,92	28,99	92,12	732,60	0,16	4,13	113,50	2,51	76,46	213,24	37,29	19,03
Обед															
№102, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с бобовыми	250	9,87	5,49	5,27	16,32	189,70	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№282, сбор. 2012г. под ред. Мотильного	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. Мотильного	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. Мотильного	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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обед:		780	93,48	28,99	21,95	99,87	874,50	0,44	15,96	49,75	4,22	120,08	313,72	90,24	5,78
Итого 6 дней:		1285,00	151,89	53,91	50,94	191,99	1607,10	0,61	20,09	163,25	6,73	196,54	526,96	127,53	24,81
7 ДЕНЬ															
Завтрак															
№231, сбор. 2012г. под ред. Мотильного	Сырники из творога со сметанным молоком	150/10	83,82	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. 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
№338, сбор. 2005 под ред. Мотильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	100	14,16	2,18	0,00	39,59	150,04	0,06	13,50	0,00	0,00	11,25	39,01	54,77	0,71
Итого завтрак:		550	99,64	25,26	19,01	89,59	560,04	0,15	16,72	87,00	3,31	258,85	383,91	95,57	2,30
Обед															

№ 82, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Борщ с капустой и картофелем со	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. Мотильного	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
342 сб 2005 г. под ред. Мотильного	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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обеда:		860	75,87	32,99	35,90	119,48	925,10	0,21	10,47	64,80	3,39	124,51	390,02	113,29	6,32
Итого 7 день:		1410,00	175,51	58,25	54,91	209,07	1485,14	0,36	27,19	151,80	6,70	383,36	773,93	208,86	8,62

8 ДЕНЬ

Завтрак

№182, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Каша жидкая молочная пшенная 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. Мотильного	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
377 сб. 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	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:		565	41,48	5,76	11,47	51,27	382,60	0,09	2,83	60,00	1,00	31,50	61,10	17,80	1,42

Обед

№108, 109 сбор. 2005г. под ред.	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. Мотильного	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. Мотильного	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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обеда:		840	76,28	19,80	12,41	78,83	546,31	0,33	17,40	38,82	3,06	121,81	306,26	110,25	5,19
Итого 8 день:		1405,00	117,76	25,56	23,88	130,10	928,91	0,42	20,23	98,82	4,06	153,31	367,36	128,05	6,61

9 ДЕНЬ

Завтрак

№223, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Запеканка из творога со ступенным молоком	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. 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
№338, сбор. 2005 под ред. Мотильного	Яблоки свежие сезонные	120	14,29	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
Итого завтрак:		520	104,07	26,17	20,06	76,64	538,03	0,12	15,27	111,00	0,58	254,48	333,27	46,58	4,17

Обед

№ 84, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Борщ с фасолью и картофелем со	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	13,40	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. Мотильного	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
№389, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	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	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обеда:		840	73,83	29,55	24,33	94,41	790,50	1,27	42,67	30,00	3,49	183,52	504,82	132,78	6,38
Итого 9 день:		1360,00	177,90	55,72	44,39	171,05	1328,53	1,39	57,94	141,00	4,07	438,00	838,09	179,36	10,55

10 ДЕНЬ

Завтрак

№14, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	5	6,52	0,04	3,63	0,07	33,05	0,001	0,00	20,0	0,05	1,20	1,50	0,00	0,01
№174, сбор. 2005г. под ред. Мотильного	Каша вязкая молочная из риса с	200/5	20,84	4,09	4,07	32,09	237,00	0,030	0,00	20,0	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45

377 сб 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	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:		532	31,02	6,63	8,02	61,85	402,55	0,08	2,83	40,00	0,70	28,00	99,00	34,10	1,54
Обед															
№82, сбор 2012г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с макаронными	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	Паштет 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	25	1,60	1,65	0,50	8,33	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	27	1,79	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50
Итого обед:		790	66,24	28,42	23,75	116,07	930,30	0,56	18,36	72,75	3,49	142,51	517,21	241,57	9,95
Итого 10 дней:		1322,00	97,26	35,05	31,77	177,92	1332,85	0,64	21,19	112,75	4,19	170,51	616,21	275,67	11,49
Средняя за 10 дней:		1354,50	144,66	45,59	42,30	176,06	1336,45	0,73	27,35	140,30	5,86	259,86	649,31	199,96	14,21

***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 - 144,66 рублей (с учетом 0"в, наценки на записки бланки и 0"в, наценки на покупки товаров)

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников рецептов бланк для предприятий общественного питания (2005г., 1997г., 2004г., 2011г., 2012г.), с учетом физиологических

норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания - 144,66 руб.

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

Начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Т.С. Червашенко

Тел. 8(928)6360644