

Согласовано:
директор МАОУ СОШ № 20



/Н.В. Гулькина/

«15.09» сентября 2025г.

Утверждаю:
ООО "Комбинат школьного питания №1"



/Е.О.Розенбах/

«15.09» сентября 2025г.

**Примерное двухнедельное меню
горячих завтраков и обедов для учащихся с
ограниченными возможностями
в возрасте 12 лет и старше**

МАОУ СОШ №20

Сезон: Осень-Зима-Весна

*Разработано согласно сборнику рецептур на
продукцию для обучающихся во всех образовательных
учреждениях. Под редакцией: М.П. Могильного,
В.А. Тутельян, Дели Принт, 2011г.*

г.Серов

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
174,02	Каша вязкая молочная из риса с маслом_	250/10	9,2	16,63	65,84	450,67	0,06	0,21	10,1		24,08	28,97	6,7	0,12
15	Сыр (порциями)	40	1,99	2		26,31	0,01	0,07	15,75		75	45	4,13	0,07
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3			125,78	90	14	0,13
5	Хлеб пшеничный	30												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
Итого за Завтрак			14,56	21,4	82,81	583,79					225,37		24,94	
Обед.														
102	Суп картофельный с бобовыми	250	0,81	0,81	2,5	22,26		0,36				13,24		0,34
371	Гренки_	20	0,17	0,02	1,09	5,17								
260	Гуляш свинина_	70/70	8,64	22,84	2,35	250,29		2		0,04	5	4,7	13	0,08
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	23,93	25,85	107,8	757,01				2,47		882,3		19,94
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8		1,49		0,03	2,26	1,56	1,27	0,31
5	Хлеб пшеничный	20												
6	Хлеб ржаной	20	0,13	0,06	0,68	4,14								0,02
Итого за Обед.			34,34	49,67	146,43	1171,67	1,52	2		2,54	71,44	131	600,21	1
Итого за день			48,9	71,07	229,24	1755,46		4,24	25,85	2,54	5	065,77	13	21,04

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
18	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа)_	250/10	6,6	7,64	31,93	222,4	0,1			0,52	147,78	192,61	129,32	1,2
209	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	63	0,04		100		22	76,8		
352,04	Напиток "Витоска Лайт"__	200			16	65	0,4	21,4	152,35	3,82				
5	Хлеб пшеничный	30												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
Итого за Завтрак			11,88	12,33	49,23	356,61				4,34	170,29		129,43	
Обед.														
82,02	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_	250/10	2,54	7,21	28,51	188,67	0,02	15,76			52,45	57,58	27,54	1,3
274	Зразы рубленые из свинины_	100	10,2	27,64	10,42	329,53	0,12	1,24	23,2		37,36	115,24	16,76	0,67
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	200	6,07	6,43	33,86	217,46						34,79		
1	Икра кабачковая_тк	100	1,68	4,32	8,76	80,28	0,12	4,2		1,92	24,6	22,2	9	0,48
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60		0,03				2,8	1,4	0,28
5	Хлеб пшеничный	40												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
338	Яблоко_	100	0,4	0,4	9,8	47				0,2		11		2,2
Итого за Обед.			21,16	46,11	107,37	929,15			23,2	2,12	136,39		63,81	
Итого за день			33,04	58,44	156,6	1285,76	0,98	52,63	275,55	6,46		513,02		6,19

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
175,01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" с маслом_	250/10	11,54	21,23	63,54	493,42				0,17	12	57,48	32	0,38
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94				0,4		22		4,4
382,01	Какао на молоке"	200	6,7	3,4	21	143								1,2
5	Хлеб пшеничный	30												
6	Хлеб ржаной	20	0,13	0,06	0,68	4,14								0,02
Итого за Завтрак			19,17	25,49	104,82	734,56	0,11			0,57	131,36	89	63,24	1
Обед.														
103,03	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне_	250	2,65	2,78	24,23	172	0,1	16,5		0,14	13,3	54,8	22,45	0,83
6	Бедро куриное запеченное_	100	18,36	17,45	15,77	260,88	0,06	2	68,86		14	94,82	19	1,14
	Ризотто_	180	4,56	8,57	47,52	285,11	0,1	3,26			23,29	61,08		
388	Компот из ягод (заморозка)_	200	0,52	0,18	28,86	122,6		0,6	2	0,36	16	16,6	20,4	0,6
5	Хлеб пшеничный	30												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
Итого за Обед.			26,29	29,07	117,4	846,8		2	70,86	0,5	96,62		47,02	2
Итого за день			45,46	54,56	222,22	1581,36		44,44	70,86	1,07	26	306,78	51	8,6

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 4)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
279	Тефтели 2-й вариант /свин/_	70/35	14,04	32,48	23,42	449,72	0,42	1,86	32,67		43,6	172,46	34,9	1,82
312	Пюре картофельное_	200	4,13	6,4	27,33	183,07	0,19	24,27			49,35	115,47	37,07	1,33
377	Чай с лимоном_	200/7	0,13	0,02	14,69	59,9		2,73			13,72	4,25	2,32	0,35
5	Хлеб пшеничный	45												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
Итого за Завтрак			18,57	39,02	66,8	700,97					107,35		74,44	
Обед.														
96,02	Рассольник ленинградский на курином бульоне_	250/10	4,36	4,01	37,28	170,36	0,07	6,54			22,71	44,09	18,83	0,71
232	Рыба (минтай) под сырной корочкой_	100	9,76	4,96	3,8	105			20,68	1,13		278,73		1,13
44	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	12,21	9,11	50,41	389,31		3		0,87		296,75		6,47
352,04	Напиток "Витошка Лайт"_"	200			16	65	0,4	21,4	152,35	3,82				
5	Хлеб пшеничный	45												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
Итого за Обед.			26,6	18,2	108,85	737,95		1	173,03	5,82	135,97		254,66	
Итого за день			45,17	57,22	175,65	1438,92		59,8	205,7	5,82		911,75		11,89

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
223	Запеканка из творога_	200	31,56	20,9	33,36	464,6					259	368	43	1
327	Соус молочный (сладкий)	60	1,96	4,5	13,26	101,5	0,06	0,36	25,2		62,7	48,96	2,1	0,06
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60		0,03				2,8	1,4	0,28
5	Хлеб пшеничный	50												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
Итого за Завтрак			33,86	25,54	62,98	634,38			25,2		259	368	3,65	0,38
Обед.														
88,02	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_	250/10	7,6	4,92	21,52	138	0,05	158,02		0,06	49,29	49,03	20,08	0,8
15	Котлета "Ассорти"(с куриным филе)_	100	15,74	11,24	11,51	212,07					4		15	0,72
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	5,46	5,79	30,47	195,71						31,31		
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2		0,6	2	0,36	16	16,6	20,4	0,6
5	Хлеб пшеничный	30												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
Итого за Обед.			29,68	22,32	85,28	640,19			2	0,42	108,78	126	47,43	2
Итого за день			63,54	47,86	148,26	1274,57	0,82	159,01		0,42	172,16	148,7	58	3

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: суббота

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
173,01	Каша вязкая молочная из пшена с маслом_	250/10	7,07	11,08	34,96	268,84								
386	Йогурт питьевой	200	8,2	3	11,8	111,24	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
5	Хлеб пшеничный	50												
6	Хлеб ржаной	50	0,33	0,15	1,7	10,35								0,05
Итого за Завтрак			15,6	14,23	48,46	390,43	0,08				240,85		28,18	
Обед.														
157	Солянка домашняя со сметаной_	250/10	17,57	20,01	4,93	267,8		14,37		0,21	1	41,1	2	0,83
265	Плов со свининой_	240	18,85	19,31	29,76	367,99	0,11	1,47			16,27	228,73	21,64	1,81
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60		0,03				2,8	1,4	0,28
5	Хлеб пшеничный	45												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
338	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94								4,4
Итого за Обед.			37,56	40,26	70,65	798,07	0,23			0,21	69,37		61	
Итого за день			53,16	54,49	119,11	1188,5		37,27	40	0,21	1	452,63	2	7,61

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
175,01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" с маслом	250/10	11,54	21,23	63,54	493,42				0,17	12	57,48	32	0,38
15	Сыр (порциями)	20	0,99	1		13,15	0,01	0,03	7,87		37,5	22,5	2,07	0,03
386	Йогурт питьевой	200	8,2	3	11,8	111,24	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
5	Хлеб пшеничный	40												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
Итого за Завтрак			21	25,35	76,7	626,09	0,1			0,17	281,2	89	49,39	1
Обед.														
102	Суп картофельный с бобовыми	250	0,81	0,81	2,5	22,26		0,36				13,24		0,34
371	Гренки	20	0,17	0,02	1,09	5,17								
260	Гуляш свинина	60/60	7,41	19,58	2,01	214,53		2		0,03	4	4,03	11	0,07
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	23,93	25,85	107,8	757,01				2,47		882,3		19,94
388	Компот из ягод (заморозка)	200	0,52	0,18	28,86	122,6		0,6	2	0,36	16	16,6	20,4	0,6
5	Хлеб пшеничный	40												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
Итого за Обед.			33,11	46,56	143,62	1129,85	1,51	2		2,86	85,06	112	619,22	1
Итого за день			54,11	71,91	220,32	1755,94		3,08	49,87	3,03	16	176,15	43	21,64

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
3,03	Бутерброды с маслом и сыром_30/10/20	30/10/20	7,62	12,81	14,89	206,12	0,1	0,27	143,04		337,46	232,72	22,93	1,19
174,01	Каша вязкая молочная ячневая с маслом	250/10	11,22	16,86	60,1	438,42								1,35
382,01	Какао на молоке	200	6,7	3,4	21	143								1,2
5	Хлеб пшеничный	45												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
Итого за Завтрак			25,81	33,19	97,35	795,82		0,79	143,04		609,64		49,08	
Обед.														
82,02	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	300/10	3,03	8,6	33,99	224,95	0,02	18,79			62,54	68,65	32,84	1,55
274	Зразы рубленые из свинины	100	10,2	27,64	10,42	329,53	0,12	1,24	23,2		37,36	115,24	16,76	0,67
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	200	6,07	6,43	33,86	217,46						34,79		
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60		0,03				2,8	1,4	0,28
5	Хлеб пшеничный	45												
6	Хлеб ржаной	45	0,3	0,14	1,53	9,32								0,05
338	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5				0,3		16,5		3,3
Итого за Обед.			20,27	43,43	109,5	911,76			23,2	0,3	130,14		64,67	
Итого за день			46,08	76,62	206,85	1707,58			166,24	0,3		470,7		9,63

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: среда

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
210	Омлет натуральный	200	16,9	30,07	3,21	350,48	0,19	0,37			119,65	262,12	18,7	3,12
3	Кукуруза консервированная	70	10,15	2,1	34,65	202,3	1,4			4,9	119	1053,5	364	13,3
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60		0,03				2,8	1,4	0,28
5	Хлеб пшеничный	40												0,04
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								
Итого за Завтрак			27,39	32,31	54,22	621,06				4,9	239,33		384,25	
Обед.														
88,02	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,92	21,52	138	0,05	158,02		0,06	49,29	49,03	20,08	0,8
291	Плов из бройлер-цыплят	280	27,2	31,6	87,04	701,08	0,24	9,2	39,2		50,55	265,12	75,56	2,56
352,04	Напиток "Витощка Лайт"	200			16	65	0,4	21,4	152,35	3,82				
5	Хлеб пшеничный	30												0,03
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								
Итого за Обед.			35	36,61	125,58	910,29			191,55	3,88	100,35		95,75	
Итого за день			62,39	68,92	179,8	1531,35		189,02	191,55	8,78		632,57		20,13

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: четверг

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
268,03	Шницель (свинина)	100	11,73	30,38	12,03	370,93					7		16	0,8
205	Рис с овощами	180	4,56	8,57	47,52	285,11	0,1	3,26			23,29	61,08		
54,11	Напиток из брусники	200	0,68	0,14	35,26	143,8		0,6	2	0,36	16	16,6	20,4	0,6
5	Хлеб пшеничный	40												0,03
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								
Итого за Завтрак			17,17	39,18	95,83	806,05	0,23			0,36	69,6	139	28,11	2
Обед.														
96,02	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	4,36	4,01	37,28	170,36	0,07	6,54			22,71	44,09	18,83	0,71
279	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	14,04	32,48	23,42	449,72	0,42	1,86	32,67		43,6	172,46	34,9	1,82
312	Пюре картофельное	180	3,72	5,76	24,6	164,76	0,17	21,84			44,41	103,92	33,36	1,2
71	Огурец свежий порционный	100	0,13	0,02	0,34	2,16	0,02	1,8		0,04	4,14	7,56	2,52	0,11
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	14,69	59,9		2,73			13,72	4,25	2,32	0,35
5	Хлеб пшеничный	30												0,02
6	Хлеб ржаной	20	0,13	0,06	0,68	4,14								
Итого за Обед.			22,51	42,35	101,01	851,04			32,67	0,04	128,92		92	
Итого за день			39,68	81,53	196,84	1657,09		38,63	34,67	0,4	7	409,96	16	5,64

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 11)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
223	Запеканка из творога	200	31,56	20,9	33,36	464,6					259	368	43	1
327	Соус молочный (сладкий)	60	1,96	4,5	13,26	101,5	0,06	0,36	25,2		62,7	48,96	2,1	0,06
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60		0,03				2,8	1,4	0,28
5	Хлеб пшеничный	50												
6	Хлеб ржаной	40	0,27	0,12	1,36	8,28								0,04
Итого за Завтрак			33,86	25,54	62,98	634,38			25,2		259	368	3,65	0,38
Обед														
157	Солянка домашняя со сметаной	250/10	17,57	20,01	4,93	267,8		14,37		0,21	1	41,1	2	0,83
6	Бедро куриное запеченное	100	18,36	17,45	15,77	260,88	0,06	2	68,86		14	94,82	19	1,14
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	23,93	25,85	107,8	757,01				2,47		882,3		19,94
54,09	Компот из клубники	200	0,2	1	7,4	39		16	30		4	1,6	5,2	0,26
5	Хлеб пшеничный	30												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
Итого за Обед			60,26	64,4	136,92	1330,9	1,54	2		2,68	127,65		621,33	2
Итого за день			94,12	89,94	199,9	1965,28	1,6	34,32		2,68	191,03	071,58	64	3

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 12)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_20шк.

День: суббота

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
173,02	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	250/10	16,37	20,97	84,13	592,12								
15	Сыр (порциями)	20	0,99	1		13,15	0,01	0,03	7,87		37,5	22,5	2,07	0,03
378	Чай с молоком	200	1,52	1,36	15,9	81	0,04	1,33	10		126,6	92,8	15,4	0,41
5	Хлеб пшеничный	40												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
Итого за Завтрак			19,08	23,42	101,05	692,48	0,05				164,61		17,58	
Обед														
43 457	Суп-лапша домашняя с филе куриным	250	3,52	3,49	32,48	230,4	1,09	22,08		2,64		7,84		1,16
255	Печень по-строгановски	70/70	18,59	15,74	4,96	259		1,4	37,77			35,74		0,11
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	5,46	5,79	30,47	195,71						31,31		
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60		0,03				2,8	1,4	0,28
5	Хлеб пшеничный	30												
6	Хлеб ржаной	30	0,2	0,09	1,02	6,21								0,03
338	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94								4,4
Итого за Обед			28,64	25,93	103,53	845,32				2,64	74,4		24,81	
Итого за день			47,72	49,35	204,58	1537,8		44,87	55,64	2,64		192,99		6,45
Среднее за период			52,78	65,16	188,28	1556,63	1,17	1		2,86	302,62	119	287,32	1
Итого за период			633,37	781,91	2259,37	18679,61	13,99	9		34,35	631,45	1422	447,85	14

Составил

Калькулятор4

Утвердил



ООО «Комбинат школьного
питания №1»
Всего прошито, пронумеровано и
скреплено печатью
4 (Четыре) листа