

Согласовано:
директор МАОУ СОШ № 20

Утверждаю:
ИП Розенбах Е.О.

 /Н.В. Гулькина/
« 23 » сентября 2026г.



 /Е.О.Розенбах/

« 23 » сентября 2026г.

**Примерное двухнедельное меню
горячих завтраков и обедов для учащихся с
ограниченными возможностями
в возрасте 7-11 лет, 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: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: понедельник
Неделя: 1Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возраст: 7-11 лет

№ 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	200/10	5,48	10,63	45,04	299,92	0,03		45	0,16		63		0,4
15	Сыр (порциями)	30	7,8	7,86		101,7		0,24	0,06					0,24
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,4	3,35	28,14	155,14								0,84
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,89
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						
Итого за Завтрак			21,17	23	105,18	712,76				0,16	359,23		51,44	
Обед.														
102	Суп картофельный с бобовыми	200	4,51	5,23	15,15	125,4	0,19	9,2		0,19		66,59		1,55
371	Гренки	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,1							0,54
260	Гуляш свинина	50/50	11,17	16,86	2,21	203,63	0,03	3,73		0,08	4	9,11	11	0,23
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	9,06	6,71	44,48	279,2	0,32		27	0,57		214,88		4,79
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,68	0,12	31,58	130,26								0,56
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,59
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						
Итого за Обед.			29,97	30,23	125,41	896,09				0,84	107,11	128	189,28	
Итого за день			51,14	53,23	230,59	1608,85	1,05	13,25	72,06	1	4	353,58	11	10,63

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: вторник
Неделя: 1Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возраст: 7-11 лет

№ 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														
274	Зразы рубленые из свинины	90	10,7	23,45	13,52	305,82	0,07	3,27		0,06	3	18,95	8	0,75
309,06	Макаронные изделия отварные/Икра кабачковая 150/30	150/30	5,9	7,43	38,71	248,79	0,01	2,1	26,1	0,93		12,84		0,21
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
Итого за Завтрак			19,59	31,65	88,56	718,58				0,99	75,19	89	25,95	
Обед.														
82,02	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,6	5,39	9,11	94,18	0,04	10,22		0,14	19,39	36,22	17,85	0,87
637	Азу по-татарски (свинина)	150	10,51	15,66	19,43	259,99	0,14	24,08		0,2	5	69,99	9	1,19
352,04	Напиток "Витошка Лайт"	200			15,52	62,4								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
Итого за Обед.			15,5	22,22	75,19	567,57		44,33		0,54	88,48	117,21	67,64	5,41
Итого за день			35,09	53,87	163,75	1286,15	0,59	49,73	26,1	1,53	8	149	17	7,52

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ 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														
175,01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" с маслом	200/10	6,05	11,22	33,45	259,22	0,01		45	0,06	3	24	1	0,14
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
382,01	Какао на молоке	200	3,33	3,42	13	97,1								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
Итого за Завтрак			12,77	15,81	77,58	507,32				0,26	55,27		27,96	
Обед														
103,03	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,25	3,01	16,81	103,69	0,08	13,2		0,11		43,84		0,65
6,05	Голень куриная запеченная	90	16,81	11,04	2,98	182,95	0,03	5,4		0,12	3	17,43	1	0,34
205	Рис с овощами	150	3,2	6,44	30,71	196,29	0,05	4,75		0,3		77,16		0,74
388	Компот из ягод (заморозка)	200	0,23	0,08	31,92	130,2								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Обед			26,98	21,73	114,42	769,13				0,53	83,37	2	71,99	
Итого за день			39,75	37,54	192	1276,45	0,58	33,43	45	0,79	6	173,43	2	6,95

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ 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														
279	Тефтели 2-й вариант /свин/	60/30	6,29	11,74	6,64	156,54	0,04	2,32		0,08	2	13,4	6	0,22
312	Пюре картофельное	150	3,22	4,84	21,97	144,37	0,15	25,6	22,5	0,12		75,74		1,15
377	Чай с лимоном	200/7	0,06	0,01	16,21	66,27		2,8						
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Завтрак			14,06	17,75	76,82	523,18				0,2	72,3	63	51,78	
Обед														
96,02	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	2,12	5,61	14,55	117,75	0,06	13,69		0,17		58,34		0,8
232	Рыба (минтай) под сырной корочкой	90	10,11	7,9	1,8	128,19	0,03	1,32	10,06	0,61		146,46		0,77
44	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,05	8,09	44,79	291,93	0,32	2,25	36	0,63		221,99		4,79
352,04	Напиток "Витощка Лайт"	200			15,52	62,4								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Обед			25,77	22,76	108,66	756,27				1,41	218,37		212,57	
Итого за день			39,83	40,51	185,48	1279,45	1,06	48,08	68,56	1,61	2	515,93	6	11,19

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ 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	150	26,01	17,34	26,24	370,38	0,03		20,25	0,18		11,55		0,27
327	Соус молочный (сладкий)	50	0,85	4,3	5,23	62,98			22,5			1,5		
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	60	4,68	1,63	31,99	160,8	0,24							1,68
6	Хлеб ржаной	40	2,86	0,46	21,34	100,8	0,14	0,06						1,18
Итого за Завтрак			34,4	23,73	99,8	754,93				0,18	107,22		31,4	
Обед.														
88,02	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	1,66	5,41	7,54	85,91	0,04	6,78		0,09	7,43	24,28	10,58	0,38
268,02	Котлета (свинина)	90	14,32	19,41	14,28	287,34	0,09				5		13	0,71
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,4	4,8	36,45	213,15			26,1			1,8		
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,32	0,14	24,44	101,6		0,6	2	0,36		16,6		0,6
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
Итого за Обед.			25,87	31,2	119,17	865,8		17,41	28,1	0,65	117,46	53,68	60,44	5,32
Итого за день			60,27	54,93	218,97	1620,73	0,76	17,47	70,85	0,83	5	66,73	13	8,45

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ 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	200/10	8,54	12,07	45,29	323,26			45			3		
15	Сыр (порциями)	20	5,2	5,24		67,8		0,16	0,04					0,16
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,4	3,35	28,14	155,14								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Завтрак			22,41	22,09	110,76	729					270,85		28,54	
Обед.														
102	Суп картофельный с бобовыми	200	4,51	5,23	15,15	125,4	0,19	9,2		0,19		66,59		1,55
371	Гренки	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,1							0,54
260	Гуляш свинина	50/50	11,17	16,86	2,21	203,63	0,03	3,73		0,08	4	9,11	11	0,23
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	9,06	6,71	44,48	279,2	0,32		27	0,57		214,88		4,79
388	Компот из ягод (заморозка)	200	0,23	0,08	31,92	130,2								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
Итого за Обед.			29,52	30,19	125,75	896,03				0,84	107,11	128	189,28	
Итого за день			51,93	52,28	236,51	1625,03	1,06	13,17	72,04	0,84	4	293,58	11	10,43

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)
 Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: вторник
 Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
 Возраст: 7-11 лет

№ 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	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
274	Эсэзы рубленые из свинины	90	10,7	23,45	13,52	305,82	0,07	3,27		0,06	3	18,95	8	0,75
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,4	4,8	36,45	213,15			26,1			1,8		
377	Чай с лимоном	200/7	0,06	0,01	16,21	66,27		2,8						
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	35	2,51	0,41	18,68	88,2	0,13	0,06						1,04
338	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15		0,3		18,5		3,3
Итого за Завтрак			22,39	30,35	120,88	851,14				0,36	121,08	89	44,72	
Обед.														
82,02	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,98	6,67	11,28	116,6	0,05	12,65		0,17	24,01	44,84	22,1	1,08
289,05	Рагу из птицы с овощами	150	12,33	9,53	13,88	190,61	0,1	17,61		0,2	8	56,25	10	0,91
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	50	3,9	1,36	26,66	134	0,2							1,4
6	Хлеб ржаной	40	2,86	0,46	21,34	100,8	0,14	0,06						1,18
Итого за Обед.			21,07	18,02	88,16	601,98		30,32		0,37	124,81	101,09	72,7	4,57
Итого за день			43,46	48,37	209,04	1453,12	0,9	51,45	26,1	0,73	11	138,34	18	10,78

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)
 Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

День: среда
 Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
 Возраст: 7-11 лет

№ 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	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
210,02	Омлет натуральный/Кукуруза консервированная_150/30	150/30	15,19	21,43	6,09	278,47		1,44	49,5			15,6		0,11
3 465,0	Кондитерское изделие	30	1,53	8,46	18,69	155,4								
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	45	3,51	1,22	23,99	120,6	0,18							1,26
6	Хлеб ржаной	45	3,22	0,52	24,01	113,4	0,16	0,07						1,33
Итого за Завтрак			23,45	31,63	87,78	727,84					95,68		30,81	
Обед.														
88,02	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	2,05	6,7	9,33	106,37	0,05	8,4		0,11	9,2	30,06	13,1	0,47
291	Плов из бройлер-цыплят	200	19,88	17,59	33,88	373,68	0,02	2		0,1	6,44	13,56	16	1
352,04	Напиток "Витощка Лайт"	200			15,52	62,4								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Обед.			27,2	25,72	96,06	725,25		11,42		0,21	84,09	43,62	39,74	2,71
Итого за день			50,65	57,35	183,84	1453,09	0,68	12,93	49,5	0,21		59,22	16	5,41

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)
 Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

День: четверг
 Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
 Возраст: 7-11 лет

№ 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	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
268,03	Шницель (свинина)	90	12,9	17,47	12,84	258,6	0,08				4		12	0,64
205	Рис с овощами	150	3,2	6,44	30,71	196,29	0,05	4,75		0,3		77,16		0,74
54,09	Компот из клубники	200	0,08	0,02	8,81	34,93					8		4	
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Завтрак			20,67	25,09	84,36	645,82		12	1	0,3	88,09	130	53,61	
Обед.														
96,02	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	2,12	5,61	14,55	117,75	0,06	13,69		0,17		58,34		0,8
279	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	7,34	13,69	7,74	182,63	0,04	2,7		0,1	2	15,64	7	0,25
312,03	Пюре картофельное/Огурец свежий_150/30	150/30	3,46	4,87	22,8	148,87	0,16	28,6	22,5	0,16		88,34		1,33
377	Чай с лимоном	200/7	0,06	0,01	16,21	66,27		2,8						
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
Итого за Обед.			16,37	25,35	92,43	666,52				0,63	91,98	73	80,8	
Итого за день			37,04	50,44	176,79	1312,34	0,8	62,62	22,5	0,93	14	250,48	23	8,84

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)
 Рацион: 1-4_ДОВЗ_Серов2026

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

День: пятница
 Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
 Возраст: 7-11 лет

№ 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	Ca	P	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)	200/10	6,92	11,46	39,65	291,49	0,09		44,99	0,22		89,68		1,34
378	Чай с молоком	200	1,43	1,63	18,4	93,54								
3465,0	Кондитерское изделие	30	1,53	8,46	18,69	155,4								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
Итого за Завтрак			13,27	22,72	107,87	691,43				0,42	59,43		65,95	
Обед.														
157	Солянка домашняя со сметаной	200/10	3,55	8,72	6,74	119,93	0,06	11,82		0,19	1	33,08	1	0,65
268,02	Котлета (свинина)	90	14,32	19,41	14,28	287,34	0,09				5		13	0,71
44	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,05	8,09	44,79	291,93	0,32	2,25	36	0,63		221,99		4,79
54,09	Компот из клубники	200	0,08	0,02	8,81	34,93					8		4	
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
Итого за Обед.			30,77	37,28	101,28	864,93		12	1	0,82	117,46	144	180,5	1
Итого за день			44,04	60	209,15	1556,36	0,93	24,13	80,99	1,24	14	355,75	18	12,27
Среднее за период			45,32	50,65	200,61	1447,16		3		0,97	244,46	109	157,71	
Итого за период			453,2	598,52	2006,12	14471,57		27	2	9,71	2444,58	1085	1577,1	4

Составил

Калькулятор

Утвердил



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

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	6,78	13,16	55,76	371,33	0,04		55,71	0,2		78		0,5
15	Сыр (порциями)	40	10,4	10,48		135,6		0,32	0,08					0,32
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,4	3,35	28,14	155,14								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Завтрак			25,07	28,15	115,9	818,07				0,2	460,56		60,7	
Обед.														
102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,64	6,54	18,94	156,75	0,24	11,5		0,24		83,24		1,94
371	Гренки	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,1							0,54
260	Гуляш свинина	50/50	11,17	16,86	2,21	203,63	0,03	3,73		0,08	4	9,11	11	0,23
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	10,87	8,05	53,38	335,04	0,38		32,4	0,68		257,86		5,75
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,68	0,12	31,58	130,26								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
3465,0	Кондитерское изделие	40	2,04	11,28	24,92	207,2								
Итого за Обед.			34,95	44,16	163,02	1190,48				1	115,81	128	224,57	
Итого за день			60,02	72,31	278,92	2008,55	1,17	15,63	88,19	1,2	4	428,21	11	12,16

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

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	8,57	14,19	49,09	360,89	0,11		55,7	0,27		111,03		1,66
209	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8								
352,04	Напиток "Витошка Лайт"	200			15,52	62,4								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Завтрак			18,14	19,95	96,89	642,09				0,27	63,14		73,64	
Обед.														
82,02	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	300/10	2,36	7,95	13,45	139,02	0,06	15,08		0,2	28,63	53,46	26,35	1,29
274	Зразы рубленные из свинины	100	11,89	26,06	15,02	339,8	0,08	3,63		0,07	3	21,06	9	0,83
309,05	Макаронные изделия отварные/ Икра кабачковая 180/60	180/60	7,54	11,09	48,33	327,51	0,01	4,2	31,5	1,86	26,28	24,3	9	0,42
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	35	2,51	0,41	18,68	88,2	0,13	0,06						1,04
Итого за Обед.			27,42	46,59	131,8	1061,7		22,97	31,5	2,13	153,5	98,82	67,62	4,7
Итого за день			45,56	66,54	228,69	1703,79	0,78	23,02	87,2	2,4	3	209,85	9	8,09

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)
 Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

День: среда
 Неделя: 1

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														
175,01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" с маслом	250/10	7,49	13,89	41,41	320,94	0,01		55,71	0,07	4	29,71	1	0,17
15	Сыр (порциями)	20	5,2	5,24		67,8		0,16	0,04					0,16
382,01	Какао на молоке	200	3,33	3,42	13	97,1								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Завтрак			21,29	23,98	91,74	668,64				0,07	272,81		37,21	
Обед														
103,03	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,81	3,76	21,01	129,61	0,1	16,5		0,14		54,8		0,81
6,05	Голень куриная запеченная	100	18,68	12,27	3,31	203,28	0,03	6		0,13	4	19,37	1	0,38
205	Рис с овощами	180	3,84	7,73	36,85	235,55	0,06	5,7		0,36		92,59		0,89
388	Компот из ягод (заморозка)	200	0,23	0,08	31,92	130,2								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
Итого за Обед			28,95	25,01	124,22	849,64				0,83	87,25	2	86,13	
Итого за день			50,24	48,99	215,96	1518,28	0,65	38,44	55,75	0,9	8	207,47	2	7,77

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)
 Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

День: четверг
 Неделя: 1

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														
279	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	7,34	13,69	7,74	182,63	0,04	2,7		0,1	2	15,64	7	0,25
312	Пюре картофельное	180	3,86	5,81	26,36	173,24	0,18	30,72	27	0,14		90,89		1,38
377	Чай с лимоном	200/7	0,06	0,01	16,21	66,27		2,8						0,98
5	Хлебобулочное изделие витамин.	35	2,73	0,95	18,66	93,8	0,14							0,89
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						
Итого за Завтрак			16,14	20,81	84,98	591,54				0,24	83,29	73	59,21	
Обед														
96,02	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	2,62	6,95	18,01	145,79	0,07	16,95		0,21		72,23		0,99
232	Рыба (минтай) под сырной корочкой	100	11,23	8,78	2	142,43	0,03	1,47	11,18	0,68		162,73		0,86
44	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,86	9,71	53,75	350,32	0,38	2,7	43,2	0,76		266,39		5,75
352,04	Напиток "Витощка Лайт"	200			15,52	62,4								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Обед			29,2	26,6	121,28	856,94				1,65	240,58		249,65	
Итого за день			45,34	47,41	206,26	1448,48	1,18	57,44	81,38	1,89	2	607,88	7	12,83

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

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	34,68	23,12	34,98	493,84	0,04		27	0,24		15,4		0,36
327	Соус молочный (сладкий)	60	1,02	5,16	6,27	75,57			27			1,8		
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	50	3,9	1,36	26,66	134	0,2							1,4
6	Хлеб ржаной	40	2,86	0,46	21,34	100,8	0,14	0,06						1,18
Итого за Завтрак			42,46	30,1	104,25	864,18				0,24	94,26		31,22	
Обед.														
88,02	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_	250/10	2,05	6,7	9,33	106,37	0,05	8,4		0,11	9,2	30,06	13,1	0,47
268,02	Котлета (свинина)_	100	15,91	21,57	15,87	319,27	0,1				5		14	0,79
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,48	5,76	43,74	255,78			31,32			2,16		
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,32	0,14	24,44	101,6		0,6	2	0,36		16,6		0,6
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Обед.			29,25	35,33	125,38	939,02		9,05	33,32	0,47	109,46	48,82	59,11	3,59
Итого за день			71,71	65,43	229,63	1803,2	0,76	9,11	87,32	0,71	5	66,02	14	6,53

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

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														
173,02	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом_	250/10	9,37	11,6	51,24	349,94			45			3		
386	Йогурт питьевой	200	6,4	4,8	9	104		1,2				190		
5	Хлебобулочное изделие витамин.	50	3,9	1,36	26,66	134	0,2							1,4
6	Хлеб ржаной	40	2,86	0,46	21,34	100,8	0,14	0,06						1,18
Итого за Завтрак			22,53	18,22	108,24	688,74					336,72		25,52	
Обед.														
157	Солянка домашняя со сметаной_	250/10	4,4	10,8	8,34	148,48	0,07	14,63		0,24	1	40,96	2	0,8
265	Плов со свининой_	270	24,12	33,95	46,8	587,33	0,04	8,51		0,23	10,33	24,53	20	0,53
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
3 465,0	Кондитерское изделие	20	1,02	5,64	12,46	103,6								
Итого за Обед.			34,03	51,55	114,6	1055,38	1			0,47	84,48	228	52,61	1
Итого за день			56,56	69,77	222,84	1744,12	0,68	24,45	45	0,47	8	258,49	22	5,64

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)
 Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

День: понедельник
 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	Ca	P	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	10,57	14,94	56,07	400,23			55,71			3,71		
15	Сыр (порциями)	30	7,8	7,86		101,7		0,24	0,06					0,24
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,4	3,35	28,14	155,14								0,84
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,89
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						
Итого за Завтрак			26,26	27,31	116,21	813,07					356,6		31,44	
Обед														
102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,64	6,54	18,94	156,75	0,24	11,5		0,24		83,24		1,94
371	Гренки	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,1							0,54
260	Гуляш свинина	60/60	13,4	20,23	2,65	244,36	0,04	4,48		0,1	5	10,93	14	0,28
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	10,87	8,05	53,38	335,04	0,38		32,4	0,68		257,86		5,75
388	Компот из ягод (заморозка)	200	0,23	0,08	31,92	130,2								0,56
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,59
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						
Итого за Обед			34,69	36,21	138,88	1023,95				1,02	116,57	154	225,44	1
Итого за день			60,95	63,52	255,09	1837,02	1,14	16,3	88,17	1,02	5	355,74	14	11,63

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)
 Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

День: вторник
 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	Ca	P	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	7,61	13,27	16,11	214,3	0,14	0,16	45,05			3		0,97
174,01	Каша вязкая молочная ячневая с маслом	250/10	8,37	13,28	44,89	331,49			55,71			3,71		
382,01	Какао на молоке	200	3,33	3,42	13	97,1								0,89
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						
Итого за Завтрак			21,46	30,32	90,01	718,49					258,97		26,94	
Обед														
82,02	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,98	6,67	11,28	116,6	0,05	12,65		0,17	24,01	44,84	22,1	1,08
274	Зразы рубленые из свинины	100	11,89	26,06	15,02	339,8	0,08	3,63		0,07	3	21,06	9	0,83
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,48	5,76	43,74	255,78			31,32			2,16		
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								1,12
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,04
6	Хлеб ржаной	35	2,51	0,41	18,68	88,2	0,13	0,06						
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
Итого за Обед			26,38	40,38	134,84	1014,55			26,34	31,32	0,44	140,22	79,06	63,37
Итого за день			47,84	70,7	224,85	1733,04	0,7	26,55	132,08	0,44	3	85,77	9	8,13

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

День: среда
Неделя: 2Сезон: 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														
210,03	Омлет натуральный/Кукуруза консервированная_200/50	200/50	20,47	28,57	9,25	376,87		2,4	65,7		24,5	24,88	6,5	0,18
3 465,0	Кондитерское изделие	50	2,55	14,1	31,15	259								
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
Итого за Завтрак			26,79	43,71	82,06	826,64		2,43	65,7		75,07	24,88	20,06	1,61
Обед.														
88,02	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	2,05	6,7	9,33	106,37	0,05	8,4		0,11	9,2	30,06	13,1	0,47
291	Плов из бройлер-цыплят	250	24,85	21,99	42,35	467,1	0,03	2		0,13	8,05	16,95	20	1
352,04	Напиток "Витошка Лайт"	200			15,52	62,4								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Обед.			32,17	30,12	104,53	818,67		12,16		0,24	85,7	47,01	41,52	2,77
Итого за день			58,96	73,83	186,59	1645,31	0,54	2	65,7	0,24			20	4,38

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

День: четверг
Неделя: 2Сезон: 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	14,33	19,41	14,27	287,33	0,09				5		13	0,71
205	Рис с овощами	180	3,84	7,73	36,85	235,55	0,06	5,7		0,36		92,59		0,89
54,09	Компот из клубники	200	0,08	0,02	8,81	34,93					8		4	
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Завтрак			23,52	28,59	97,26	740,61		12	1	0,36	107,71	144	61,79	1
Обед.														
96,02	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	2,62	6,95	18,01	145,79	0,07	16,95		0,21		72,23		0,99
279	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	7,34	13,69	7,74	182,63	0,04	2,7		0,1	2	15,64	7	0,25
312,04	Пюре картофельное/Огурец свежий_180/50	180/50	4,26	5,86	27,76	180,74	0,2	35,72	27	0,2	28,3	111,89	42,33	1,68
377	Чай с лимоном	200/7	0,06	0,01	16,21	66,27		2,8						
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
Итого за Обед.			18,05	27,55	96,38	706,23				0,51	101,5	73	87,1	
Итого за день			41,57	56,14	193,64	1446,84	0,92	63,95	27	0,87	15	292,35	24	7,96

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 11)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

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)			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	8,57	14,19	49,09	360,89	0,11		55,7	0,27		111,03		1,66
3465,0	Кондитерское изделие	30	1,53	8,46	18,69	155,4								
378	Чай с молоком	200	1,43	1,63	18,4	93,54								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	20	1,56	0,54	10,66	53,6	0,08							0,56
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2		11		2,2
Итого за Завтрак			14,92	25,45	117,31	760,83				0,47	61,26		76,66	
Обед														
157	Солянка домашняя со сметаной	250/10	4,4	10,8	8,34	148,48	0,07	14,63		0,24	1	40,96	2	0,8
268,03	Шницель (свинина)	100	14,33	19,41	14,27	287,33	0,09				5		13	0,71
171	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	10,87	8,05	53,38	335,04	0,38		32,4	0,68		257,86		5,75
54,09	Компот из клубники	200	0,08	0,02	8,81	34,93					8		4	
5	Хлебобулочное изделие витамин.	40	3,12	1,08	21,32	107,2	0,16							1,12
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
Итого за Обед			34,95	39,71	122,13	988,58		12	1	0,92	133,99	144	218,13	1
Итого за день			49,87	65,16	239,44	1749,41	1,1	24,71	88,1	1,39	14	420,85	19	14,28

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 12)

Рацион: 5-11_СеровДОВЗ_2026

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)			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														
173,04	Каша молочная Геркулес с маслом	250/10	12,74	18,01	59,04	446,69			55,71			3,71		
15	Сыр (порциями)	40	10,4	10,48		135,6		0,32	0,08					0,32
378	Чай с молоком	200	1,43	1,63	18,4	93,54								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	20	1,43	0,23	10,67	50,4	0,07	0,03						0,59
Итого за Завтрак			28,34	31,16	104,1	806,63					456,29		32,48	
Обед														
43457	Суп-лапша домашняя с филе куриным	250	10,51	8,28	12,98	168,88	0,03	2,1	36	0,08	1	66,1		0,21
255	Печень по-строгановски	50/50	13,41	10,2	4,86	165,24	0,01	1	9	0,03		6,4		0,08
309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,48	5,76	43,74	255,78			31,32			2,16		
376	Чай с сахаром	200			15	59,97								
5	Хлебобулочное изделие витамин.	30	2,34	0,81	15,99	80,4	0,12							0,84
6	Хлеб ржаной	30	2,15	0,35	16,01	75,6	0,11	0,05						0,89
3465,0	Кондитерское изделие	30	1,53	8,46	18,69	155,4								
Итого за Обед			36,42	33,86	127,27	961,27				0,11	71,26		50,75	
Итого за день			64,76	65,02	231,37	1767,9	0,46	3,5	132,11	0,11	1	78,37		3,77
Среднее за период			54,45	63,74	228,11	1700,5		2		0,97	338,92	109	163,57	1
Итого за период			653,38	764,82	2713,28	20405,94	1	26	2	11,64	4067	1304	962,87	6

Составил

Калькулятор

Утвердил

ИП Розенбах Е.О.
Всего прошито, пронумеровано и
скреплено печатью
7 (Семь) листов

Розенбах Е.О.