

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО "Школьное питание"
 Колеватов Е.С.



СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ Киясовская СОШ
 Вахитова Е.О.

Начальник лагеря
 Булдакова И.Ю.

Основное двенадцатидневное меню для организации питания детей
 в летнем оздоровительном лагере дневного пребывания
 МБОУ "Киясовская СОШ"

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества.						Энергетическая ценность (ккал)	
			7-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК											
	324/2021г	Каша овсянная "Геркулес" жидкая	150	200	4,65	6,20	7,20	9,60	19,95	26,60	163,20	217,60
	ПП	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	ПП	Сыр порционно	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	440	9,58	11,12	10,40	12,80	50,00	56,65	331,92	386,28
	ОБЕД											
	5/2021г	Салат из капусты белокачанной и огурцов	60	100	0,60	1,00	3,60	6,00	1,86	3,10	42,24	70,40
	47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	200	250	4,96	6,20	4,48	5,60	17,84	22,30	131,52	164,40
	211/2021г	Каша гречневая с овощами	150	200	3,60	4,80	3,23	4,30	35,63	47,50	185,93	247,90
	452/2004г	Биточки особые	90	100	12,15	13,50	18,90	21,00	8,91	9,90	254,34	282,60
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	1010	26,18	30,37	31,145	37,84	113,715	132,28	839,87	991,15	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,76	41,49	41,55	50,64	163,72	188,93	1171,79	1377,43	
ВТОРНИК	ЗАВТРАК											
	236/2021г	Каша рисовая молочная жидкая	150	200	3,75	5,00	4,77	6,36	23,55	31,40	152,13	202,84
	ПП	Масло порционно	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,09	66,09
	ПП	Хлеб пшеничный	30	50	2,31	3,85	0,24	0,40	14,85	24,75	70,80	118,00
	462/2021г	Какао с молоком	200	200	3,30	3,30	2,90	2,90	13,80	13,80	94,50	94,50
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	460	9,44	12,23	15,16	16,91	52,33	70,08	383,52	481,43
	ОБЕД											
	ПП	Огурцы свежие порционно	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30
	60/2013г	Рассольник ленинградский со сметаной	200	250	1,81	2,23	4,85	5,88	13,46	16,78	104,73	128,96
	322/2021г	Рагу из овощей и мяса	250	300	17,00	20,40	17,00	20,40	17,00	20,40	289,00	346,80
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70
	ПП	Йогурт	150	150	3,75	3,75	3,75	3,75	6,00	6,00	72,75	72,75
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	80	3,08	6,16	0,32	0,64	19,80	39,60	94,40	188,80	
	ИТОГО ОБЕД:	920	1100	27,98	35,16	26,3	31,09	86,28	113,56	693,74	874,69	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			37,42	47,39	41,46	48,00	138,61	183,64	1077,26	1356,12	
СРЕДА	ЗАВТРАК											
	235/2021г	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	5,25	7,00	6,90	9,20	25,05	33,40	183,3	244,40
	ПП	Сыр порционно	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	ПП	Хлеб пшеничный	30	50	2,31	3,85	0,24	0,40	14,85	24,75	70,80	118,00
	484/2021г	Кисель из концентрата плодового и ягодного	200	200	0,00	0,00	0,0	0,00	15,00	15,00	60,00	60,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	460	9,88	13,16	10,10	12,56	54,90	73,15	350,02	458,28
	ОБЕД											
	30/2008г	Винегрет овощной	60	100	0,78	1,30	5,94	9,90	5,04	8,40	76,74	127,90
	41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	1,73	2,13	4,19	5,05	8,18	10,18	77,35	94,69
	97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	200	5,25	7,00	6,15	8,20	35,25	47,00	217,35	289,80
	76/2008г	Котлета "Загадка"	90	100	12,51	13,90	9,09	10,10	10,62	11,80	174,33	193,70
	496/2021г	Напиток из подов шиповника	200	200	0,68	0,68	0,28	0,28	18,97	18,97	81,13	81,13
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	1010	25,75	29,81	26,59	34,47	116,44	134,73	808,08	968,40	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,63	42,97	36,69	47,03	171,34	207,88	1158,10	1426,68	

Неделя: первая, третья

Неделка: первая, третья

Аппетит	№ рецепта	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
			7-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК											
	106/2008г	Запеканка из творога	130	150	22,23	25,65	15,86	18,30	20,15	23,25	312,26	360,30
	пп	Повидло яблочное	10	10	0,0	0,0	0,0	0,0	6,10	6,10	24,40	24,40
	пп	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	370	390	24,61	28,03	16,10	18,54	52,20	55,30	452,13	500,17
	ОБЕД											
	18/2021г	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	0,60	1,00	3,66	6,10	2,10	3,50	43,74	72,90
	39/2008г	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	250	1,73	2,13	4,91	5,95	10,66	13,28	93,75	115,19
	520/2004г	Каша пшеничная вязкая	150	200	4,50	6,00	6,15	8,20	24,90	33,20	172,95	230,60
469/2004г	Фрикадельки в соусе	90	100	8,82	9,80	9,81	10,90	11,34	12,60	168,93	187,70	
459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00	
пп	Сок фруктовый	200	200	0,00	0,00	0,0	0,00	22,40	22,40	89,60	89,60	
пп	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
пп	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	960	1110	20,35	23,63	25,07	31,69	115,18	128,76	767,75	894,77	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			44,96	51,66	41,17	50,23	167,38	184,06	1219,88	1394,94	
ПЯТНИЦА	ЗАВТРАК											
	229/2021г	Каша "Дружба" вязкая	150	200	5,10	6,80	6,15	8,20	30,90	41,20	199,35	265,80
	пп	Печенье сахарное для детского питания	30	30	2,31	2,31	4,83	4,83	20,61	20,61	135,15	135,15
	пп	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	410	460	10,02	11,72	11,22	13,27	81,56	91,86	467,30	533,75
	ОБЕД											
	15/2013г	Салат "Тазалык"	60	100	0,65	1,08	5,99	9,99	5,39	8,98	78,09	130,15
	46/2008г	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	2,32	2,90	2,00	2,50	16,80	21,00	94,48	118,10
	92/2008г	Картофельное пюре	150	200	3,15	4,20	6,75	9,00	21,90	29,20	160,95	214,60
462/2004г	Тефтели 2-й вариант	90	100	5,70	6,33	13,19	14,65	9,50	10,55	179,43	199,37	
486/2021г	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	0,10	0,10	11,10	11,10	45,70	45,70	
пп	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
пп	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
пп	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	1010	16,72	19,41	28,969	37,18	103,06	119,21	739,83	889,10	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			26,74	31,13	40,19	50,45	184,62	211,07	1207,13	1422,85	
Суббота	ЗАВТРАК											
	252/2021г	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	5,10	6,80	6,75	9,00	24,90	33,20	180,75	241,00
	пп	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	пп	Масло порционно	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,09	66,09
	464/2021г	Кофейный напиток	200	200	1,40	1,40	1,20	1,20	11,40	11,40	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	440	8,89	10,59	15,44	17,69	51,28	59,58	379,64	439,89
	ОБЕД											
	пп	Огурцы свежие порционно	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30
	48/2008г	Суп крестьянский с крупой	200	250	1,73	2,13	4,19	5,05	8,18	10,18	77,35	94,69
	94/2008	Рис припущенный	150	200	3,45	4,60	5,55	7,40	35,10	46,80	204,15	272,20
63/2008г	Гуляш	90	100	12,51	13,90	5,85	6,50	3,60	4,00	117,09	130,10	
494/2021г	Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,30	0,30	0,01	0,01	17,50	17,50	71,29	71,29	
пп	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
пп	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	760	910	22,81	26,03	16,2	19,60	94,10	108,96	613,44	716,36	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			31,70	36,62	31,64	37,29	145,38	168,54	993,08	1156,25	

Неделя: вторая, четвертая

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества.						Энергетическая ценность (ккал)	
			7-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК											
	230/2021г	Каша манная молочная жидкая	150	200	4,55	6,06	4,82	6,42	22,85	30,46	152,90	203,86
	ПП	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	ПП	Сыр порционн	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	484/2021г	Кисель из концентрата плового и ягодного	200	200	0,00	0,00	0,0	0,00	15,00	15,00	60,00	60,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	440	9,18	10,68	8,02	9,62	52,70	60,31	319,62	370,54
	ОБЕД											
	ПП	Огурцы свежие порционн	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30
	62/2013г	Суп картофельный с крупой	200	250	2,24	2,80	2,62	3,28	13,12	16,40	85,02	106,28
	311/2004г	Каша пшеничная жидкая	150	200	4,28	5,70	4,88	6,50	24,45	32,60	158,78	211,70
	451/2004г	Шницель	80	100	12,72	15,90	11,52	14,40	12,80	16,00	205,76	257,20
	486/2021г	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	0,10	0,10	11,10	11,10	45,70	45,70
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	850	1010	24,56	30,00	20,115	25,32	100,99	116,38	683,22	813,36	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,73	40,68	28,13	34,94	153,69	176,69	1002,83	1183,90	
ВТОРНИК	ЗАВТРАК											
	229/2021г	Каша "Дружба" вязкая	150	200	5,10	6,80	6,15	8,20	30,90	41,20	199,35	265,80
	ПП	Масло порционн	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,09	66,09
	ПП	Хлеб пшеничный	30	50	2,31	3,85	0,24	0,40	14,85	24,75	70,80	118,00
	464/2021г	Кофейный напиток	200	200	1,40	1,40	1,20	1,20	11,40	11,40	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	460	8,89	12,13	14,84	17,05	57,28	77,48	398,24	511,89
	ОБЕД											
	15/2013г	Салат "Тазалык"	60	100	0,65	1,08	5,99	9,99	5,39	8,98	78,09	130,15
	39/2008г	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	250	1,73	2,13	4,91	5,95	10,66	13,28	93,75	115,19
	97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	200	5,25	7,00	6,15	8,20	35,25	47,00	217,35	289,80
	88/2008г	Котлета рыбная "Нептун"	90	100	11,52	12,80	12,24	13,60	8,91	9,90	191,88	213,20
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
	ПП	Йогурт	150	150	3,75	3,75	3,75	3,75	6,00	6,00	72,75	72,75
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	910	1060	27,36	31,23	33,584	42,03	105,89	124,84	835,27	1002,54	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			36,25	43,36	48,42	59,08	163,17	202,32	1233,51	1514,43	
СРЕДА	ЗАВТРАК											
	236/2021г	Каша рисовая молочная жидкая	150	200	3,75	5,00	4,77	6,36	23,55	31,40	152,13	202,84
	ПП	Печенье сахарное для детского питания	30	30	2,31	2,31	4,83	4,83	20,61	20,61	135,15	135,15
	ПП	Хлеб пшеничный	30	50	2,31	3,85	0,24	0,40	14,85	24,75	70,80	118,00
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	410	480	8,44	11,23	9,84	11,59	70,11	87,86	402,75	500,66
	ОБЕД											
	15/2021г	Салат из свежих огурцов с луком	60	100	0,48	0,80	3,60	6,00	1,56	2,60	40,56	67,60
	60/2013г	Рассольник ленинградский со сметаной	200	250	1,81	2,23	4,85	5,88	13,46	16,78	104,73	128,96
	92/2008г	Картофельное пюре	150	180	3,15	3,78	6,75	8,10	21,90	26,28	160,95	193,14
	201/2013г	Птица в соусе с томатом	100	100	10,60	10,60	13,33	13,33	3,69	3,69	177,10	177,10
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	870	990	21,14	22,51	29,469	34,25	94,19	102,93	726,52	809,98	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			29,58	33,74	39,31	45,84	164,30	190,79	1129,27	1310,64	

Неделя: вторая, четвертая

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества.						Энергетическая ценность (ккал)	
			7-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК											
	227/2021г	Каша ячневая молочная вязкая	150	200	5,43	7,24	4,98	6,64	24,84	33,12	165,9	221,20
	ПП	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	ПП	Масло порционнно	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,09	66,09
	462/2021г	Какао с молоком	200	200	3,30	3,30	2,90	2,90	13,80	13,80	94,50	94,50
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	440	11,12	12,93	15,37	17,03	53,62	61,90	397,29	452,59
	ОБЕД											
	30/2008г	Винегрет овощной	60	100	0,78	1,30	5,94	9,90	5,04	8,40	76,74	127,90
	46/2008г	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	2,32	2,90	2,00	2,50	16,80	21,00	94,48	118,10
	329/2021г	Бигус (капуста тушенная с мясом)	250	270	18,28	19,74	15,75	17,01	15,68	16,93	277,55	299,75
495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70	
ПП	Сок фруктовый	200	200	0,00	0,00	0,0	0,00	22,40	22,40	89,60	89,60	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	970	1080	26,38	28,94	24,33	30,05	108,595	117,41	758,85	855,83	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			37,50	41,87	39,70	47,08	162,22	179,31	1156,14	1308,42	
ПЯТНИЦА	ЗАВТРАК											
	112/2008г	Омлет натуральный	130	150	13,00	15,00	21,71	25,05	2,47	2,85	257,27	296,85
	ПП	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	6/2013г	Сыр порционнно	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	370	390	17,70	19,69	24,91	28,25	28,42	28,80	408,66	448,20
	ОБЕД											
	32/2021г	Салат из свеклы с сыром	60	100	1,80	3,00	5,04	8,40	4,20	7,00	69,36	115,60
	48/2008г	Суп крестьянский с крупой	200	250	1,73	2,13	4,19	5,05	8,18	10,18	77,35	94,69
	241/2021г	Рис с овощами	150	180	4,16	4,99	2,66	3,19	35,42	42,50	182,18	218,61
74/2008г	Колобки мясо-картофельные	90	100	8,01	8,90	18,27	20,30	8,01	8,90	228,51	253,90	
496/2021г	Напиток из подов шиповника	200	200	0,68	0,68	0,28	0,28	18,97	18,97	81,13	81,13	
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	990	21,18	24,50	31,375	38,16	113,16	125,93	819,71	945,11	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,87	44,18	56,29	66,41	141,58	154,73	1228,37	1393,31	
Суббота	ЗАВТРАК											
	160/2004г	Суп молочный с макаронными изделиями	200	200	5,60	5,60	6,32	6,32	19,76	19,76	158,32	158,32
	ПП	Печенье сахарное для детского питания	30	30	2,31	2,31	4,83	4,83	20,61	20,61	135,15	135,15
	ПП	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	146/2008	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	460	460	10,52	10,52	11,39	11,39	70,42	70,42	426,27	426,27
	ОБЕД											
	15/2013г	Салат "Тазалык"	60	100	0,65	1,08	5,99	9,99	5,39	8,98	78,09	130,15
	47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	200	250	4,96	6,20	4,48	5,60	17,84	22,30	131,52	164,40
	216/2004г	Картофель тушеный	150	180	3,15	3,78	13,95	16,74	15,60	18,72	200,55	240,66
347/2021г	Котлеты "Школьные"	90	100	13,77	15,30	9,90	11,00	11,97	13,30	192,06	213,40	
486/2021г	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	0,10	0,10	11,10	11,10	45,70	45,70	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	760	890	27,03	30,86	34,964	43,97	90,48	102,98	784,70	931,09	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			37,55	41,38	46,35	55,36	160,90	173,40	1210,97	1357,36	

Список литературы

2004г	Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах . Москва 2004г (Под общей редакцией В.Т Лапшиной)
2008г	Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях УР. Ижевск 2008 г.
2013г	Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания детей в дошкольных организациях УР. Ижевск 2013 г.
2021г	Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, общеобразовательных школ. Уральский региональный центр питания. Пермь 2021 г. (Под общей редакцией А.Я. Превалова)