

СОГЛАСОВАНО


Директор МБОУ «СШ № 38» г. Смоленска

 / Лопачева С.А.

« январь 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ОАО Столовая «Смоленское бистро»

 / Капникова В.А.

« январь 2024 г.

**Основное (10-ти дневное меню) горячего питания
для льготных категорий обучающихся в общеобразовательных учреждениях
города Смоленска**

Возрастная категория: с 11 до 17 лет

Разработано согласно требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и Методическими рекомендациями МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций» в соответствии с рекомендуемым образцом меню Главного государственного санитарного врача Российской Федерации Поповой А.Ю. с учетом выделенных средств.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / под общей редакцией В.Т. Лапшиной, 2004г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Министерство торговли СССР, 1983г.

Справочник. Рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений города Москвы/под редакцией Варфоломеевой В.Л., 2003г.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /под редакцией Могильного М.П. и Тутельяна В.А., 2015г.

№ рецептуры	День 1. Наименование блюда Возраст 11-17 лет.	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe	
Завтрак																				
62/2015	Салат моркови с сахаром	100	2,5	0,08	11,90	58,32	0,11	5	0	0,02	1,1	0,04	29,4	48,9	0,01	192	0	21,88	0,85	
516/2004	Макароны с сыром	210	11,34	12,96	44,74	350,75	0,1	8,24	0	0,6	1,2	0,13	167	137	0	73,4	0	21,33	1,3	
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28	
гост	Хлеб пшеничный.	40	3,4	0,4	19,6	96	0,07	0	0	0	0,6	0	9,2	34,8	0,02	69,8	0	13,2	0,8	
Итого за завтрак			565	17,44	13,44	91,24	563,07	0,28	13,3	0	0,62	2,9	0,17	216,7	224	0,03	344	0	57,81	3,23
Обед																				
272/1983	Суп-пюре из бобовых	300	7,56	6,96	17,28	162	0,22	5,8	0	0,05	2,1	0,06	39,14	90,5	0,01	208	0	35,7	1,64	
492/2004	Плов из птицы	235	19,04	18,57	42,54	420,65	0,03	5,82	33,4	0	0,69	0,33	146,91	153	0	68	0	10	0,3	
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28	
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,04	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5	
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,04	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,9	0	6,6	0,4	
Итого за обед			800	28,75	25,83	87,42	703,65	0,29	11,7	33,4	0,4	2,83	0,39	202,95	277	0,01	287	0	56,7	2,72
Всего за день				46,19	39,27	178,7	1266,72	0,57	24,9	33,4	1,02	5,73	0,56	419,65	500	0,04	631	0	114,5	5,95

№ рецептуры	День 2. Наименование блюда Возраст 11-17 лет. Льготная категория. ГПЦ	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		B1	C	A	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
	Завтрак																		
209/2015	Яйца вареные	48	6,1	5,52	0,34	75,41	0,03	0	100	0	0,8	0,18	32	76,8	0	56	0	4,8	1
302/2004	Каша вязкая овсяная молочная	250	9,37	17,25	40,75	357,5	0,18	0,86	30	0,22	1,4	0	209,2	190,87	0,005	155	0	41	1,25
686/2004	Чай с лимоном, 200/15/7	222	0,3	0	15,2	60	0	5,25	0			0	5,25	4,4		21,3		4,4	0,36
гост	Хлеб пшеничный.	40	3,4	0,4	19,6	96	0,07	0	0	0	0,6	0	9,2	34,8	0,02	69,78	0	13,2	0,8
	Итого за завтрак	560	19,17	23,17	75,89	588,91	0,28	6,11	130,00	0,22	2,80	0,18	255,65	306,87	0,03	302,08	0,00	63,40	3,41
	Обед																		
134/2004	Суп крестьянский с крупой (со сметаной)	305	3,25	7,11	17,31	147,1	0,04	5	0	0,21	1,9	0	61	98	0,015	208,12	0	32	0,8
498/2004	Котлеты рубленные из птицы (с соусом)	100	14,4	13,61	14,11	237,78	0,06	0,45	37,1	0	0,75	0,1	87,43	72,16	0,01	114,67	0	22,08	0,92
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116,4	101,4	0,02	44,4	0	15,37	0,85
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за обед	830	26,1	28,4	101,3	770,88	0,203	5,48	71,1	1,18	3,59	0,13	281,7	304,36	0,045	377,79	0	80,45	3,35
	Всего за день		45,27	51,57	177,21	1359,79	0,48	11,59	201,10	1,40	6,39	0,31	537,37	611,23	0,07	679,87	0,00	143,85	6,76

№ рецептуры	День 3 Наименование блюда Возраст 11-17 лет.	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
	Завтрак																		
444/1994	Грудка куриная тушеная	110	10,1	8,6	7,6	140	0,1	0,74	18,64	0	0,98	0	24	72	0	94	0	16,2	0,6
310/2004	Каша вязкая гречневая	200	8,4	10,4	41,78	294,31	0,1	0,08	20	0,3	1	0,2	73,1	67	0	56	0	12	0,7
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за завтрак	555	20,65	19,3	76,98	555,31	0,235	0,85	38,64	0,65	2,02	0,2	114	171,8	0	161	0	39,2	2,08
	Обед																		
143/2004	Суп с макаронными изделиями и картофелем	300	3,24	3,48	11,88	92,4	0,13	9,9	0			0,07	35,04	81,08	0,01	578	0	32,8	1,3
390/2004	Котлета рыбная любительская (с соусом)	100	11,76	8,89	13,91	185,33	0,09	3,25	0	0	1,4	0,02	168	124,7	0	107	0	23	0,9
520/2004	Пюре картофельное	150	2,3	4,8	20,7	132,48	0,03	1,4	16	0,4	1,1	0	102,9	64,6	0	84,3	0	16,1	0,4
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,77	0,16	9,84	47,88	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,9	0	6,6	0,4
	Итого за обед	815	21,22	17,63	83,93	579,09	0,32	14,58	16	0,75	2,84	0,09	327,4	320,6	0,02	815	0	89,5	3,78
	Всего за день		41,87	36,93	160,91	1134,4	0,555	15,43	54,64	1,4	4,86	0,29	441,4	492,4	0,02	975	0	129	5,86

№ рецептуры	День 4 . Наименование блюда Возраст 11-17 лет.	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
	Завтрак																		
366/2004	Запеканка из творога с повидлом	110	14,81	15,9	32,05	330,4	0,07	0,3	0	0,08	0,4	0,03	28,63	69,54	0	78,4	0	17,42	0,6
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб пшеничный.	40	3,4	0,4	19,6	96	0,07	0	0	0	0,6	0	9,2	34,8	0,02	69,78	0	13,2	0,8
	Итого за завтрак	365	18,41	16,3	66,65	484,4	0,14	0,33	0	0,08	1	0,03	48,93	107,1	0,02	156,8	0	32,02	1,68
	Обед																		
124/2004	Ши из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	305	2,53	5,91	12,15	113,5	0,15	15,75	38,75	0,15	1,7	0,15	104	84	0	107	0	22,1	1,2
тпк	Гречка по-купечески	235	19,04	18,57	42,54	420,65	0,03	5,82	33,42	0	0,69	0,33	146,9	153,4	0	68	0	10	0,3
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4
	Итого за обед	805	25,42	24,98	92,09	703,15	0,25	21,6	72,17	0,5	2,73	0,48	272,4	287,6	0,01	220,5	0	49,7	2,68
	Всего за день		43,83	41,28	158,7	1187,6	0,39	21,93	72,17	0,58	3,73	0,51	321,3	394,7	0,03	377,3	0	81,72	4,36

№ рецептуры	День 5. Наименование блюда Возраст 11-17 лет. Льготная категория. ГПД	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
Завтрак																			
658/1983	Биточки (мясные) с соусом	100	9,03	8,25	10,64	217,6	0,19	0,1	20	0	0,98	0,02	98,1	37,15	0	4	0	16,7	0,5
516/2004	Макаронные изделия отварные	200	9,3	10	44,2	304	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116,39	101,4	0,02	44,4	0	15,4	0,9
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,3
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
Итого за завтрак			565	22,18	18,75	690,6	0,328	0,13	54	0,97	2,22	0,05	235,99	188,8	0,03	93,89	0	49,7	2,6
Обед																			
138/2004	Суп картофельный с крупой	300	3	3,6	21,96	135,6	0,11	9,9	0	0,03	1,3	0,06	32,04	67,16	0	557	0	27,2	0,9
619/1983	Печень по-строгановски	100	13,6	13,6	3,9	195	0,06	0,45	37,1	0	0,75	0,1	87,43	72,16	0,01	114,67	0	22,1	0,9
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	9,3	10	44,2	304	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116,39	101,4	0,02	44,4	0	15,4	0,9
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,3
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4
Итого за обед			845	29,75	27,7	107,46	0,308	10,38	71,1	1	3,29	0,19	257,36	290,9	0,04	761,6	0	82,3	3,9
Всего за день			51,93	46,45	199,7	1494,2	0,636	10,51	125,1	1,97	5,51	0,24	493,35	479,7	0,07	855,5	0	132	6,4

№ рецептуры	День 6 Наименование блюда Возраст 11-17 лет. Льготная категория. ГПД	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe	
Завтрак																				
209/ 2015	Яйца вареные	48	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03	0	100	0	0,8	0,18	32	76,8	0	56	0	4,8	1	
тк/ 2021	Каша молочная "Дружба"	270	9,92	13,6	43,8	337,28	0,1	0	20	0	0,3	0	26	53	0	130	0	27	0,34	
686/ 2004	Чай с лимоном, 200/15/7	222	0,3	0	15,2	60	0	5,25	0			0	5,25	4,4		21,3		4,4	0,36	
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4	
Итого за завтрак			560	17	18,4	69,08	508,12	0,165	5,25	120	0	1,4	0,18	67,85	151,6	0,01	242,2	0	42,8	2,1
Обед																				
110/ 2004	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	305	2,53	6,99	15,87	135,1	0,05	10,6	0	0,18	0,6	0,04	39,78	43,7	0	162	0	20,9	1,25	
668/ 1983	Тефтели мясные в соусе	100	15,2	15,5	19,44	278,06	0,2	0	40	0,25	0,8	0	132	115,5	0,01	64	0	21	0,5	
510/ 2004	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,1	26,8	205,2	0,02	12,4	0	0,09	0,3	0,28	117	80	0,01	26,4	0	8,8	0,2	
685/ 2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28	
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5	
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4	
Итого за обед			850	26,98	31	99,51	787,36	0,34	23,03	40	0,87	2,04	0,32	310,28	289,4	0,03	297,9	0	68,3	3,13
Всего за день			43,98	49,4	168,59	1295,5	0,505	28,28	160	0,87	3,44	0,5	378,13	441	0,04	540,1	0	111,1	5,23	

№ рецептуры	День 7. Наименование блюда Возраст 11-17 лет. Льготная категория. ГЦД	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
	Завтрак																		
ТТК	Капуста тушеная по-домашнему с мяс. фаршем	200	11,5	15,4	8,3	300,5	0,14	0,86	30	0,22	1,4	0	40	92	0,01	140	0	38	1,5
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	40	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за завтрак	455	13,65	15,7	35,9	421,5	0,175	0,89	30	0,57	1,44	0	56,9	124,8	0,01	150,6	0	49	2,28
	Обед																		
135/2004	Суп из овощей со сметаной	305	2,77	6,03	15,03	126,7	0,07	6,6	0	0,02	0,87	0,04	21,36	44,77	0	371	0	18,2	0,6
658/1983	Шницель (мясной) с соусом	100	10,04	12,5	17,29	221,82	0,19	0,1	20	0	0,98	0,02	98,1	37,15	0	4	0	16,7	0,53
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116,4	101,4	0,02	44,4	0	15,4	0,85
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4
	Итого за обед	850	22,96	26,41	112,02	782,52	0,398	6,73	54	0,99	3,09	0,09	257,4	233,5	0,03	464,9	0	67,8	3,16
	Всего за день		36,61	42,11	147,92	1204,02	0,573	7,62	84	1,56	4,53	0,09	314,3	358,3	0,04	615,5	0	117	5,44

№ рецептуры	День 8. Наименование блюда Возраст 11-17 лет. Льготная категория. ГЦД	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		B1	C	A	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe	
Завтрак																				
70-71/2015	Салат из свеклы	100	0,48	0	1,68	8,64	0,03	3,3	0	0	0,4	0	12,2	16,2	0,02	0	0	7	0,1	
642/1983	Плов	195	11,6	15,11	40,37	343,88	0,07	8,8	48,75	0,05	1,46	0,09	78	48,5	0	86,19	0	9,17	0,68	
686/2004	Чай с лимоном, 200/15/7	222	0,3	0	15,2	60	0	5,25	0			0	5,25	4,4		21,3		4,4	0,36	
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5	
Итого за завтрак			547	14,33	15,41	69,85	475,52	0,135	17,35	48,75	0,4	1,9	0,09	101	99,1	0,02	109,5	0	30,2	1,64
Обед																				
139/2004	Суп картофельный с бобовыми	300	7,44	6,72	26,76	200,4	0,28	7	0	0,03	2,4	0,08	51,2	105,7	0	567,3	0	42,7	2,46	
498/2004	Котлеты рубленые из птицы (с соусом)	100	11,48	12,17	19,8	234,65	0,06	0,45	37,1	0	0,75	0,1	87,4	72,16	0,01	114,67	0	22,1	0,92	
482/1995	Капуста тушеная	180	5,25	6,15	35,3	221	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116	101,4	0,02	44,4	0	15,4	0,85	
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28	
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5	
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4	
Итого за обед			845	28,02	25,54	119,26	825,05	0,478	7,48	71,1	1	4,39	0,21	277	329,5	0,04	771,9	0	97,8	5,41
Всего за день				42,35	40,95	189,11	1300,57	0,613	24,83	119,9	1,4	6,29	0,3	378	428,6	0,06	881,4	0	128	7,05

№ рецептуры	День 9 . Наименование блюда Возраст 11-17 лет. Льготная категория. ГПД	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	В2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe	
Завтрак																				
338/2015	Фрукты свежие (не менее 1000г)	60	2	0	12	70	0,1	21	0	0,64	1,4	0,18	24,6	19,2	0	6	0	8	1,8	
302/2004	Каша вязкая овсяная молочная	250	9,37	17,25	40,75	357,5	0,18	0,86	30	0,22	1,4	0	209,2	190,9	0,005	155	0	41	1,25	
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28	
гост	Хлеб пшеничный.	40	3,4	0,4	19,6	96	0,07	0	0	0	0,6	0	9,2	34,8	0,02	69,78	0	13,2	0,8	
Итого за завтрак			565	14,97	17,65	87,35	0,35	21,89	30	0,86	3,4	0,18	254,1	247,7	0,025	239,4	0	63,6	4,13	
Обед																				
143/2004	Суп с макаронными изделиями и картофелем	300	3,24	3,48	11,88	92,4	0,13	9,9	0			0,07	35,04	81,08	0,01	577,7	0	32,76	1,3	
436/2004	Жаркое по домашнему	210	17,8	9,8	21,16	250	0,19	0,1	20	0	0,98	0,02	98,1	37,15	0,001	4	0	16,7	0,53	
686/2004	Чай с лимоном, 200/15/7	222	0,3	0	15,2	60	0	5,25	0			0	5,25	4,4		21,3		4,4	0,36	
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4	
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5	
Итого за обед			782	21,75	10,3	58,76	0,39	15,25	20	0,35	1,32	0,09	148,8	170	0,021	639,9	0	70,06	3,09	
Всего за день				36,72	27,95	146,1	1002,5	0,74	37,14	50	1,21	4,72	0,27	402,9	417,7	0,046	879,3	0	133,7	7,22

№ рецептуры	День 10 . Наименование блюда Возраст 11-17 лет. Льготная категория. ГПД	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
	Завтрак																		
388/	Котлеты рыбные (с соусом)	100	14,3	12,6	16,1	235	0,1	6,4	20	0,05	1	0,04	63,5	77	0,01	135	0	12,5	1,1
511/2004	Рис отварной	200	3,75	6,15	33,55	228	0,05	4,76	22,66	0	0,9	0,09	38,53	28,33	0	107,3	0	10,2	0,17
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за завтрак	545	20,2	19,05	77,25	584	0,185	11,19	42,66	0,4	1,94	0,13	118,9	138,1	0,01	252,9	0	33,7	2,05
	Обед																		
132/2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	305	3,73	6,15	24,27	169,9	0,15	15,75	38,75	0,15	1,7	0,15	104	84	0	107	0	22,1	1,2
670/1983	Фрикадельки с соусом	100	15	14,2	14,4	248	0,1	0,74	18,64	0	0,98	0	24	72	0,0013	94	0,03	16,22	0,6
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	8,4	9	39,8	273,8	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116,4	101,4	0,02	44,4	0	15,37	0,85
685/2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4
	Итого за обед	850	30,98	29,85	115,87	860,7	0,388	16,52	91,39	1,12	3,92	0,18	265,9	307,6	0,0313	290,9	0,03	71,29	3,83
	Всего за день		51,18	48,9	193,12	1444,7	0,573	27,71	134,1	1,52	5,86	0,31	384,8	445,7	0,0413	543,8	0,03	104,99	5,88

СТОИМОСТЬ горячего питания (завтрак)
50 рублей в день

СОСТАВЛЯЕТ

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ горячего питания (обед)
СОСТАВЛЯЕТ 70,10 рублей в день

Накопительная ведомость (пищевые вещества и энергетическая ценность) за 10 дней
Возраст 11-17 лет. Льготная категория.

Пищевые вещества, энергетическая ценность	Б	Ж	У	Ккал
День 1	46,19	39,27	178,66	1266,72
День 2	45,27	51,57	177,21	1359,79
День 3	41,87	36,93	160,91	1134,4
День 4	46,19	39,27	178,66	1266,72
День 5	43,98	49,44	168,59	1295,48
День 6	51,93	46,45	199,7	1494,2
День 7	36,61	42,11	147,92	1204,02
День 8	42,35	40,95	189,11	1300,57
День 9	36,72	27,95	146,11	1002,5
День 10	51,18	48,9	193,12	1444,7
всего за 10 дней	442,29	422,84	1739,99	12769,1
суточная норма: завтрак, обед (50-60%)	45г-54г	45г-55,2г	181,5г-229,75г	1310-1632
норма за 10 дней	450г-540г	450г-552г	1815г-2297,5г	13100-16320
отклонения от нормы	0	0	0	0