



УТВЕРЖДАЮ:

Директор начальной школы
детского сада №115

 Н. Н. Зеленцова
Пр. № 177 от «01 » 09 2025г

**Перспективное двухнедельное меню
Муниципального общеобразовательного учреждения
«Начальная школа – детский сад №115»
(разработано согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20
«Санитарно-эпидемиологические требования
к организации общественного питания населения)**

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества,мг				№ рецептуры
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe	
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ															
День 1 (понедельник)															
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная вязкая	205	8,76	8,15	44,20	274	0,00	0,16	0,00	1,60	129,12	112,00	42,00	1,40	№161-1994
	Сыр порционнo	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,54	64	0,00	0,05	0,00	0,05	6,60	25,80	10,20	0,60	Сб.рец.1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,04	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		465	13,70	20,55	71,88	578	0,10	0,22	0,16	1,83	329,72	266,80	68,20	2,96	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	9,62	6,32	17,77	162	0,00	0,06	24,80	0,64	33,92	39,97	16,80	0,61	№138-1994
	Котлеты, биточки, шницель (шницель)	90	12,16	21,49	15,95	315	0,00	0,06	0,00	0,56	33,75	207,00	34,87	1,68	№416-1994
	Макаронные изделия отварные	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	31,46	118	0,00	0,00	50,00	0,20	12,00	6,00	2,00	0,20	№591-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		700	31,77	33,24	110,08	935	0,00	0,32	74,80	4,84	146,48	411,47	96,33	5,31	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка творожная со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№297-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		420	23,37	16,57	62,74	490	0,13	0,24	0,60	2,80	287,00	447,00	83,00	3,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1585	68,84	70,36	244,7	2003,4	0,23	0,78	75,56	9,47	763,2	1125,27	247,53	11,27	

День 2 (вторник)

ЗАВТРА	Печень по-строгановски	100	13,10	10,60	6,80	207	5,54	0,22	6,48	1,52	11,20	219,20	16,00	4,56	№387,553-1994
	Рис отварной	150	3,86	5,22	41,81	219	0,00	0,12	0,00	0,60	32,73	225,00	51,50	1,50	№465-1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		510	20,33	25,19	84,61	665	5,59	0,42	6,48	3,02	68,93	498,20	90,50	7,86	
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,20	7,30	41,85	183	12,0	№132-19	24,8	0,6	33,92	40,00	16,8	0,6	№129-1994
	Котлета по-хлыновски	90	12,50	10,10	5,40	158	0,01	0,10	3,60	0,54	12,60	126,00	19,80	1,80	№417-1994
	Капуста тушеная	150	3,66	3,83	16,62	113,00	0,00	0,05	25,50	1,10	110,38	60,00	30,00	1,20	№482-1994
	Напиток из свежемороженой ягод	200	0,20	0,00	24,80	102	0,00	0,06	44,00	0,20	52,00	28,00	16,00	1,00	№585-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		700	28,46	21,83	90,05	665	12,01	0,34	97,90	3,64	229,30	374,00	116,20	6,52	
УПЛОТНЕНН	Каша молочная														
ЫЙ	пшеничная вязкая	205	11,40	9,40	66,80	398	0,00	0,16	0,00	1,00	129,20	198,00	48,00	3,40	№262-1994
ПОЛД	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
НИК	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		455	63,39	46,83	240,95	562	12,02	0,92	171,00	8,48	576,88	957,00	286,60	17,64	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1665	112,18	93,85	415,61	1891,5	29,62	1,68	275,38	15,14	875,11	1829,2	493,3	32,02	

День 3 (среда)

ЗАВТРА	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	205	8,63	9,52	38,83	266	0,00	0,14	0,00	2,20	141,24	140,00	58,00	1,60	№4-1994
	Какао с молоком	200	3,76	3,90	25,78	148	0,03	0,20	2,60	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	№642-1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Фрукт	100	0,40	0,40	12,80	47	0,00	0,02	5,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,54	64	0,00	0,05	0,00	0,05	6,60	25,80	10,20	0,60	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		545	14,73	22,76	90,05	600	0,08	0,41	7,60	3,15	168,84	184,80	80,20	4,50	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	200	6,43	5,89	11,85	126	0,00	0,02	9,60	0,64	48,00	152,00	20,00	1,00	№110-1994
	Котлеты и биточки рыбные	90	13,35	15,36	15,95	252	0,03	0,09	0,33	2,25	54,00	145,12	27,00	1,01	№324-1994
	Картофель отварной	150	3,07	3,96	29,60	159	0,00	0,22	32,70	2,48	43,23	121,50	49,50	1,80	№470-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		700	27,23	25,81	92,32	775	0,03	0,46	44,43	6,97	183,63	548,62	134,10	5,93	
УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛД НИК	Ежики из говядины с соусом	100/50	26,00	35,00	26,70	530	0,00	0,00	1,50	2,20	28,80	133,80	25,20	2,00	№393-1994
	Овощи по сезону	30	0,21	0,00	0,78	4	0,00	0,03	12,50	0,35	7,00	13,00	10,00	0,45	№30-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	29,48	36,07	63,38	698	0,00	0,11	14,00	3,35	58,80	197,80	58,20	4,25	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1675	71,44	84,64	245,75	2073	0,11	0,98	66,03	13,47	411,27	931,22	272,5	14,68	

День 4 (четверг)

ЗАВТРА	Тефтели мясные с соусом	50/50	11,36	15,20	15,40	240,00	0,24	0,06	0,30	1,90	32,65	87,86	14,22	0,48	№422-1994
	Макаронные изделия отварные	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		510	20,82	29,40	94,92	710	0,29	0,21	0,30	5,04	104,06	180,36	46,28	3,18	
ОБЕД	Рассольник с курой	200	9,62	6,32	17,77	162	0,01	0,07	24,80	0,64	33,92	39,97	16,80	0,61	№129-1994
	Котлета из птицы	90	18,20	13,80	0,00	195	0,08	0,06	0,80	1,80	46,40	86,40	24,00	1,40	№455-1994
	Винегрет овощной	150	2,32	15,30	11,37	159	0,00	0,08	13,65	0,00	31,50	70,60	32,90	1,05	№3-10
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		700	34,52	36,02	64,06	754	0,09	0,34	41,05	4,04	150,22	326,97	111,30	5,18	
УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛД	Каша молочная манная вязкая	205	7,83	7,08	42,20	253	0,06	0,08	0,00	2,60	133,36	64,00	16,00	0,80	1994 т.4
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		410	52,32	60,07	188,45	417	0,15	0,71	56,50	9,04	376,48	642,57	220,80	10,95	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1630	125,49	125,49	347,43	1881	0,53	1,26	97,85	18,12	630,76	1149,90	378,38	19,31	

День 5 (пятница)

ЗАВТРА	Омлет натуральный	120	10,12	15,83	10,97	218	0,26	0,10	0,00	0,90	105,30	377,00	22,10	4,16	№284-1994
	Сыр порционн	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Масло сливочное порционн	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Фрукт	100	0,40	0,40	12,80	47	0,00	0,02	5,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		500	16,69	29,06	59,77	612	0,36	0,21	5,16	2,28	329,30	565,00	67,10	8,42	
ОБЕД	Щи из капусты с картофелем	200	6,44	6,11	8,72	113	0,02	0,06	24,70	0,64	33,95	39,98	16,89	0,61	№120-1994
	Шницель рыбный	90	13,35	15,36	15,95	252	0,03	0,09	0,33	2,25	54,00	145,12	27,00	1,01	№324-1994
	Картофельное пюре	150	3,69	5,28	29,89	175	0,03	0,17	6,30	0,17	78,03	95,20	34,00	1,19	№472-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		700	27,86	27,35	89,48	778	0,08	0,45	33,13	4,66	204,38	410,30	115,49	4,93	
УЖИН	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№296-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		420	23,37	16,57	62,74	490	0,13	0,24	0,60	2,80	287,00	447,00	83,00	3,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1756	203,92	208,98	337,99	2016	136,6	136,9	174,89	145,74	956,68	1558,3	401,59	152,35	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ		8311	480,68	502,1	1591,48	9864,8	167,1	141,6	689,71	201,94	3637,02	6593,89	1793,3	229,63	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА НЕДЕЛЮ		1662,2	96,136	100,42	395,84	2296,5	33,41	28,32	137,942	40,388	727,404	1318,78	358,66	45,926	

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

День 6 (понедельник)

ЗАВТРА	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	205	8,63	9,52	38,83	266	0,00	0,14	0,00	2,20	141,24	140,00	58,00	1,60	№4-1994
	Сыр порционнo	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		485	3,37	9,37	36,00	239	0,05	0,08	0,00	0,90	25,00	54,00	23,00	1,80	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	200	5,88	1,97	15,22	98	0,02	0,08	0,14	0,00	22,82	141,22	37,88	1,01	№131-1994
	Азу	100	16,65	16,07	4,38	225	0,07	0,08	2,56	4,00	38,00	180,00	24,00	1,90	Сб.реп.2015
	Рис отварной	150	3,86	5,22	41,81	219	0,00	0,12	0,00	0,60	32,73	225,00	51,50	1,50	№465-1994
	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	31,46	118	0,00	0,00	50,00	0,20	12,00	6,00	2,00	0,20	№591-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		710	30,29	23,86	94,25	769	0,09	0,41	52,70	6,00	125,95	672,22	148,98	6,53	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОДНИК	Запеканка творожная со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№297-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		420	23,37	16,57	62,74	490	0,13	0,24	0,60	2,80	287,00	447,00	83,00	3,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1615	57,03	49,8	192,99	1498	0,27	0,73	53,3	9,7	437,95	1173,22	254,98	11,33	

День 7 (вторник)

ЗАВТРАК	Тефтели мясные с соусом	70/30	11,36	15,20	15,40	240,00	0,24	0,06	0,30	1,90	32,65	87,86	14,22	0,48	№219-1994
	Макаронные изделия отварные	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп. 1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		510	20,82	29,40	94,92	710,00	0,29	0,21	0,30	5,04	104,06	180,36	46,28	3,18	
ОБЕД	Свекольник	200	8,45	7,65	19,03	175	0,00	0,05	10,80	0,80	58,00	200,00	30,00	1,30	№193-1994
	Картофельное пюре	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Биточки рыбные	90	13,35	15,36	15,95	252	0,03	0,09	0,33	2,25	54,00	145,12	27,00	1,01	№324-1994
	Овощи по сезону	60	0,42	0,00	1,56	8	0,00	0,03	25,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,45	№30-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.реп. 1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		750	32,69	28,44	114,98	904	0,03	0,37	37,93	7,59	210,81	539,62	123,66	5,78	
УЗНАКОМЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша молочная пшеничная вязкая	205	8,76	8,15	44,20	274	0,00	0,16	0,00	1,60	129,12	112,00	42,00	1,40	№161-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп. 1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		455	101,60	104,87	440,98	438	0,40	1,27	76,16	23,52	702,80	1476,60	381,60	19,74	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1715	155,11	162,71	650,88	2052	0,72	1,85	114,39	36,15	1017,67	2196,58	551,54	28,7	

День 8 (среда)

ЗАВТРА	Каша молочная манная вязкая	205	7,83	7,08	42,20	253	0,06	0,08	0,00	2,60	133,36	64,00	16,00	0,80	1994 т.4
	Кофейный напиток на молоке	200	2,58	2,76	22,52	122	0,00	0,02	0,40	0,00	34,00	50,00	0,00	0,00	№762-1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Фрукт	100	0,40	0,40	12,80	47	0,00	0,02	5,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		565	13,98	19,61	98,52	604	0,11	0,20	5,40	3,90	199,36	176,00	45,00	4,10	
ОБЕД	Щи из капусты с картофелем	200	6,44	6,11	8,72	113	0,02	0,06	24,70	0,64	33,95	39,98	16,89	0,61	№120-1994
	Жаркое по-домашнему	180	11,70	11,97	25,38	250	0,18	0,08	5,38	0,64	13,12	223,00	17,40	1,64	№394-1994
	Овощи по сезону	30	0,21	0,00	0,78	4	0,00	0,03	12,50	0,35	7,00	13,00	10,00	0,45	№30-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		640	22,73	18,68	69,80	605	0,20	0,30	44,38	3,23	92,47	405,98	81,89	4,82	
УПЛОТ НЕНН ЫЙ ПОЛД	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№296-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		420	23,37	16,57	62,74	490	0,13	0,24	0,60	2,80	287,00	447,00	83,00	3,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1625	60,08	54,86	231,06	1698,9	0,44	0,74	50,38	9,93	578,83	1028,98	209,89	11,92	

День 9 (четверг)

ЗАВТРА	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,71	5,38	41,25	234	0,00	0,12	0,00	1,35	18,00	108,00	73,50	2,40	№463-1994
	Тефтели мясные с соусом	50/50	11,36	15,20	15,40	240,00	0,24	0,06	0,30	1,90	32,65	87,86	14,22	0,48	№422-1994
	Масло сливочное порционнo	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		510	22,44	29,95	92,65	713	0,29	0,26	0,30	4,15	75,65	249,86	110,72	4,68	
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями , с курицей	200	9,70	10,86	13,78	188	0,04	0,14	0,00	1,20	30,40	96,80	14,40	0,79	№148-1994
	Котлета из птицы	90	18,20	13,80	0,00	195	0,08	0,06	0,80	1,80	46,40	86,40	24,00	1,40	№455-1994
	Капуста тушеная	150	3,66	3,83	16,62	113	0,00	0,05	25,50	1,10	110,38	60,00	30,00	1,20	№482-1994
	Напиток из свежемороженой ягод	200	0,20	0,00	24,80	102	0,00	0,06	44,00	0,20	52,00	28,00	16,00	1,00	№585-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		700	35,66	29,09	56,58	707	0,12	0,44	70,30	5,50	259,58	391,20	118,00	6,31	
УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛД НИК	Каша молочная вязкая "Дружба"	205	7,62	7,71	44,44	267	0,03	0,06	0,61	2,20	125,24	76,33	18,16	0,39	№4-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Плюшка с маком	70	4,90	1,57	44,34	197	0,00	0,09	4,10	1,20	21,48	82,24	24,00	1,10	№687-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		525	15,79	10,35	124,68	628	0,03	0,23	4,71	4,20	169,72	209,57	65,16	3,29	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1735	73,89	69,39	273,91	2048	0,44	0,93	75,31	13,85	504,95	850,63	293,88	14,28	

День 10 (пятница)

ЗАВТРА	Омлет натуральный	120	10,12	15,83	10,97	218	0,26	0,10	0,00	0,90	105,30	377,00	22,10	4,16	№284-1994
	Сыр порционн	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Масло сливочное порционн	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп. 1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		400	16,29	28,66	46,97	565	0,36	0,19	0,16	1,88	310,30	549,00	55,10	6,12	
ОБЕД	Рассольник	200	9,62	6,32	17,77	162	0,01	0,07	24,80	0,64	33,92	39,97	16,80	0,61	№129-1994
	Котлета по-хлыновски	90	12,50	10,10	5,40	158	0,01	0,10	3,60	0,54	12,60	126,00	19,80	1,80	№417-1994
	Икра свекольная	150	2,10	9,40	8,40	127	0,00	0,04	5,40	0,00	52,00	0,00	0,00	1,20	№75-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.реп. 1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		700	28,60	26,42	66,49	685,00	0,02	0,34	35,60	2,78	136,92	295,97	74,20	5,73	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша молочная рисовая вязкая	205	8,76	8,15	44,20	274	0,00	0,16	0,00	1,60	129,12	112,00	42,00	1,40	№4-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.реп. 1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		400	12,23	9,22	95,10	498	0,00	0,24	0,10	2,40	152,12	163,00	65,00	3,20	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	57,12	64,3	208,56	1748	0,38	0,77	35,86	7,06	599,34	1007,97	194,3	15,05	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:		8190	291,37	297,75	1385,7	11926	2,25	5,02	329,24	76,69	3138,74	6257,38	1504,59	81,28	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА НЕДЕ		1638	58,274	59,55	277,14	2385,2	0,45	1,004	65,848	15,338	627,748	1251,48	300,918	16,256	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 10 ДН		1650	77,21	79,99	336,49	2341	16,93	14,66	101,90	27,86	1053,90	1155,42	329,79	31,09	

Б: Ж: У
77,21 79,99 336,49
1 1 4,2

Нормативная документация:

1. Сборник технологических нормативов,рецептур блюд и выпечных изделий для общеобразовательных учреждений
Сост. Г.В.Мараухина, И.В.Мозгот, И.Ю.Яланузян - Ярославль: ГОУ ЯО "Центр детей и юношества"- 2006г.