Согласовано: Утверждаю

ТО Управления Роспотребнадзора Директор МБОУ Березовская СОШ

По Брянской области \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.Ю. Шалов

\_\_\_ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_» 2020г.

**Примерное меню для учащихся школьной столовой на 2020-2021 год**

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 12-18 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) | Витамины (мп) | | | | Минеральные вещества (мп) | | | | | |
| Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | | Мg | Fe | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | | 14 | 15 | |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 302 | Каша овсяная молочная | 1/200 | 6 | 9,4 | 37,1 | 265,1 |  |  |  |  | 21,3 | |  | 5,3 | | 0,4 |
| 769 | Хлеб пшеничный | 1/50 | 3,74 | 6,6 | 30,4 | 197,8 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
| 638 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 2,6 | 0 | 29 | 112,4 |  |  |  |  | 6,4 | |  | 0 | | 0,18 |
| Тк-3 | Сыр тв.(Российский) | 1/20 | 4,8 | 3,9 | 0,06 | 62,6 |  |  |  |  | 6,8 | |  | 2,3 | | 0,6 |
|  | Сдоба с повидлом | 1/50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
|  | Суп картофельный с горохом | 250 | 3,26 | 6,24 | 31,1 | 188,4 | 0,2 | 6,25 |  |  | 45 | | 137,5 | 37,5 | | 2,25 |
| 19 | Салат из свежих помидоров | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 89,5 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
| 243 | Колбаса отварная | 1/80 | 12 | 15 | 20 | 215,1 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
| 309 | Макароны отварные | 1/150 | 7,95 | 7,2 | 42,8 | 269,1 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 278 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 110 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Батон нарезной | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1702,7** | **0,28** | **29,07** |  |  | **164,1** | | **164,4** | **100,07** | | **5,4** |
| **ВТОРНИК** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 340 | Омлет натуральный | 1/150 | 11 | 16,3 | 2,9 | 230,5 |  |  |  |  | 7,5 | |  | 10,2 | | 0,2 |
| 692 | Какао с молоком | 1/200 | 3,4 | 3,5 | 29 | 149,6 |  |  |  |  | 6 | |  | 0,5 | | 0,4 |
| ТК-7 | Хлеб из пшенич.муки "Домашний" | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53,2 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
| 772 | Рулет с маком | 1/100 | 12 | 11,3 | 13,7 | 240,1 |  |  |  |  | 7,8 | |  | 10,5 | | 0,3 |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 170 | Борщ с мясом кур | 250/40 | 2,52 | 4,65 | 19,12 | 150 |  | 6,25 |  |  | 51,5 | |  |  | | 1,2 |
| 437 | Гуляш из мяса птицы | 50/90 | 14,1 | 17,1 | 4 | 156 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
| 348 | Каша гречневая | 1/150 | 5,25 | 7,2 | 59 | 321,8 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 278 | Компот из изюма | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 99,1 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Сыр твердый | 1/45 | 9,2 | 11,6 | 0 | 138 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
|  | Батон нарезной | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1961,5** | **0,04** | **15,59** |  |  | **177,2** | | **28,9** | **132,9** | | **3,67** |
| **СРЕДА** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 516 | Макаронные изделия отварные | 1/150 | 5,2 | 6,1 | 35 | 220,9 |  |  |  |  | 7,5 | |  | 10,2 | | 0,2 |
|  | Колбаса отварная | 1/50 | 6,4 | 11,1 | 0,7 | 128,5 |  |  |  |  | 10 | |  | 2,3 | | 1 |
| ТК-7 | Хлеб пшеничный | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53,2 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
| 685 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0 | 15 | 58,2 |  |  |  |  | 6 | |  | 0 | | 0,4 |
|  | Слойка «улитка с сах.пудрой» | 1/50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 19 | Салат из свежей капусты и моркови | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 89,5 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
| 204 | Суп Картофельный с рисом | 250 | 3,74 | 3,44 | 28 | 146 |  | 7 |  |  | 37,6 | |  |  | | 0,6 |
| 309 | Картофельное пюре | 200 | 4,13 | 6,94 | 24,27 | 170,3 | 0,13 | 3,6 |  |  | 32,9 | |  |  | | 0,6 |
| 388 | Рыба жареная | 1/80 | 10,4 | 7,04 | 12,16 | 179,8 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
|  | Батон нарезной | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
|  | Масло слив. порционное | 1/10 | 0,02 | 16,6 | 0,12 | 154,1 | 0,05 | 0,5 |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 636 | Компот из чернослива | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 92,5 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1485,9** | **0,26** | **33,92** |  |  | **178,6** | | **26,9** | **68,1** | | **4,77** |
| **ЧЕТВЕРГ** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 302 | Каша пшенная молочная | 1/200 | 6 | 9,2 | 31,8 | 240,1 |  |  |  |  | 13,2 | |  | 15,5 | | 0,5 |
| ТК-7 | Хлеб из пшенич.муки "Домашний" | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53,2 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
| Тк-3 | Сыр тв.(Российский) | 1/20 | 4,8 | 3,9 | 0,06 | 62,6 |  |  |  |  | 6,8 | |  | 2,3 | | 0,6 |
| 685 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0 | 15 | 58,2 |  |  |  |  | 6 | |  | 0 | | 0,4 |
|  | Сдоба лакомка со вкусом абрик | 1/70 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 19 | Салат из свежих помидоров | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 89,5 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
| 102 | Суп картоф с верм.на кур.бул | 250/50 | 3,8 | 3,8 | 26,7 | 175 | 0,05 | 0,08 |  |  | 28 | | 236 | 21 | |  |
| 601 | Плов с мясом кур | 200 | 24,7 | 9,48 | 40,47 | 349,98 |  |  |  |  | 0,8 | | 27,3 | 8,4 | | 0,3 |
| 278 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 110 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Батон нарезной | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1571,38** | **0,13** | **22,8** |  |  | **127,1** | | 288,2 | 94,9 | | **4,27** |
| **ПЯТНИЦА** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 297 | Каша гречневая рассыпчатая | 1/150 | 8,7 | 7,8 | 32,6 | 240,1 |  |  |  |  | 7,8 | |  | 10,5 | | 0,3 |
|  | Сосиска отварная | 1/60 | 7,6 | 13,3 | 0,9 | 154,6 |  |  |  |  | 12 | |  | 10 | | 0,9 |
| ТК-7 | Хлеб из пшенич.муки "Домашний" | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53,2 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
| 685 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0 | 15 | 58,2 |  |  |  |  | 6 | |  | 0 | | 0,4 |
|  | Плюшка детская | 1/50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | Салат из свежих помидоров | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 89,5 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
| 15 | Рассольник ленинградский | 250 | 2,1 | 5,11 | 16,72 | 124,11 | 0,1 | 7 |  |  | 47,6 | |  |  | | 0,8 |
| 208 | Капуста тушеная с мясом кур | 100/30 | 2,54 | 3,64 | 10,78 | 68,94 | 0,1 | 7 |  |  | 48 | | 0,6 | 0,04 | |  |
|  | Масло слив. порционное | 1/10 | 0,02 | 16,6 | 0,12 | 154,1 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
|  | Сыр твердый | 1/45 | 9,2 | 11,6 | 0 | 138 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
|  | Батон нарезной | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 278 | Компот из кураги | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 110 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1383,45** | **0,28** | **36,82** |  |  | **206** | | **27,5** | **181,14** | | **2,47** |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 302 | Каша манная молочная | 1/200 | 3 | 8 | 31,6 | 218,9 |  |  |  |  | 7,8 | | 10,5 |  | | 0,3 |
| ТК-7 | Хлеб из пшенич.муки "Домашний" | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53,2 |  |  |  |  | 8,1 | | 10 |  | | 0,3 |
| 769 | Плюшка детская | 1/50 | 3,74 | 6,6 | 30,4 | 197 |  |  |  |  | 8,1 | | 10 |  | | 0,3 |
| 638 | Чай с сахаром | 1/200 | 0,4 | 0 | 10,4 | 120,5 |  |  |  |  | 6,4 | | 0 |  | | 0,18 |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 22 | Салат из свежих помидоров | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 93,9 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
| 187 | Щи из свежей капусты | 250 | 2,52 | 5,94 | 11,78 | 110,8 | 0,07 | 22 |  |  | 50 | | 95 | 22,5 | | 0,75 |
| 295 | Гуляш из мяса кур | 1/70 | 14,1 | 17,1 | 4 | 190,6 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
| 348 | Каша гречневая | 1/150 | 5,25 | 7,2 | 59 | 321,8 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 278 | Компот из изюма | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 99,1 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1504,2** | 0,15 | 44,82 |  |  | **125,8** | | **121,9** | **102,4** | | **2,42** |
| **ВТОРНИК** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 302 | Каша рисовая молочная | 1/200 | 3 | 8 | 31,6 | 218,9 |  |  |  |  | 7,8 | |  | 10,5 | | 0,3 |
| ТК-7 | Хлеб из пшенич.муки "Домашний" | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53,2 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
| 639 | Чай с сахаром | 1/200 | 1,2 | 0 | 31,6 | 126,5 |  |  |  |  | 6,4 | |  | 0 | | 0,18 |
| 772 | Рулет с маком | 1/100 | 12 | 11,3 | 13,7 | 240,1 |  |  |  |  | 7,8 | |  | 10,5 | | 0,3 |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 19 | Салат из свежей капусты и моркови | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 89,5 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
| 94 | Борщ с мясом птицы и сметаной | 220/50/10 | 21,8 | 24,1 | 82,1 | 422,1 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
| 216 | Картофель тушеный | 150 | 3,3 | 11,3 | 28,5 | 229,1 | 0,06 | 5,9 |  |  |  | | 47 | 18,8 | | 0,6 |
|  | Сыр твердый | 1/45 | 9,2 | 11,6 | 0 | 138 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
|  | Батон нарезной | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 636 | Компот из чернослива | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 92,5 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **802,6** | **0,18** | **42,22** |  |  | **112** | | **73,9** | **89,6** | | **3,95** |
| **СРЕДА** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 363 | Пудинг из творога | 1/110 | 5,3 | 8 | 17,3 | 218,9 |  |  |  |  | 7,8 | |  | 10,5 | | 0,3 |
| 648 | Кисель из концентрата | 200/15 | 0,2 | 0 | 42,2 | 162,6 |  |  |  |  | 6 | |  | 0 | | 0,4 |
| 769 | Плюшка детская | 1/50 | 3,74 | 6,6 | 30,4 | 197,8 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
|  | Салат из свеклы и сол. огурцов | 1/50 | 0,68 | 0,76 | 1,75 | 94,35 |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 204 | Суп Картофельный с рисом | 250 | 3,74 | 3,44 | 28 | 146 |  | 7 |  |  | 37,6 | |  |  | | 0,6 |
| 371 | Котлета куриная | 100 | 17,1 | 11 | 3,1 | 179,8 | 19,8 | 39,6 | 99 | 0,5 | 0,01 | | 0,04 | 1,5 | |  |
| 309 | Пюре картофельное | 1/150 | 4,65 | 7,65 | 27,8 | 198,8 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
|  | Батон нарезной | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 278 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 110 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1719,8** | **19,84** | **55,9** | **99** | **0,5** | **106,51** | | **24,94** | **60,5** | | **2,67** |
| **ЧЕТВЕРГ** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 160 | Суп молочный с макаронными изд. | 1/200 | 8,1 | 9,25 | 31,9 | 290,5 |  |  |  |  | 7,5 | |  | 10,2 | | 0,2 |
| 692 | Какао с молоком | 1/200 | 3,4 | 3,5 | 29 | 149 |  |  |  |  | 6 | |  | 0,5 | | 0,4 |
| ТК-7 | Хлеб из пшенич.муки "Домашний" | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53 |  |  |  |  | 8,1 | |  | 10 | | 0,3 |
| Тк-3 | Сыр тв.(Российский) | 1/20 | 4,8 | 3,9 | 0,06 | 62,6 |  |  |  |  | 6,8 | |  | 2,3 | | 0,6 |
|  | Сдоба лакомка абрикос | 1/70 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |
| 19 | Салат из свежей капусты и моркови | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 89,5 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 | |  |  | | 0,6 |
|  | Суп картофельный с горохом | 250 | 3,26 | 6,24 | 31,1 | 188,4 | 0,2 | 6,25 |  |  | 45 | | 137,5 | 37,5 | | 2,25 |
| 243 | Сосиска отварная молочная | 1/80 | 12 | 15 | 20 | 215,1 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | | 2 | 17,6 | |  |
| 309 | Макароны отварные | 1/150 | 7,95 | 7,2 | 42,8 | 269,1 |  |  |  |  | 0,7 | |  | 5,8 | |  |
| 278 | Компот из кураги | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 110 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 | |  | 4,9 | | 0,62 |
|  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | | 24,9 | 11,5 | | 0,45 |
|  |  | **Итого** |  |  |  | **1525,6** | **0,28** | **29,07** |  |  | **149,2** | | **164,4** | **100,3** | | **5,42** |
| **ПЯТНИЦА**   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | 302 | Каша пшенная молочная | 1/200 | 6 | 9,2 | 31,8 | 240 |  |  |  |  | 13,2 |  | 15,5 | 0,5 | | ТК-7 | Хлеб из пшенич.муки "Домашний" | 1/25 | 0,2 | 0,33 | 10,5 | 53,2 |  |  |  |  | 8 |  | 10,5 | 0,3 | | 769 | Плюшка детская | 1/50 | 3,74 | 6,6 | 30,4 | 197,8 |  |  |  |  | 8,1 |  | 10 | 0,3 | | 638 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,4 | 0 | 10,4 | 120,5 |  |  |  |  | 6,4 |  | 0 | 0,18 | |  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | 19 | Салат из свежих помидоров | 1/80 | 0,72 | 3,6 | 3,84 | 89,5 | 0,04 | 13,5 |  |  | 12,5 |  |  | 0,6 | | 15 | Рассольник ленинградский | 250 | 2,1 | 5,11 | 16,72 | 124,11 | 0,1 | 7 |  |  | 47,6 |  |  | 0,8 | | 208 | Капуста тушеная с мясом кур | 100/30 | 2,54 | 3,64 | 10,78 | 68,94 | 0,1 | 7 |  |  | 48 | 0,6 | 0,04 |  | |  | Масло слив. порционное | 1/10 | 0,02 | 16,6 | 0,12 | 154,1 | 0,05 | 0,5 |  |  | 0,7 |  | 5,8 |  | |  | Батон весений | 1/35 | 2,77 | 0,94 | 18,39 | 94,3 |  |  |  |  | 0,7 |  | 5,8 |  | | 636 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 1 | 0,06 | 27,5 | 92,5 | 0,02 | 9,3 |  |  | 28,7 |  | 4,9 | 0,62 | |  | Сыр твердый | 1/45 | 9,2 | 11,6 | 0 | 138 |  | 0,02 |  |  | 24,8 | 2 | 17,6 |  | |  | Хлеб пеклеванный | 1/50 | 4 | 0,66 | 21 | 98,4 | 0,02 |  |  |  | 9,1 | 24,9 | 11,5 | 0,45 | |  |  | **Итого** |  |  |  | **1471,3** | **0,33** | **37,32** |  |  | **207,8** | **27,5** | **81,64** | **3,75** | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Составил соц. педагог Евсикова А.А.