

Согласовано:

Директор МАОУ «Школа №104»

Ворошиловского района

г. Ростова-на-Дону

Рублева О. А.

«01» сентября 2023 г.



Утверждаю:

Директор МУП «Школьное питание»

Ворошиловского района

г. Ростова-на-Дону

Зоренко Н.А.

«01» сентября 2023 г.



Примерное 2-х недельное меню МУП «Школьное питание» на горячее питание для

учащихся с 1 по 4 класс, завтрак стоимостью 76 руб.45 коп., обед 107 руб. 03 коп.

муниципальных школ Ворошиловского р-на

г. Ростова-на-Дону на 2023-2024 г.

осенний, зимний период.

2023г.

День : понедельник
Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1(завтрак)										
/№291 М 2017	Плов из птицы (50/150)	200	18,000	8,94	36,450	298,6	36,09	46,16	54	1,87
/№62 М2017	Овощи по сезону	60	0,84	3,6	4,95	55,6	21,2	24,4	12,4	0,79
ТУ9116-001-12123357	Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,8	11,0	37,0	14,5	0,69
/№376 / 376 М 2017	Напиток	200	0,05	0,015		60,0	9,99	2,52	1,26	0,25
										/
	Итого:	510	23,39	13,71	64,900	531,00				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 3 (обед)										
/№103 М 2017	Суп картофельный с вермишелью	200	2,150	2,27	13,960	94,6	23,36	54,06	21,82	0
№465/687 сб 2004 Л	Котлеты рубл с бел капуста(70/30)	100	9,25	9,6	12,76	185,9	27,4	22,57	1,53	67,3
№302 СБ 2017 М	Каша гречневая	150	8,590	6,12	38,640	243,8	14,82	203,8	135,7	4,5
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1,8	1,8	3,6	39,0	19,8	60,8	20,4	0,68
ТУ9116-001-12123367	Хлебный батон	25	2,25	0,575	11,75	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1,5	0,3	13,15	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
вкт от 20,06,2022(техн)	Напиток	180	0,28	0,07	25,38	104,9	19,94	10,8	10,67	0,24
	Итого:	740	25,820	20,735	119,240	784,08				

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№14сб.2017г	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,0	2,4	3		0,02
/№315 сб 2004 л	Запеканка рисовая с творог125/25	150	9,6	12,45	35,25	298,5	81,71	111,4	15,77	0,54
№432сб.2017г.	Булочка " Алтайская"	40	3,36	1,99	21,83	101,6	9,0	33,0	13,6	33,04
№375 / 376 сб2017 М	Напиток	200	0,07	0,02	15	60,0	11,1	2,8	1,4	0,28
таб. 24 сб. 1994г.	Фрукты	100	13,11	0,00	0,44	51,70				
/	Итого:	510	26,22	21,71	72,65	577,80				
Комплекс: 3 (обед)										
№88 2017 М	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,92	71,8	39,4	39,2	17,7	0,66
/№288 сб 2017 М	Птица отварная	90-100	23,46	25,82	0,5	328,0	56	167,1	20,28	1,82
/№312 2017 м	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,3	36,97	86,59	27,85	1,01
табл.24 сб. 1994г.	Овощи по сезону	60	0,84	4,8	4,9	55,2	2307,0	24,3	12,5	0,8
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,58	11,75	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1,5	0,3	13,15	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
акт от 20.08.2022(техн)	Напиток	180	0,118	0,043	22,08	105,3	12,94	7,5	3,54	0,59
	Итого:	730	32,638	40,303	79,730	813,5				

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№280/330с6 2017г	Фрикадельки в соусе(55/50)	105	8,63	11,55	10,36	183,0	34,7	85,19	13,49	5,24
№302 СБ 2017 М	Каша пшеничная	150	6,3	4,54	38,85	221,3	24	158,85	34,2	2,64
№52 с6 2017 М	Овощи по сезону	60	0,84	3,6	4,95	55,6	21,2	24,4	12,4	0,79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,9	14,11	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№375/376 с6 2017 М	Напиток	180	0,05	0,015	13,5	54,0	9,99	2,52	1,26	0,25
	Итого:	525	18,18	20,61	81,77	584,0				
Комплекс: 3 (обед)										
№102 с6 2017 М	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,21	13,228	118,6	34,14	70,48	28,46	1,64
№496 с6 2004 Л	Котлета из филе птицы панирован	90	18,6	20,16	9	294,3	46,53	6,39	22,43	1,57
№309 с6 2017 М	Макароны отварные	150	5,510	4,51	26,440	168,45	4,86	37,17	21,12	1,15
№47 с6 2017 М	Овощи по сезону	60	1,024	3,002	5,07	51,42	31,34	20,37	9,60	0,4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1,5	0,3	13,15	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№349 с6 2017 М	Напиток	180	0,59	0	25,81	119,32	29,23	21,09	15,71	0,06
	Итого:	730	32,25	29,755	62,993	868,04				

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
/№14 СБ 2017 м	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,0	2,4	3,0	0	0,02
/№16 сБ 2017 М	Сыр твердый	20	4,64	5,9	0	72,0	176,0	100,0	7,0	0,3
311, табл.4 2004г	Кша молочная геркулесовая с сах	250/10	8,31	13,12	37,63	303,0	149,62	234,98	70,82	0,42
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,7	0,9	14,1	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№375 / 376 сБ2017 М	Напиток	200	0,07	0,02	15	60,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	520	18,64	24,70	76,95	571,1				
Комплекс: 3 (обед)										
Прием пищи, наименование блюда										
Масса порции										
Пищевые вещества										
Энергетическая ценность (ккал)										
Минеральные вещества мг. %										
Ca P Mg Fe										
№ рецептуры										
Прием пищи, наименование блюда										
Масса порции										
Пищевые вещества										
Энергетическая ценность (ккал)										
Минеральные вещества мг. %										
Ca P Mg Fe										
/№82,2017г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,440	3,94	8,75	83,0	39,8	43,68	20,9	0,98
/№259,СБ 2017 М	Жаркое по домашнему(40.160)	200	14,040	33,7	18,94	437,7	32,78	205,96	48,96	3,44
табл.24 сБ.1994г.	Овощи по сезону	60	1,5	1,5	3,0	32,5	16,51	60,8	20,4	0,68
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	14,1	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	30	1,8	0,3	15,78	69,0	11,5	53,0	12,5	1,6
акт от 20,08,2022(техн)	Напиток	180	0,28	0,07	25,38	104,9	19,94	10,8	10,67	0,24
	Итого:	700	21,42	39,94	99,03	788,5				

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№239/331 с6 2017г.	Тефтели рыбные(80/50)	130	9,08	8,85	12,9	168,0	70,2	134,6	22,4	0,68
/№304 с6 2017 М	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	1,36	60,94	16,33	0,52
табл.24 с6. 1994г.	Овощи по сезону	60	1,05	2,05	6,48	44,5	10,0	31,0	10,0	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	14,1	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№375 / 376 с62017 М	Напиток	180	0,05	0,015	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	540	16,19	16,59	83,66	546,3				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 3 (обед)										
/№99,2017г.	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,2	27,88	39,42	16,6	0,62
№290/330 с6 2017М	Птица тушен.в с/ соусе /филе/(50/50)	100	11,78	10,32	2,93	150,0	38,9	90,5	13,14	0,91
№302 с6 2017 М	Каша пшенная	150	6,600	5,70	37,800	229,5	134,4	134,4	47,25	1,54
табл.24 с6. 1994г.	Овощи по сезону	60	0,4	0,05	0,85	6,5	11,5	12	7,0	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1,5	0,3	13,15	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№349 с6 2017 М	Напиток	180	0,59	0,08	25,81	119,3	29,23	21,09	15,71	0,062
	Итого:	730	24,39	21,015	89,035	784,1				

День: суббота

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№455/587 с6.2004	Котлета рубл. С белокочан капустой	100	9,25	9,6	12,76	185,9	27,4	94,66	35,4	1,78
№302 СБ 2017 м	Каша пшеничная	150	6,3	4,54	38,84	221,3	24	158,85	34,2	2,64
табл.24 с6.1994г.	Овощи по сезону	60	0,84	3,6	4,9	55,6	21,2	24,37	12,4	0,79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,7	0,9	1,42	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№375 / 376 с62017 М	Напиток(чай с сах)	180	0,05	0,015	13,5	54,0	9,99	2,52	1,26	0,25
	Итого:	520	19,14	23,25	75,69	586,9				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 3 (обед)										
№88 с6 2017 М	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,412	3,96	6,92	71,8	39,4	39,2	17,7	0,66
№496 с6 2004г.	Котлета из филе птицы панирован	90	18,6	20,16	9	294,3	46,53	160,25	22,43	1,57
№302 с6 2017 М	Каша ячневая	150	4,78	4,43	30,87	182,5	39,15	164,4	23,7	0,85
табл.24 с6.1994г.	Овощи по сезону	60	0,95	4,45	3,85	59,5	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1,5	0,3	13,15	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№375 / 376 с62017 М	Напиток	180	0,05	0,015	13,5	54,0	9,9	2,52	1,26	0,25
таб. 24 с6. 1994г.	Фрукты свежие	80-100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30
	Итого:	820	29,942	34,290	87,600	825,0				

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№294/330 с6 2017 М	Биточки рубл из птицы с соус(60/30)	90	53,57	11,08	9,5	182,5	42,01	52,67	14,4	1,04
№302 с6 2017 М	Гречневая каша	150	8,590	6,12	38,640	243,8	14,82	203,8	135,7	4,56
табл24с6.1994г.	Овощи по сезону	60	0,95	4,45	3,85	59,5	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,7	0,3	14,2	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№375/376 с6 2017 М	Напиток	200	0,05	0,015	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	530	65,86	21,965	79,69	609,89				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№96 сс6 2017 М	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	23,32	45,38	19,34	0,74
№260 с6 2017 М	Гуляш (45/45)	90	10,640	28,190	2,890	309	20	128,62	22,39	2,21
табл24 с6.1994г.	Овощи по сезону	60	0,400	0,050	0,850	6,5	11,500	12	7	0,3
№309 с6 2017 М	Макароны отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,4	4,86	37,17	21,12	1,15
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№№375/376 с6 2017 М	Напиток	180	0,05	0,015	13,5	54,0	9,99	2,52	1,26	0,25
	Итого:	730	21,860	37,680	66,785	761,100				

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергическая цен-ть (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№291 с6 2017 М	Плов из птицы 50/150	200	18	8,94	36,45	298,6	36,09	200,22	54	1,87
табл24с6.1994г.	Овощи по сезону	60	1,05	2,05	6,48	53,4	10,0	31,0	10,0	0,4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,7	0,69	14,1	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№769 с6 2004 л	Булка домашняя	50	3,75	6,6	13,68	197,0	9,99	2,52	1,26	0,25
№375/376 с6 2017 М	Напиток	200	0,05	0,015	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	540	25,50	18,28	70,71	619,10				
Комплекс: 3 (обед)										
№82 с6 2017 М	Борщ с капустой и картофелем	200	1,440	3,94	8,75	83,0	39,8	43,68	20,9	0,98
№297 с6 2017 М	Фрикадельки из птицы (масло слив)	90/5	35	18,4	7,29	244,8	43,5	96,39	12,9	1
№302 с6 2017 М	Каша пшенная	150	6,6	5,7	37,8	229,5	16,6	134,4	34	1,55
табл24с6.1994г.	Овощи по сезону	60	1	1,5	3	32,5	16,5	60,8	20,4	0,68
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
акт конт прораб 20,08,22	Напиток	180	0,28	0,07	25,38	104,9	19,94	10,8	10,67	0,24
	Итого:	735	47,970	30,455	95,745	821,3				

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№288 с6 2017 М	Птица отварная	90	21,1	23,24	0,45	295,2	50,4	150,4	18,25	1,64
№304 с6 2017 М	Рис отварной	150	3,650	5,37	36,680	209,7	1,36	60,94	16,33	0,52
№47 с6 2017М	Овощи по сезону	60	1,024	3,002	5,073	51,4	31,3	20,4	9,6	0,4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,7	0,9	14,2	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№375/376 с6 2017 М	Напиток	180	0,05	0,015	13,5	54,0	9,99	2,52	1,26	0,25
	Итого:	510	28,52	32,53	69,90	673,7				
Комплекс: 3 (обед)										
№103 с6 2017 М	Суп картофельный с вермишелью	200	2,150	2,27	13,960	94,6	23,26	54,06	21,82	0
№234/330 с6 2017 М	Котлета рыбная (80/30)	110	9,5	7,6	13,2	158,1	54,2	122,8	20	0,97
№312 с6 2017 М	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,3	36,97	86,59	27,85	1,01
№52 с6 2017	Овощи по сезону	60	0,84	3,6	4,95	55,6	21,2	24,4	12,4	0,79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	11,75	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№375/376 с6 2017 М	Напиток	180	0,05	0,015	13,5	54,0	9,99	2,52	1,26	0,25
	Итого:	750	19,250	19,130	90,140	685,58				

День: четверг
 Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

	Прием пищи,	Масса	Пищевые			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№279.331сб.2017	Тефтели (2ой вариант)	110	6,96	16,11	11,61	223,0	23,65	83,14	16,5	0,68
№ 309 сб.2017 г.	Макароны отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,4	22,91	172,7	24,86	0,53
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0,95	0,32	5,15	32,0	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,7	0,9	14,2	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№379 сб 2017 М	Напиток	180	2,84	2,41	22,31	90,5	113,2	81	12,6	0,12
	Итого:	530	18,96	24,25	79,71	540,4				
	Прием пищи,	Масса	Пищевые			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№99 сб2017г.	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,2	27,88	39,42	16,6	0,62
№268/331 сб 2017 М	Шницель гов (60/30)	90	12,96	18,44	10,8	263,5	15,73	103,71	20,52	1,63
№302 сб 2017 М	Каша пшеничная	150	6,3	4,54	38,85	221,25	24	158,5	135,7	4,5
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0,4	0,05	0,85	6,5	11,5	12,0	7,0	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	11,75	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№349сб 2017 М	Напиток	180	0,59	0,08	25,81	119,5	29,23	21,09	15,71	0,062
	Итого:	730	25,17	27,945	107,73	802,9				

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№15 с6 2017 М	Сыр «Радонеж»	15	3,480	4,430	0,000	54,0	132,00	75,00	5,25	0,15
№14 с6 2017 М	Масло слив.	10	0,080	7,250	0,130	66,1	3,00		0,02	
№175 с6 2017 М	Каша молочная «Дружба»	200/10	6,08	11,18	33,48	260	133,38	156,72	37,22	0,8
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,37	0,25	14,49	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
№375/376 с6 2017 М	Напиток	180	0,05	0,015	13,5	54,0	9,99	2,52	1,26	0,25
табл24 с6.1994г.	Фрукты свежие	100	10,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30
	Итого:	520	22,46	23,525	71,4	539,55				
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 3 (обед)										
№102 с6 2017 М	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,21	13,228	118,6	34,14	70,48	28,46	1,64
№294 с6 2017 М	Котлеты руб. из птицы	90	15,62	8,55	14,54	198,0	53,8	72	19,98	3,26
№302 с6 2017 М	Каша гречневая	150	8,590	6,12	38,640	243,8	14,82	203,8	135,7	4,5
табл24с6.1994г.	Овощи по сезону	60	1,024	3,002	5,07	51,42	31,3	20,4	9,6	0,4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,58	11,75	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
акт конт прораб 20,08,22	Напиток	180	0,12	0,04	22,08	105,30	14,38	7,51	3,54	0,059
	Итого:	720	33,392	22,775	117,658	833,0				

День: суббота
Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№288 с6 2017 М	Рагу из птицы (75/125)	200	14,64	12,16	17,36	237,7	32,66	157,82	41,14	2,08
№52 с6 2017	Овощи по сезону	60	0,84	3,6	4,95	55,6	21,2	24,4	12,4	0,79
№432 с6 2017гМ	Булочка алтайская	50	4,2	2,49	21,83	127,0	11,3	41,3	17	0,75
№375/376 с6 2017 М	Напиток	200	0,07	0,02	15	60,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	510	19,75	18,27	59,14	480,3				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 3 (обед)										
№106/107 с6 2017 М	Суп карт. с рыбными фрикадельками	200/50	10,14	3,990	13,02	139,8	82,08	171,22	53,48	1,46
№204 с6 2017 М	Макароны отварные с сыром	150/20/5	11,810	13,930	43,800	292,6	258,3	40,04	17,78	1,07
Табл 24 с6 1994	Овощи по сезону	60	0,84	4,8	4,9	55,2	23,1	24,3	12,5	0,8
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	9,1	30,8	12,1	0,57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№375/376 с6 2017 М	Напиток	180	0,05	0,02	13,50	54,00	9,99	2,52	1,26	0,25
Табл24 с6. 1994г.	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30
	Итого:	785	26,89	23,980	98,545	704,53				