

Согласовано:

Директор МБОУ «Лицей №102»

Ворошиловского района

г. Ростова-на-Дону

Марченко Т.Г.
« 02 » *августа* 2023 г.

Утверждаю:

Директор МУП «Школьное питание»

Ворошиловского района

г. Ростова-на-Дону

Зоренко Н.А.
« 02 » *августа* 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			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мг	Fe	
Комплекс: 1(Завтрак)											
№291 сб. 2017г.	Пров. из птицы (50/150)	200	16,200	15,8	36,200	358	17,71	46,16	8,43	0,37	
табл. 24 сб. 1994г.	Овощи по сезону	20,50	0,42	0,05	0,42	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	3	4,8	50,4	11,0	37,0	14,5	0,69	
№644,585 сб. 2004г.	Напиток	180	0,063	0,018	28,9	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28	
таб. 24 сб. 1994г.	Фрукты свежие	80-100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30	
	Итого:	570	19,44	19,28	80,120	516,00					
Прем пищи, наименование блюда											
Масса порции			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мг	Fe	
Комплекс: 3 (обед)											
№140в.б.2004г	Суп картофельный с вермишелью	200	2,300	2	16,800	96	21,36	44,78	18,22	0,7	
№449в.585сб.б.2004г.	Котлеты рубо. птицы с/с бел (80/30)	110	13,95	7,53	13,2	204,8	135,85	22,57	1,53	67,3	
№508сб.б. 2004 г.	Каша гречневая	150	8,770	28,98	38,950	268,9	205,55	136,07	4,58	40,5	
табл. 24 сб. 1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,42	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	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	
№639 сб. 2004г.	Напиток	180	10,16	0,16	37,8	132,8	0,16	0,16	1,4	0,28	
	Итого:	750	39,350	39,605	121,495	825,03					

День: вторник
Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %			
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe
№1456-2017г.	Комплекс: 1 (завтрак) Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	2,4	3		0,02
№224 с6. 2017 г.	Запеканка из творога с мор. (130/20)	150	13,54	12,83	42,53	340,0	139	167,63	19,98	0,55
№1326-2017г.	Булочка "Алтайская"	40	6,2	0,49	21,83	127	5,5	9,0	4,2	0,35
№654, 655 с6. 2004г.	Напиток	180	0,053	0,018	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	380	19,88	20,59	77,99	587,09				
№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %			
	Комплекс: 3 (обед)		Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe
№124 с62004г.	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,44	8	70,4	42,47	50,03	22,7	0,87
№487 с62004г.	Птица отварная	100	15,7	8,9	0,4	144,0	59,78	80	22,2	3,63
№520 с6. 2004	Картофельное пюре	150	3,15	15,75	21,9	204,0	33,83	146,69	34,36	2,48
типл. 24 с6. 1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,42	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ915-001-12123387	Хлебный батон	25	2,37	0,25	14,49	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	63,0	12,5	1,6
№631 с6. 2004г.	Напиток	180	4,46	0,3	63	256,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	730	29,200	29,000	121,360	795,9				

День: среда
Неделя: первая

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		Са	Р	Мг	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№280130СБ-2017	Фрикадельки в соусе(55/50)	105	15.5	11	8.7	193.0	2.4	3		0.02
№506 сб 2004 г	Каша пшеничная	150	6.33	12.5	20.35	274.5	200	128	9	0.2
рецип 24 сб 1994г.	Овощи по сезону	20.60	0.21	0.03	9.21	3.3	8.5	18.0	8.4	0.3
Т9115.001-12123357	Хлебный батон	30	2.35	0.3	28.98	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№614.005 сб.2004г.	Напиток	180	0.093	0.018	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	545	24.46	23.85	80.74	594.9				
Комплекс: 3 (обед)										
№139 сб 2004 г.	Суп картофельный с горохом	200	4.96	4.48	17.84	133.6	34.14	70.48	28.46	1.64
№496 сб 2004г.	Котлета из филе птицы пан жарен.	90	20.7	22.4	10	327.0	135.85	22.57	1.53	67.3
№309 сб 2017 г.	Макаронь отварные	150	5.650	4.29	36.090	205	14.92	49.56	11.49	1.15
табли 24 сб 1994г.	Овощи по сезону	20.60	0.42	0.06	0.42	6.6	8.5	18.0	8.4	0.3
Т91115.001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	5.5	9.0	4.2	0.35
ГОСТ 2977-88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№6139 сб.2004г.	Напиток	180	0.16	0.16	57.6	132.8	0.16	0.16	1.4	0.28
	Итого:	730	35.65	32.265	136.475	920.9				

День: четверг
 Неделя: первая
 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		Са	Р	Mg	Fe	
Комплекс: 1 (завтрак)											
№146-2017г.	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	69,1	2,4	3	0	0,02	
№37-сб-2004г.	Сыр твердый	15	4	4	4,1	54,0	8,5	18,0	8,4	0,3	
№160-сб-2004 г.	Сул. молочный с вермишелью	200	8,6	4,32	19,76	112,8	139	167,63	19,98	0,55	
Т99115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69	
№379-сб-2017г.	Напиток	200	3,9	3	20,27	119,9	90	14	0,15	22	
	Итого:	455	18,94	18,87	73,24	422,88					
Прием пищи, наименование блюда											
№ рецептуры											
Комплекс: 3 (обед)											
№110-сб-2004г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,600	4,16	10,48	84,8	39,78	43,68	20,9	0,93	
№414582-сб-2017г.	Шницель / гов. (60/30)	90	9,540	8,64	9,600	156,6	6,41	84,88	15,3	1,35	
№502г.б-2004 г.	Каша гречневая	150	8,770	13,95	38,950	268,9	205,56	136,07	4,58	40,5	
тип 24-сб-1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,48	0,06	1,02	78	8,5	18,0	8,4	0,3	
Т99115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	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	
№389-сб-2017г.	Напиток	180	1	0	26,5	84,8	0,16	0,16	1,4	0,28	
	Итого:	730	25,14	27,69	100,875	789,03					

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
Комплекс: 1 (завтрак)											
№239/334 от 2017г.	Тертая рыбные(80/50)	130	12,88	10,63	15,288	209,6	25,45	121,82	14,55	1,64	
№209 от 2017 г.	Макаронные отварные	150	7,566	12,29	36,090	205	14,92	49,56	11,49	1,15	
табл. 24 от 1994г.	Овощи по сезону	20,60	0,33	0,06	0,42	7,2	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123387	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69	
№84, 685 от 2004г.	Напиток	180	0,053	0,018	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28	
	Итого:	510	23,20	23,36	94,28	546,0					
№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
Комплекс: 3 (обед)											
№135 от 2004 г.	Суп из овощей	200	1,27	4	7,32	76,2	34,14	70,48	28,46	1,64	
№ 260/06 от 2017 г.	Птица тушен в с. соусе (филе)(50/50)	100	12,2	11,52	12,93	150,0	10,94	145,28	20,7	2,17	
№ 302 от 2017г.	Рис отварной	150	3,82	5,03	9,11	212,87	82,61	27,03	0,55	22,5	
табл. 24 от 1994г.	Овощи по сезону	20,60	1,14	1,36	10,1	71,4	8,4	15,6	12	0,54	
ТУ9115-001-12123387	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	68,45	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	
№639 от 2004г.	Напиток	180	0,16	0,16	29,7	132,8	0,16	0,16	1,4	0,28	
	Итого	730	22,34	22,945	83,495	759,2					

День: суббота
Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Применение наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№658/81 с.б. 2004г.	Котлета руб. с бел. капустой(70/30)	100	17.9	7.9	16	182	19.2	218.4	14.72	11.2
№508 с.б. 2004г.	Каша пшеничная	150	6.33	7.51	38.25	274.5	33.83	146.69	34.36	2.48
табл. 24 с.б. 1994г.	Овощи по сезону	20.60	0.175	0.025	0.175	2.75	8.4	15.6	12	0.54
ТУ9116-001-12123257	Хлебный батон	30	2.36	0.3	28.98	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№684,685 с.б. 2004г.	Напиток	180	0.063	10.018	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	395	28.83	25.75	98.91	583.4				
№ рецептуры	Применение наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %			
Комплекс: 3 (обед)										
№110 с.б. 2004г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1.600	4.16	10.48	84.8	39.78	43.68	20.9	0.98
№495 с.б. 2004г.	Котлета из филе птицы пан. жарен.	90	20.7	22.4	10	327.0	135.85	22.57	1.53	67.3
№ 608 с.б. 2004г.	Каша ячневая	150	4.8	6.15	31.9	205.5	82.61	27.03	0.55	22.5
табл. 24 с.б. 1994г.	Овощи по сезону	20.60	0.33	0.06	0.42	7.2	8.5	18.0	8.4	0.3
ТУ9116-001-12123257	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	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	1.5
№684,685 с.б. 2004г.	Напитки	180	0.063	0.018	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28
табл. 24 с.б. 1994г.	Фрукты свежие	80-100	0.4	0.4	9.8	47.0	11	9	2.2	30
	Итого:	726	31.643	34.063	90.425	841.4				

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		Са	Р	Mg	Fe					
Комплекс: 1 (завтрак)															
№294.582/2017.2004.	Биточки руб из птицы с/с бел (60/30)	90	13.5	12.5	9.4	167.2	135.85	22.57	1.53	67.3					
№609сб. 2004 г.	Каша гречневая	150	8.400	10.80	42.600	268.9	205.56	136.07	4.58	40.5					
табл.д.сб.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0.42	0.06	0.42	6.6	8.5	18.0	8.4	0.3					
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.3	28.98	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69					
№684.635 сб.2004г.	Напиток	180	0.06	0.02	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28					
табл.д. сб.1994г.	Фрукты свежие	80-100	0.4	0.4	9.8	47.0	11	9	2.2	30					
	Итого:	610	25.14	24.08	104.7	613.86									
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %								
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe					
			Комплекс: 3 (обед)												
			№88 сб.2017 г.	Суп крестьянский с пшеном	200		2.08	4.24	11.44	92.8	35.88	70.48	28.46	1.64	
			№ 260 сб. 2017 г.	Гуляш(45/45)	90		9.580	15.370	2.600	278.1	21.81	154.15	22.03	3.06	
			№ 309 сб.2017 г.	Макаронь отварные	150		5.66	4.29	36.09	205.8	22.91	172.7	24.86	0.53	
			ТУ9116-001-12121357	Хлебный батон	25		2.25	0.38	1.18	58.45	5.5	9.0	4.2	0.35	
			Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25		1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6	
			№639 сб.2004г.	Напиток	180		0.16	0.24	27.88	132.8	0.16	0.16	1.4	0.28	
				Итого:	670		21.130	24.745	91.535	619.630					

День: вторник
Неделя: вторник

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Применяемые наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мг	Fe	
Комплекс: 1 (завтрак)											
№291 сб2017г.	Плов из птицы 50/150	200	13,8	15,8	39,07	358,0	59,78	80	22,2	3,63	
гидролиз сб1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,84	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69	
№392 сб2017г.	Напиток	180	3,88	3,1	20,18	112,9	116,2	31	1,03	22,12	
	Итого	470	20,46	19,26	89,07	547,60					
	Применяемые наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мг	Fe	
Комплекс: 3 (обед)											
№12 сб2017г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,600	4,16	10,48	84,8	39,78	43,68	20,9	0,98	
№297 сб2017г.	Фрикадельки из птицы	90/5	15	14,2	14,4	248,0	119,46	17,35	1,35	26,8	
№508 сб2004	Каша пшенная	150	6,6	7,5	38,4	274,5	33,83	146,69	34,36	2,48	
гидролиз сб1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,48	0,06	1,02	78,0	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,58	1,18	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35	
ГОСТ 2077-98	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6	
№399 сб2017г.	Напиток	180	1	0	20,5	84,8	11,1	2,8	1,4	0,28	
	Итого	555	28,330	26,77	98,33	886,0					

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осенний зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прим. пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мг	Fe	
Комплекс: 1 (завтрак)											
№487 с62004г.	Птица отварная	90	17.13	17.01	2.4	130.5	59.78	80	22.2	3.63	
№500с6. 2004 г.	Каша гречневая	150	8.400	10.80	42.600	263.0	205.56	136.07	4.58	40.5	
г60124с6. 1994г.	Овощи по сезону	20.60	0.48	0.06	1.02	78.0	8.5	18.0	8.4	0.3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.3	28.98	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69	
№614, 605 с6 2004г.	Напиток	180	0.06	0.02	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28	
Итого:		510	28.43	28.19	88.50	555.6					
Комплекс: 3 (обед)											
№103с6.2017г.	Суп картофельный с вермишелью	200	2.300	2	16.800	96	21.36	44.78	18.22	0.7	
№388 с6. 2004 г.	Котлета рыбная (80/30)	110	10.4	9.04	10.16	181.8	180.7	217.92	25.98	0.72	
№ 520 с6 2004г.	Пюре картофельное	150	3.15	6.75	21.9	204.0	55.55	116.04	36.52	1.37	
г60124с6. 1994г.	Овощи по сезону	20.60	0.42	0.06	0.42	6.6	8.5	18.0	8.4	0.3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.58	1.18	58.45	5.5	9.0	4.2	0.35	
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6	
№639 с6 2004г.	Напиток	180	0.16	0.16	27.88	132.8	0.16	0.16	1.4	0.28	
г60124 с6 1994г.	Фрукты свежие	80-100	0.4	0.4	9.8	47.0	11	9	2.2	30	
Итого:		850	20.480	19.255	100.485	784.13					

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 с/б 2017	Тертленн кур (2- вариант) 60/50	110	6,96	16,11	11,61	223,0	25,85	101,61	18,29	1,81	
№ 309 с/б 2017 г.	Макаронны отварные	150	5,66	4,29	36,09	205,8	22,91	172,7	24,86	0,53	
№124 с/б 1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,42	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69	
№379 с/б 2017г.	Напиток	180	3,9	3	20,27	119,9	90	14	0,15	2,2	
	Итого	530	19,3	23,76	97,37	625,39					
Прием пищи, Комплекс: 3 (обед)											
№99 с/б 2017г.	Суп из овощей	200	1,27	4	7,32	76,2	34,85	49,25	20,75	0,78	
№487 с/б 2004 г.	Жаркое по домашнему/свин./40/160	200	15,7	15,8	22,4	361,62	47,82	64	17,76	2,9	
№124 с/б 1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,48	0,06	1,02	78,0	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,58	1,18	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35	
ГОСТ 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6	
№639 с/б 2004г.	Напиток	180	0,16	0,16	27,88	132,8	0,16	0,16	1,4	0,28	
№124 с/б 1994г.	Фрукты свежие	80-100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30	
	Итого	790	21,66	21,27	81,95	811,55					

День: пятница
 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		Са	Р	Mg	Fe	
Комплекс: 1 (завтрак)											
№15 сб. 2017г.	Сыр «Радонек»	15	5,200	5,220	5,470	68,8	132,00	75,00	5,25	0,15	
№14 сб. 2017г.	Масло слив	10	0,080	7,250	0,130	66,1	3,00		0,02		
№175 сб. 2017 г.	Каша молочная «Дружба»	200/10	6,08	11,18	43,46	300	131,28	153,7	37,22	0,8	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,37	0,25	14,49	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35	
№684.695 сб. 2004г.	Напиток	180	0,06	0,02	23,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28	
№6124 сб. 1994г.	Фрукты свежие	80-100	10,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30	
	Итого:	5,40	24,19	24,32	96,85	594,35					
Прием пищи, наименование блюда											
Комплекс: 3 (обед)											
№102 сб 2017 г.	Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	133,6	34,14	70,48	28,46	1,64	
№294 сб2017г.	Котлеты руб. из птицы	90	17,16	10,17	14,4	204,8	135,85	22,57	1,53	67,3	
№508 сб. 2004 г.	Каша гречневая	150	8,640	18,70	30,800	268,9	205,56	136,07	4,58	40,5	
№1612 сб. 1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,48	0,06	1,02	78	8,5	18,0	8,4	0,3	
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,37	0,25	14,49	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35	
Тест 2077.08	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6	
№389 сб 2017 г.	Напиток	180	1,71	0,00	27,20	78,20	14,00	14,00	8,00	2,8	
	Итого	730	36,72	33,93	118,100	879,5					

День: суббота
Неделя: вторник

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		Са	Р	Мг	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№289 сс2017г.	Рагу из птицы (75/125)	200	13,7	12,88	17,37	240,0	59,78	80	22,2	3,63
Табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	20-60	1,14	4,36	4,6	71,4	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123387	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№684.685 сс.2004г.	Напиток	180	0,06	0,02	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	470	17,26	17,56	64,45	435,5				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг %			
			Б	Ж	У		Са	Р	Мг	Fe
Комплекс: 3 (обед)										
№106.107 сс. 2017г.	Суп карт. с рыбными фрикадельками	200/50	2,19	2,760	15,39	106,0	23,36	54,06	21,82	0,9
№ 204 сс. 2017 г.	Макаронные отварные с сыром	150/20/5	10,600	10,850	28,860	293	184,5	126,3	12,7	0,77
Табл24 сс. 1994г.	Овощи по сезону	20-60	1,14	5,36	4,6	71,4	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123387	Хлебный батон	25	2,25	0,58	1,18	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35
Гост 20177.88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	63,0	12,5	1,6
№289 сс. 2017 г.	Напиток	180	1,71	0,00	17,28	78,20	14,00	14,00	8,00	2,8
Табл24 сс. 1994г.	Фрукты свежие	80-100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30
	Итого:	815	19,69	20,235	89,455	711,53				