

зам. Начальника ТО Управления Роспотребнадзор  
по Ставропольскому краю - г. Георгиевску,  
Георгиевского района

Декабрь 2023 г. (Попова О.А.)  
30.11.2023

Перспективное десятидневное меню для обучающихся 7-11 лет на зимний и весенний период 2024г.

Утверждаю:  
Директор ООО «НВ - Групп»  
Декабрь 2023г.  
(Ред. Дидра В.В.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ  
«Новоархангельская СОШ №1 г.  
Георгиевска»  
Декабрь 2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ  
«Средняя общеобразовательная школа №5 ст.  
Мариинского района»  
Декабрь 2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №3» с.  
Советской  
Декабрь 2023г.  
(Долганова И.И.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №8» с.  
Горнозаводского района»  
Декабрь 2023г.  
(Кулинова В.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №6» п.  
Кочетовского района»  
Декабрь 2023г.  
(Велушина И.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №7 п.  
Коминтернского района»  
Декабрь 2023г.  
(Блохина А.П.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №9» ст.  
Староархангельской  
Декабрь 2023г.  
(Наседко В.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №10  
с. Орловки»  
Декабрь 2023г.  
(Григорьева В.А.)

СОГЛАСОВАНО:

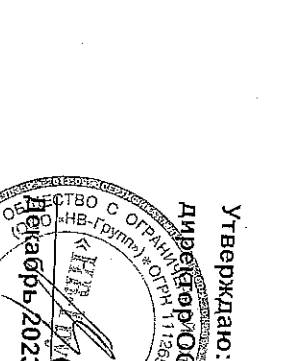
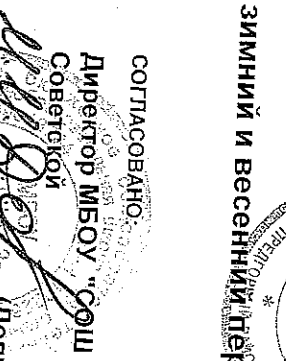
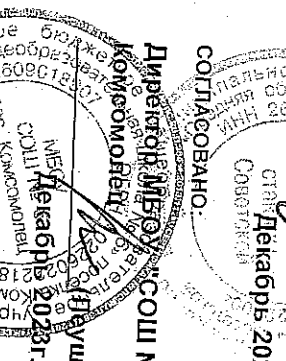
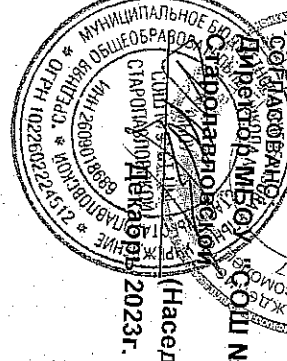
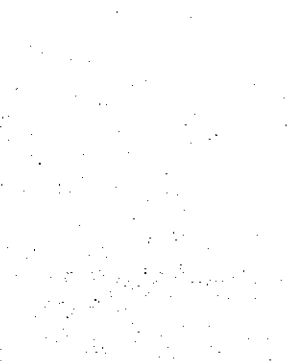
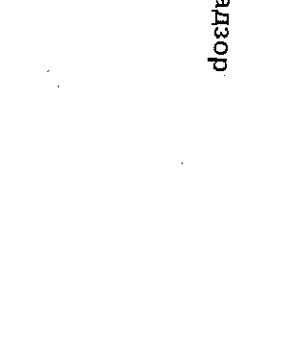
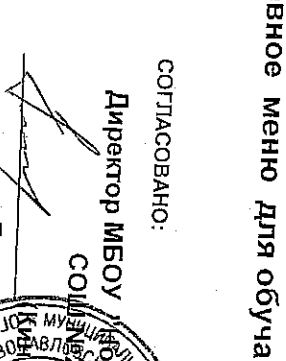
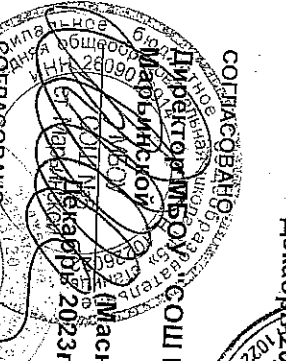
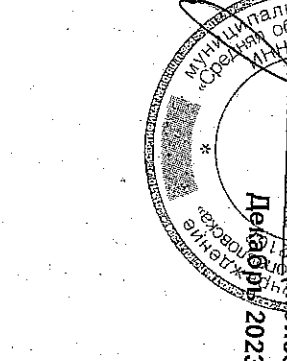
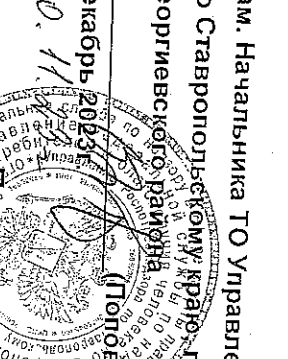
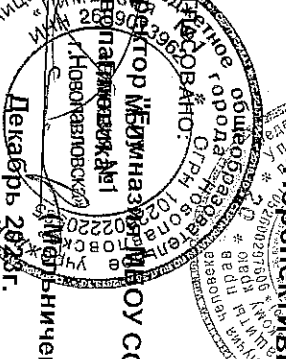
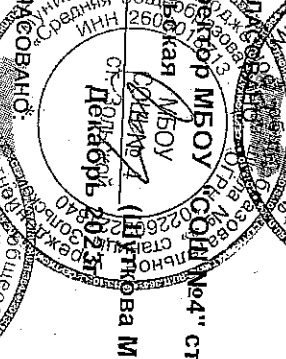
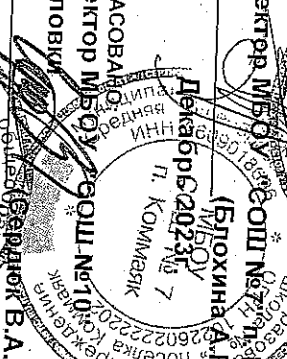
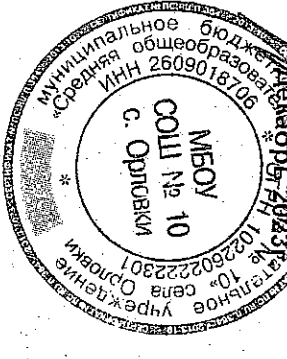
Директор МБОУ «СОШ №13» г.  
Новоархангельска»  
Декабрь 2023г.  
(Григорьева В.Л.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №10  
с. Орловки»  
Декабрь 2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «СОШ №4» ст.  
Зольская»  
Декабрь 2023г.  
(Дутлова М.А.)



Исходные данные для составления меню для обучающихся 7-11 лет на зимний и весенний период 2024г.

№ рецепта	Приём пищи, наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			7-11лет	Белки	Жиры	Углевод			В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe							
<b>Понедельник: 1 неделя.</b>																						
<b>Завтрак</b>																						
№173 сб. 2017г.	Каша вязкая молочная из овсяной крупы "Геркулес"	220/5	8,71	13,74	39,42	317,43	0,19	1	57,41	156,74	246,17	74,19	1,81									
№379 сб. 2017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13									
№3 сб. 2017г.	Булерброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157	0,04	0,11	59	139,2	96	9,45	0,49									
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33									
	<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>19,96</b>	<b>24,96</b>	<b>84,96</b>	<b>645,53</b>	<b>0,3</b>	<b>2,41</b>	<b>136,41</b>	<b>427,72</b>	<b>432,17</b>	<b>97,64</b>	<b>2,76</b>									
<b>Обед</b>																						
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соевые (помидоры)	60	0,67	0,06	2,1	12	0,01	6,3	0	6	21	9	0,48									
№101 сб. 2017г.	Суп картофельный с крупой (рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88									
№268 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	13,5	19,8	11,7	281,45	0,07	0,28	36,65	35,3	154,47	45,64	2,29									
№203 сб. 2017г.	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,64	5,98	31,47	202,24	0,06	0	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84									
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33									
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17									
№349 сб. 2017г.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	32,48	23,44	17,46	0,7									
	<b>ИТОГО:</b>	<b>815</b>	<b>26,7</b>	<b>29,24</b>	<b>114,17</b>	<b>836,94</b>	<b>0,33</b>	<b>15,56</b>	<b>66,17</b>	<b>129,53</b>	<b>293,71</b>	<b>103,29</b>	<b>6,69</b>									
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>46,66</b>	<b>54,2</b>	<b>199,13</b>	<b>1482,47</b>	<b>0,63</b>	<b>17,97</b>	<b>202,58</b>	<b>557,25</b>	<b>725,88</b>	<b>200,93</b>	<b>9,45</b>									
<b>Вторник: 1 неделя.</b>																						
<b>Завтрак</b>																						
№291 сб. 2017г.	Плов из птицы	240/90	21,62	10,74	43,74	358,4	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24									
№376 сб. 2017г.	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28									
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33									
№338 сб. 2017г.	Фрукты свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64									
	<b>ИТОГО:</b>	<b>590</b>	<b>24,45</b>	<b>11,48</b>	<b>85,26</b>	<b>545,3</b>	<b>0,25</b>	<b>19,87</b>	<b>33,6</b>	<b>79,61</b>	<b>243,2</b>	<b>76,92</b>	<b>5,49</b>									
<b>Обед</b>																						
№75 сб. 2017г.	Щи свекольные	60	1,42	0,06	13,72	111,18	0,02	3,4	0	35,53	36,55	18,09	1,02									
№82 сб. 2017г.	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	250/10	1,8	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0	49,73	54,6	26,13	1,23									
№315 сб. 2015г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15	10,61	6,81	15,04	164	0,06	15,03	22	45,2	133,1	33	1,23									
№125 сб. 2017г.	Картофель отварной	150/5	2,98	5,85	20,65	155	0,16	21,29	29,52	20,16	82,36	30	1,21									
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33									
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17									
№491 сб. 2021г.	Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,1	10,7	44	0,01	16,5	0	7,5	6,4	6,1	0,29									
	<b>ИТОГО:</b>	<b>870</b>	<b>21,27</b>	<b>18,34</b>	<b>95,82</b>	<b>700,63</b>	<b>0,38</b>	<b>66,9</b>	<b>51,52</b>	<b>174,62</b>	<b>313,01</b>	<b>113,32</b>	<b>6,48</b>									
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>45,72</b>	<b>29,82</b>	<b>181,08</b>	<b>1245,93</b>	<b>0,63</b>	<b>86,77</b>	<b>85,12</b>	<b>284,23</b>	<b>556,21</b>	<b>190,24</b>	<b>11,97</b>									
<b>Среда: 1 неделя.</b>																						

№229 сб. 2017г.	Рыба, тушеная в томате с овощами	180/90	17,55	8,91	6,84	189	0,09	6,71	10,48	70,33	291,94	87,35	1,53
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	150/5	3,41	10,07	19,78	190,14	0,16	19,58	55	45,82	95,73	30,14	1,13
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	<b>ИТОГО:</b>	<b>565</b>	<b>23,37</b>	<b>19,24</b>	<b>56,58</b>	<b>514,64</b>	<b>0,28</b>	<b>29,12</b>	<b>65,48</b>	<b>136,35</b>	<b>392,07</b>	<b>119,89</b>	<b>3,35</b>
№75 сб. 2017г.	<b>Обед</b>												
	Лира морковная	60	1,21	0,06	12,33	54,72	0,26	2,53	0	27,92	36,55	19,35	0,6
№102 сб. 2017г.	Суп картофельный с бобовыми	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88
№295 сб. 2017г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	13,67	26,2	13,1	348,8	0,09	0,92	82,1	49,96	87,76	18,72	0,16
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	150/5	8,88	6,3	39,93	251,88	0,22	0	0	15,31	210,72	140,35	4,71
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№389 сб. 2017г.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8
	<b>ИТОГО:</b>	<b>815</b>	<b>30,99</b>	<b>35,87</b>	<b>122,45</b>	<b>948,65</b>	<b>0,76</b>	<b>15,7</b>	<b>82,1</b>	<b>150,39</b>	<b>405,01</b>	<b>209,2</b>	<b>10,65</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>54,36</b>	<b>55,11</b>	<b>179,03</b>	<b>1460,29</b>	<b>1,04</b>	<b>44,82</b>	<b>147,58</b>	<b>286,74</b>	<b>797,08</b>	<b>329,09</b>	<b>14</b>
	<b>Четверг: 1 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№224 сб. 2017г.	Запеканка из творога с морковью молоком (студенным)	200/20	22,91	21,72	71,97	575,14	0,14	1,76	95,86	377,33	386,76	59,31	1,48
№382 сб. 2017г.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4	152,22	124,56	21,34	0,48
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№15 сб. 2017 г.	Сыр Российский (порциями)	15	6,96	8,85	0	108	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Биойогурт	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6
	(1 шт. в индивидуальной упаковке)												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>590</b>	<b>39,98</b>	<b>37,48</b>	<b>118,06</b>	<b>965,12</b>	<b>0,48</b>	<b>15,56</b>	<b>198,56</b>	<b>572,96</b>	<b>691,32</b>	<b>94,45</b>	<b>3,19</b>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленные (помидоры)	60	0,67	0,06	2,1	12	0,01	6,3	0	6	21	9	0,48
№88 сб. 2017г.	Ши из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,9	89,75	0,058	15,78	0	49,25	49	22,13	0,83
№290/331 сб. 2017г.	Бройлер-цыпленок, тушеный в соусе сметанно-томатном.	90/50	90/50	17,91	15,18	5,27	0,01	1,2	0	28,35	200,4	28,64	3,98
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшениной крупы)	150/5	6,53	4,65	40,15	228,63	0,13	0	0	24,85	164,27	35,36	2,78
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№342 сб. 2017г.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95
	<b>ИТОГО:</b>	<b>865</b>	<b>13,39</b>	<b>28,33</b>	<b>117,99</b>	<b>572,95</b>	<b>0,298</b>	<b>24,18</b>	<b>0</b>	<b>139,13</b>	<b>439,07</b>	<b>100,27</b>	<b>10,52</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>53,37</b>	<b>65,81</b>	<b>236,05</b>	<b>1538,07</b>	<b>0,778</b>	<b>39,74</b>	<b>198,56</b>	<b>712,08</b>	<b>1130,39</b>	<b>194,72</b>	<b>13,71</b>
	<b>Пятница: 1 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№211 сб. 2017г.	Омлет с сыром	120	14,34	23,54	2,04	278	0,08	0,26	290,4	209,2	149,8	17,46	2,2



№338 сб. 2017г.	Хлеб пшеничный	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4	152,22	124,56	21,34	0,48
	Фруктоза	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	<b>ИТОГО:</b>	<b>560</b>	<b>24,01</b>	<b>16,49</b>	<b>72,79</b>	<b>599,1</b>	<b>0,25</b>	<b>14,53</b>	<b>154,4</b>	<b>568,59</b>	<b>568,07</b>	<b>85,25</b>	<b>4,74</b>
№75 сб. 2017г.	Обед												
	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	0,02	3,4	0	35,53	36,55	18,09	1,02
	Рассольник Ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0	29,15	56,73	24,18	0,93
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	13,67	26,2	13,1	348,8	0,09	0,92	82,1	49,96	87,76	18,72	0,16
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,64	5,98	31,47	202,24	0,06	0	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	0,33
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95
	<b>ИТОГО:</b>	<b>815</b>	<b>27,17</b>	<b>38,09</b>	<b>122,93</b>	<b>1006,77</b>	<b>0,35</b>	<b>13,6</b>	<b>111,62</b>	<b>157,87</b>	<b>224,26</b>	<b>74,54</b>	<b>5,4</b>
	всего:		<b>51,18</b>	<b>54,58</b>	<b>195,72</b>	<b>1605,87</b>	<b>0,6</b>	<b>28,13</b>	<b>266,02</b>	<b>726,46</b>	<b>792,33</b>	<b>159,79</b>	<b>10,14</b>
	<b>Среда: 2 недели.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№297 сб. 2017г.	Фруктоза	90	11,51	16,14	6,52	218,8	0,03	1,73	49,42	43,57	74,26	12,53	0,9
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63	0,26	0	0	18,28	251,51	167,52	5,62
№376 сб. 2017г.	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>24,46</b>	<b>23,91</b>	<b>83,94</b>	<b>649,93</b>	<b>0,32</b>	<b>1,76</b>	<b>49,42</b>	<b>78,95</b>	<b>328,57</b>	<b>181,45</b>	<b>7,13</b>
№75 сб. 2017г.	Обед												
	Икра морковная	60	1,21	0,06	12,33	54,72	0,26	2,53	0	27,92	36,55	19,35	0,6
№101 сб. 2017г.	Суп картофельный с крупой (рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88
№234/330 сб. 2017г.	Котлеты или биточки рыбные (с соусом сметанным)	90/20	8,97	7,4	12,41	152,63	0,06	0,22	17,46	41,15	121,92	28,48	1,19
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	150/5	3,2	9,46	18,59	178,62	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№349 сб. 2017г.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	0,33
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	32,48	23,44	17,46	0,7
	<b>ИТОГО:</b>	<b>835</b>	<b>20,27</b>	<b>20,32</b>	<b>112,23</b>	<b>727,22</b>	<b>0,66</b>	<b>30,12</b>	<b>69,13</b>	<b>187,8</b>	<b>327,82</b>	<b>116,38</b>	<b>5,93</b>
	всего:		<b>44,73</b>	<b>44,23</b>	<b>196,17</b>	<b>1377,15</b>	<b>0,98</b>	<b>31,88</b>	<b>118,55</b>	<b>266,75</b>	<b>656,39</b>	<b>297,83</b>	<b>13,06</b>
	<b>Четверг: 2 недели.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№210 сб. 2017г.	Омлет натуральный	150	13,48	24	2,55	280	0,1	0,25	313,75	99,65	218,25	15,6	2,55
№131 сб. 2017 г.	Горох овощной отварной (консервированный)	30/1,5	0,93	1,32	1,95	23,4	0	0	0	0	0	0	0
№379 сб. 2017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Биойогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке)	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6
	<b>ИТОГО:</b>	<b>536,5</b>	<b>23,61</b>	<b>31,37</b>	<b>48,96</b>	<b>567,38</b>	<b>0,27</b>	<b>13,55</b>	<b>334,05</b>	<b>242,43</b>	<b>338,25</b>	<b>32,9</b>	<b>3,61</b>
№70 сб. 2017г.	Обед												
	Овощи натуральные солёные (отрубы)	60	0,48	0,06	1,02	6	0,01	2,1	0	13,8	14,4	8,4	0,36

№291 сб. 2017г.	Плов из птицы	240/90	1,8	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0	49,73	54,6	26,13	1,23
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115	0,002	1,8	0	10,5	0	0	1,17
	<b>ИТОГО:</b>	<b>820</b>	<b>28,26</b>	<b>16,42</b>	<b>104,26</b>	<b>705,85</b>	<b>0,322</b>	<b>22,42</b>	<b>33,6</b>	<b>15,92</b>	<b>5,98</b>	<b>1,54</b>	<b>0,04</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>51,87</b>	<b>47,79</b>	<b>153,22</b>	<b>1273,23</b>	<b>0,592</b>	<b>35,97</b>	<b>367,65</b>	<b>381,69</b>	<b>640,43</b>	<b>133,69</b>	<b>8,98</b>
	<b>Пятица: 2 недели.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№268 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	13,5	19,8	11,7	281,45	0,07	0,28	36,65	35,3	154,47	45,64	2,29
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из ячневой крупы)	150/5	8,88	6,3	39,93	251,88	0,22	0	0	15,31	210,72	140,35	4,71
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
№338 сб. 2017г.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	<b>ИТОГО:</b>		<b>595</b>	<b>25,27</b>	<b>26,84</b>	<b>93,35</b>	<b>0,36</b>	<b>15,11</b>	<b>36,65</b>	<b>90,01</b>	<b>382,79</b>	<b>199,19</b>	<b>10,33</b>
	<b>Обед</b>												
	Икра кабачковая (промыщенного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,8	0,02	5,76	0	19,2	0	0	0,48
№103 сб. 2017г.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	29,2	67,58	27,28	1,13
№289 сб. 2017г.	Рагу из птицы	240/90	17,57	14,6	20,85	285,26	0,123	16,05	28,8	39,2	120,52	49,37	2,51
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№388 сб. 2017г.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	0,01	100	0	21,34	3,44	3,44	0,63
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,92</b>	<b>21,14</b>	<b>88,47</b>	<b>681,21</b>	<b>0,343</b>	<b>130,06</b>	<b>28,8</b>	<b>125,44</b>	<b>191,54</b>	<b>80,09</b>	<b>6,25</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>51,19</b>	<b>47,98</b>	<b>181,82</b>	<b>1383,44</b>	<b>0,703</b>	<b>145,17</b>	<b>65,45</b>	<b>215,45</b>	<b>574,33</b>	<b>279,28</b>	<b>16,58</b>
	<b>Всего за 10 дней</b>		<b>481,45</b>	<b>491,82</b>	<b>1913,97</b>	<b>14142,28</b>	<b>6,97</b>	<b>489,4</b>	<b>1935,78</b>	<b>4218,9</b>	<b>6942,58</b>	<b>2056,09</b>	<b>121,11</b>
	<b>Итого за 1 день пищевых веществ:</b>		<b>48,145</b>	<b>49,182</b>	<b>191,397</b>	<b>1414,228</b>	<b>0,697</b>	<b>48,94</b>	<b>193,578</b>	<b>421,89</b>	<b>694,258</b>	<b>205,609</b>	<b>12,111</b>
	* - можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.												
	** - овощи подаются свежие или солёные в зависимости от сезона												

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильского, 2017 г.

	Всего за 10 дней завтраки	239,52	235,83	810,57	6412,43	2,85	136,87	1415,97	2760,20	3782,38	960,32	48,64
	Итого за 1 день пищевых веществ завтраки:	23,95	23,58	81,06	641,24	0,29	13,69	141,60	276,02	378,24	96,03	4,86
	Всего за 10 дней завтраки + обеды	481,45	491,82	1913,97	14142,28	6,97	489,40	1935,78	4218,93	6942,58	2056,09	121,11
	Итого за 1 день пищевых веществ обеды:	48,15	49,18	191,40	1414,23	0,70	48,94	193,58	421,89	694,26	205,61	12,11