

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»


Максимов Е.А.

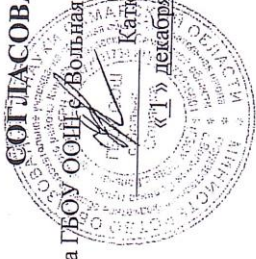
«1» декабря 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

И.о. Директора ГБОУ ООШ «Вольная Солянка


Каткина Е.А.

«1» декабря 2023 г.



Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготавливаемых блюд
для учащихся (родительская плата)

ООО "Негоциант"

Рацион: Осень-зима декабрь школа

Приложение 8 к СанПиН 2.4.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Сезон: сентябрь-декабрь
 Возраст: 7-11 лет, 12 лет,
 День: понедельник
 Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	Б1	С	А		Е	Са	Р	Mg	Fe	Ca	P	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15									
Завтрак 1-4 кл.																							
8 004.02	Макароны отварные 1	200	8	7	48	282			41		25	63	12	1									
101	Соусы молочные	50	5	10	113						13			1									
8.02	Соус красный основной 2	30			3	15		2			7	7	4										
10 015.05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1									
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50																	
83.01	Сок 0,2 л	200	1		24	84			1		48	35	27	1									
Итого за Завтрак 1-4 кл.																							
8 004.02	Макароны отварные 1	200	8	7	48	282			41		25	63	12	1									
101	Соусы молочные	50	5	10	113						13			1									
8.02	Соус красный основной 2	30			3	15		2			7	7	4										
10 015.05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1									
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50																	
2.04	Фрукт 1	100	1		6	52			48		27	18	10										
83.01	Сок 0,2 л	200	1		24	84			1		48	35	27	1									
Итого за Завтрак																							
Комплекс		18	18	97	625			51	42		134	131	59	4									
Обед 1																							
10.06	Щи из свежей капусты с картофелем на МКБ со сметаной	250/5	2	11	11	151			29	5	50	54	25	1									
14.05	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389		5			20	123	48	1									
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50																	
13 003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1									
10 009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28					9												
Итого за Обед 1																							
Комплекс		17	27	95	675			34	5		87	209	86	3									
Обед 2																							
10.01	Щи с говядиной со сметаной	250/50/5	12	9	10	169			31	5	59	145	35	2									
13 003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1									
10 015.05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1									
Итого за Обед 2																							
Комплекс		14	9	30	255			31	6		81	185	52	4									
Ужин																							
37.01	Икра кабачковая 1	60	1	4	4	58																	
14.05	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389		5			20	123	48	1									
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50																	
10 009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28					9			2									
Итого за Ужин																							
Комплекс		14	20	75	525			5			29	123	50	1									

Комплекс 1		250/50/5		12	9	10	169			31	5	59	145	35	2	
№	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	7	B1	B	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
																4
10.01	Ши с говядиной со сметаной															
37.01	Икра кабачковая 1	60	1	4	4	58										
14.05	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389			5					20	123	48
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								8	32	11
13 003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57								9		2
10 009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28								36	5	96
Итого за день			108	121	486	3404			160	100		534	1061	392	20	
	ООО "Негоциант"															

Приложение 8 к СанПиН 2.4.3/2.4.3590-20
 Сезон: сентябрь-декабрь
 Возраст: 7-11 лет, 12 лет.
 День: вторник
 Неделя: 1
 Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)
 Рацион: Осень-зима декабрь школа

№	реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)						
				Б	Ж	У		B1	В	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак 1-4 кл.																
27		Каша молочная пшеничная	220/5	10	10	45	306		1	52		159	232	62	2	
6 002.01		Пудинг из творога запеченный/2	50/15	10	5	22	175			26		126	50	19	1	
12 012.01		Булгур с маслом	45	3	13	14	181			89		12	63	17	1	
10 015.05		Чай с сахаром 1	200		7	29				1		14	8	6	1	
83.01		Сок 0,2 л	200		1	24	84		1			48	35	27	1	
Итого за завтрак 1-4 кл.			24	28	112	775		2	168			359	388	131	6	
Завтрак																
27		Каша молочная пшеничная	220/5	10	10	45	306		1	52		159	232	62	2	
6 002.01		Пудинг из творога запеченный/2	50/15	10	5	22	175			26		126	50	19	1	
12 012.01		Булгур с маслом	45	3	13	14	181			89		12	63	17	1	
10 015.05		Чай с сахаром 1	200		7	29				1		14	8	6	1	
83.01		Сок 0,2 л	200		1	24	84		1			48	35	27	1	
Итого за завтрак			24	28	112	775		2	168			359	388	131	6	
Комплекс																
57		Суп гороховый на МКБ	250	6	6	21	160		14			45	94	39	2	
8 005.02		Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186		34	36		59	128	43	2	
44		Тертель с рисом	80/30	11	16	15	252		5			24	134	24	2	
13 001.02		Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50									
13 003.02		Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1	
10 009.01		Компот из смеси сухофруктов	200			7	28					9			2	
Итого за комплекс			26	29	94	733		53	36			145	388	119	7	
Обед 1																
100		Суп гороховый с курицей	250/50	15	13	21	263		15			51	94	48	3	
13 003.01		Хлеб ржано-пшеничный	40	2		18	76					10	42	15	1	
10 015.05		Чай с сахаром 1	200		7	29			1			14	8	6	1	
Итого за Обед 1			17	13	46	368		15	1			75	144	69	5	

Обед 2													
8 005.02	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186		34	36	59	128	43	2
44	Тертели с рисом	80/30	11	16	15	252	5			24	134	24	2
1 017	Салат из моркови и яблок 1	60	1	7	5	89	4			19	28	19	1
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50				9		2	
10 009.01	Компот из смеси сухофруктов	200	19	30	65	605	43	36		111	290	88	5
Итого за Обед 2													
Комплекс 1													
100	Суп гороховый с курцей	250/50	15	13	21	263	15			51	94	48	3
8 005.02	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	34	36		59	128	43	2
44	Тертели с рисом	80/30	11	16	15	252	5			24	134	24	2
1 017	Салат из моркови и яблок 1	60	1	7	5	89	4			19	28	19	1
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50				8	32	11	1
13 003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57	30				9		2	
10 009.01	Компот из смеси сухофруктов	200	36	43	99	925	58	36		170	416	147	9
Итого за Комплекс 1													
Итого за день													
			146	171	528	4181	173	445		1219	2014	686	38

10.015.02	Чай с лимоном	200	19	22	82	7	32	601	3	1	17	10	7	1
Итого за Обед 2									9	42	88	171	62	4
Комплекс 1														
2.014.1	Суп рисовый с курицей	250/50	10	11	16	204			2		25	41	27	1
112	Салат Радужный	60	2	4	11	88			3		20	69	29	1
101	Сосиски молочные	50	5	10	113	113					13			1
0.02	Соус. красный основной 2	30	3	15	3	15			2		7	7	4	
0.004.02	Макароны отварные 1	200	8	7	48	282			41		25	63	12	1
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50					8	32	11	1
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57	30			3	1	17	10	7	1
10.015.02	Чай с лимоном	200	30	33	107	841			10	42	115	222	90	6
Итого за Комплекс 1			136	131	593	4044			60	217	638	1449	783	38

Приложение 8 к СанПиН 2.43/2.4.3590-20

ООО "ИсторияШкола"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: Осень-зима декабрь школа

День: четверг

Неделя: 1

Сезон: сентябрь-декабрь

Возраст: 7-11 лет, 12 лет.

№ порц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe	
															4
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак 1-4 кл.															
64	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	144			5			21	117	25	2
19.01	Каша пшеничная с маслом 1	200/5	13	7	56	321			41		219	205	41	2	
10.015.05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1	
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50									
83.01	Сок 0,2 л	200	1	24	84				1		48	35	27	1	
Итого за Завтрак 1-4 кл.			28	14	107	628			6	42	302	365	99	6	
Завтрак															
64	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	144			5		21	117	25	2	
19.01	Каша пшеничная с маслом 1	200/5	13	7	56	321			41		219	205	41	2	
10.015.05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1	
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50									
83.01	Сок 0,2 л	200	1	24	84				1		48	35	27	1	
2.04	Фрукт 1	100	1	6	52				48		27	18	10		
Итого за Завтрак			29	14	113	680			54	42	329	383	109	6	
Комплекс															
47	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158			20	5	52	52	26	1	
16.03	Рагу из овощей с курицей	200/25	8	17	19	262			40		62	86	43	2	
1.006.02	Салат витаминный с маслом растительным 1	60	5	5	15	126			1		100	129	29	1	
10.009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28					9			2	
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50									
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57						8	32	11	1	
Итого за Комплекс			20	34	76	681			61	5	231	299	111	5	

Обед 1																	
9,01	Борщ с говядиной																
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	250/50/5	12	9	13	184					21	5	59	148	38	3	
10.015.05	Чай с сахаром 1	30	2		13	57							8	32	11	1	
	Итого за Обед 1	200			7	29						1	14	8	6	1	
Обед 2																	
16,03	Рагу из овощей с курицей	200/25	8	17	19	262					40			62	86	43	2
1.006	Салат витаминный с маслом растительным	80	1	5	11	96					26			39	28	15	1
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50											
10.009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28								9			
	Итого за Обед 2		12	23	46	436					66			110	114	60	3
Комплекс 1																	
9,01	Борщ с говядиной	250/50/5	12	9	13	184					21	5		59	148	38	3
16,03	Рагу из овощей с курицей	200/25	8	17	19	262					40			62	86	43	2
1.006.02	Салат витаминный с маслом растительным 1	60	5	5	15	126					1			100	129	29	1
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50											
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57								8	32	11	1
10.009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28								9			
	Итого за Комплекс 1		30	32	76	707					62	5		238	395	123	7
Итого за День																	
			133	126	451	3402					270	100		1291	1744	557	32

Итого за Обед 2		47	32	85	818	1	7	34	182	282	143	10	
Комплекс 1													
65	Суп с клецками куриный	250/50	11	11	15	206		12	13		33	54	30
20.02	Салат из свеклы с черносливом 1	60	1	4	9	80		6			29	33	21
17	Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	1	30			103	228	90
22.01	Котлеты куриные 1	80	22	21	10	318		2	3		40	30	31
8.02	Соус красный основной 2	30	3	3	15	15		2			7	7	4
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50					8	32	11
13 003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57		1			14	8	6
10 015.03	Чай с сахаром витаминизированный	200	62	43	117	1105	1	22	47		234	392	193
Итого за Комплекс 1			210	160	533	4383	3	121	292		1362	1806	725
Итого за день													43

ООО "Негошиант"
 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)
 Рацион: Осень-зима декабрь школа

День: понедельник
 Неделя: 2

Сезон: сентябрь-декабрь
 Возраст: 7-11 лет, 12 лет.

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б		Ж		У			B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
			4	5	4	5	6	6										7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
Завтрак 1-4 кв.																					
4 001	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	220/5	6	8	29	214		1	52		147	157	35	1							
12 012.02	Бутерброд с маслом и сыром	55	7	13	14	194			59		12	62	23	1							
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50					14	8	6	1							
10 015.05	Чай с сахаром 1	200	1		24	84		1			48	35	27	1							
83.01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			221	262	91	4							
Итого за Завтрак 1-4 кв.			17	22	83	571		2	112		147	157	35	1							
Завтрак																					
4 001	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	220/5	6	8	29	214		1	52		147	157	35	1							
12 012.02	Бутерброд с маслом и сыром	55	7	13	14	194			59		12	62	23	1							
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50					14	8	6	1							
10 015.05	Чай с сахаром 1	200	1		24	84		1			48	35	27	1							
83.01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			27	18	10								
2.04	Фрукт 1	100	1		6	52		48			248	280	101	4							
Итого за Завтрак			18	22	89	623		50	112		147	157	35	1							
Комплекс																					
47	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158		20	5		52	52	26	1							
8 001.03	Каша гречневая	200/5	12	7	53	321			30		29	276	186	6							
44	Тертель с рисом	80/30	11	16	15	252		5			24	134	24	2							
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50					8	32	11	1							
13 003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					9		2								
10 009.01	Компот из смеси сухофруктов	200	30	35	110	866		25	35		122	494	249	10							
Итого за Комплекс			30	35	110	866		25	35		122	494	249	10							

Обед 1																	
9.01	Борщ с говядиной																
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	250/50/5	12	9	13	184						21	5	59	148	38	3
10.015.05	Чай с сахаром 1	30	2		13	57								8	32	11	1
	Итого за Обед 1	200			7	29							1	14	8	6	1
Обед 2																	
8.001.03	Каша гречневая	200/5	12	7	53	321							30	29	276	186	6
44	Тфтели с рисом	80/30	11	16	15	252						5		24	134	24	2
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50											
10.009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28											2
	Итого за Обед 2		26	24	84	651						5	30	62	410	212	8
Комплекс 1																	
9.01	Борщ с говядиной	250/50/5	12	9	13	184											
8.001.03	Каша гречневая	200/5	12	7	53	321											
44	Тфтели с рисом	80/30	11	16	15	252											
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50											
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57									8	32	11
10.009.01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28									9		2
	Итого за Комплекс 1		40	33	110	892						26	35	129	590	261	12
Итого за день																	
			145	145	509	3873						129	330	863	2224	969	43

День: вторник
Неделя: 2
Сезон: сентябрь-декабрь
Возраст: 7-11 лет, 12 лет.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б			Ж				В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
			4	5	6	1	2	3										8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
Завтрак 1-4 кл.																			
4 002,01	Каша вязкая молочная овсяная	220/5	10	11	42	309	1	52		168	281	87	2						
12 012,08	Булгур с колбасой п/к	50	6	8	14	153	14		14	60	17	1							
48	Напиток из плодов шиповника	200	3	21	88		100		21	3	3	1							
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50													
83,01	Сок 0,2 л	200	1	24	84		1		48	35	27	1							
Итого за Завтрак 1-4 кл.																			
Завтрак																			
4 002,01	Каша вязкая молочная овсяная	220/5	10	11	42	309	1	52		168	281	87	2						
12 012,08	Булгур с колбасой п/к	50	6	8	14	153	14		14	60	17	1							
48	Напиток из плодов шиповника	200	3	21	88		100		21	3	3	1							
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50													
83,01	Сок 0,2 л	200	1	24	84		1		48	35	27	1							
Итого за Завтрак																			
Комплекс																			
61	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	184	9		34	62	21	1							
111	Горошница	180/5	21	6	43	307	1	30	93	205	81	6							
7 007	Тертели рыбные из минтая	80	11	7	10	170		2	15	39	177	40	433						
8,02	Соус красный основной 2	30	3	15			2		7	7	4								
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50													
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57			8	32	11	1							
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1	17	10	7	1						
Итого за Комплекс																			
Обед 1																			
99	Суп лапша с турицей	250/50	14	13	32	303		6		32	53	24	2						
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57			8	32	11	1							
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1	17	10	7	1						
Итого за Обед 1																			
Обед 2																			
1 013	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80	1	8	5	98		24		33	26	15	1						
17	Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	1	30	103	228	90	7							
7 007	Тертели рыбные из минтая	80	11	7	10	170		2	15	39	177	40	433						
8,02	Соус красный основной 2	30	3	15			2		7	7	4								
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50													
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1	17	10	7	1						
Итого за Обед 2																			

2.014.1	Суп рисовый с курицей	250/50	10	11	16	204		2		25	41	27	1
7.010.07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296		37		29	107	47	2
125	Салат из белокочанной капусты с морковью 1	80	1	5	8	84		32		40	28	15	1
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50							
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57					8	32	11	1
10.015.02	Чай с лимоном	200		7	32			3					
Итого за день			24	33	82	723		74		119	218	107	6
Итого за Комлекс 1			107	141	506	3660		270		376	1239	1407	483
Итого за день													

ООО "Негосивант"
 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)
 Рацион: Осень-зима декабрь школа
 День: пятница
 Неделя: 2
 Сезон: сентябрь-декабрь
 Возраст: 7-11 лет, 12 лет.

№	реп.	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества (г)							Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Масса порции			Ценность				B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Б	Ж	У	Б	Ж	У	К	Кал	8	9									10	11
1		2	3	4	5	6	7												
Завтрак 1-4 кв.			225	14	12	43	332												
8.001.02		Каша гречневая с говяжьей тушеной 1	55	7	13	14	194		4				38	276	156	5			
12.012.02		Булгур с маслом и сыром	200	1	19	84					59		12	62	23	1			
10.009.02		Компот из кураги	30	3	1	9	50		1				48	35	27	1			
13.001.02		Хлеб пшеничный 1	200	1	24	84			1				48	35	27	1			
83.01		Сок 0,2 л																	
Итого за Завтрак 1-4 кв.			26	26	109	744			6	59			146	408	233	8			
Завтрак																			
8.001.02		Каша гречневая с говяжьей тушеной 1	225	14	12	43	332												
12.012.02		Булгур с маслом и сыром	55	7	13	14	194		4				38	276	156	5			
10.009.02		Компот из кураги	200	1	19	84					59		12	62	23	1			
13.001.02		Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50		1				48	35	27	1			
83.01		Сок 0,2 л																	
Итого за Завтрак			26	26	109	744			6	59			146	408	233	8			
Комплекс																			
65.01		Суп с клецками на МКБ	250	2	4	15	112												
22.01		Котлеты куриные 1	80	22	21	10	318				12	13	27	54	21	1			
8.005.02		Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186				2	3	40	30	31	2			
13.001.02		Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50				34	36	59	128	43	2			
13.003.02		Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57													
10.015.02		Чай с лимоном	200		7	32					3	1							
Итого за Обед 1			33	32	83	755			51	53			151	254	113	7			
65		Суп с клецками куриный	250/50	11	11	15	206				12	13		33	54	30	1		
13.003.02		Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57							8	32	11	1			
10.015.02		Чай с лимоном	200								3	1							
Итого за Обед 1			13	11	35	295			15	14			58	96	48	3			

Обед 2												
67.01	Салат из сырых овощей 1	60	1	3	2	41	13			20	22	12
22.01	Котлеты куриные 1	80	22	21	10	318	2	3		40	30	31
8 005.02	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	34	36		59	128	43
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50						
10 009.02	Компот из ягод	200	1	19	84		1			48	35	27
Итого за Обед 2			31	31	69	679	50	39		167	215	113
Комплекс 1												
65	Суп с глецками куриный	250/50	11	11	15	206	12	13		33	54	30
67.01	Салат из сырых овощей 1	60	1	3	2	41	13			20	22	12
22.01	Котлеты куриные 1	80	22	21	10	318	2	3		40	30	31
8 005.02	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	34	36		59	128	43
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50						
13 003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57					8	32	11
10 015.02	Чай с лимоном	200		7	32		3	1		17	10	7
Итого за Комплекс 1			43	42	85	890	64	53		177	276	134
Итого за день			172	168	490	4107	192	277		845	1657	874

Составил *Рыжикова* Администратор

М.П. *Сурвердил*

