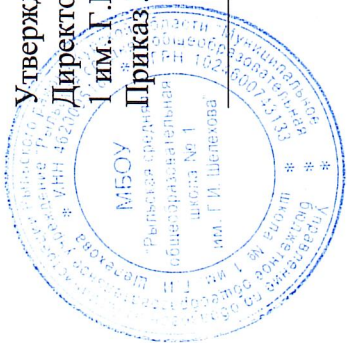


Утверждаю:

Директор МБОУ «Рыльская средняя общеобразовательная школа № 1 им. Г.И. Шелехова»

Приказ № 1-34 от 01 марта 2024 года

В.В. Милонов



ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

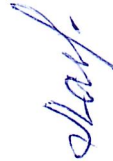
для организации горячего питания обучающихся 7-11 лет в МБОУ «Рыльская СОШ № 1 им. Г.И. Шелехова»

- Основание: 1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной. Москва. 2004 г. Издательство «Хлебпродинформ»
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников, под ред. Могильного М.П., 2007 г.
3. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга – СПб.: Речь, 2008-800 с.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005-656 с.

1 день Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
завтрак																	
438	омлет натуральный	160,000	10,600	17,000	2,100	203,000	0,100	0,250	345,000	0,015	114,200	260,500	19,500	2,940			
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04			
	хлеб пшеничный	80,000	6,100	0,720	37,400	170,900	0,000	0,090	0,000	0,000	16,000	22,400	55,040	1,020			
	бутерброд со слив. маслом	60,000	5,800	12,800	0,800	142,000	0,000	0,000	0,000	0,000	29,000	20,000	161,000	1,700			
	Итого за завтрак		22,700	30,620	55,300	577,200	0,130	0,340	345,030	0,015	139,870	286,190	74,580	4,000			
обед																	
126	икра морковная	60,000	1,400	4,100	7,000	71,400	0,030	3,070	0,000	0,000	18,380	42,000	24,770	0,730			
206	суп картофельный с горохом	250,000	6,800	5,000	18,900	148,500	0,230	5,810	0,000	0,130	38,080	87,180	35,300	0,030			
836	куры отварные	100,000	15,300	11,700	0,200	267,600	0,040	0,340	26,875	0,014	35,065	86,375	14,940	1,105			
182	каша гречневая рассыпчатая	150,000	8,850	5,700	37,850	275,500	0,070	0,000	0,200	0,220	9,800	50,320	50,820	0,100			
1081	компот из смеси сухофруктов	200,000	0,560	0,000	25,230	103,200	0,000	0,040	3,600	0,000	20,000	0,000	12,000	0,400			
	печенье	50,000	3,800	6,600	34,500	197,000	0,120	1,140	0,140	3,980	78,800	207,400	49,200	5,280			
	хлеб ржаной	40,000	2,800	0,500	14,600	71,000	0,000	0,060	0,000	0,007	14,700	13,300	60,900	1,400			
	Итого за обед		39,510	33,600	138,280	1134,200	0,490	10,460	30,815	4,351	214,825	486,575	247,930	9,05			
полдник																	
943	чай	200/15	0,20	0,05	15,01	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04			
	вафли	50	2,10	15,30	31,30	271,00	0,04	5,40	0,02	1,50	64,38	15,76	6,16	0,50			
	пряник	50,000	9,300	18,300	38,500	326,300	0,160	11,400	0,130	2,200	41,200	121,080	28,380	1,940			
	Итого за полдник		11,600	33,650	84,810	658,600	0,230	16,800	0,180	3,700	115,250	140,130	34,580	2,480			
	Итого за день		73,810	97,870	278,390	2370,000	0,850	27,600	376,025	8,066	469,945	912,895	357,090	14,45			
	Среднее значение за период																

Зав. столовой

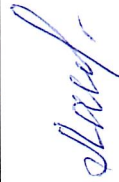


Лапицкая Е.И.

2 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества, г			Эн. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
		завтрак											
173	каша пшеничная молочная	15,000	10,500	13,000	288,300	0,055	0,000	45,500	0,970	10,590	33,140	11,275	0,706
943	чай	0,20	0,10	15,01	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	Итого за завтрак	15,200	10,600	28,010	349,600	0,085	0,000	45,530	0,970	20,260	36,430	11,315	0,746
		обед											
	салат из квашеной капусты	1,100	3,400	3,200	49,300	0,010	0,000	19,700	2,440	22,490	16,570	9,100	0,310
204	суп рисовый с куриным мясом	6,200	7,000	13,600	144,600	0,110	8,330	0,000	0,000	24,980	96,930	29,450	1,240
263	рагу из свинины	21,260	24,300	31,600	535,600	0,240	15,800	3,800	153,00	61,000	151,900	55,830	3,100
943	чай	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	хлеб ржаной	2,800	0,500	14,600	71,000	0,000	0,060	0,000	0,007	14,700	13,300	60,900	1,400
	печенье	7,600	13,200	69,000	439,700	0,120	1,140	0,140	3,980	78,8	207,400	49,200	5,280
	Итого за обед	39,160	48,500	147,000	1301,500	0,510	25,330	23,670	159,43	132,840	489,390	204,520	11,37
		полдник											
1184	кефир	7,200	3,000	7,200	82,000	0,080	0,050	2,220	0,050	49,920	0,700	0,000	0,000
	пряник	9,300	18,300	38,500	326,300	0,160	11,400	0,130	2,200	41,200	121,080	28,380	1,940
	вафли	2,100	15,300	31,300	271,000	0,120	1,140	0,140	3,980	78,800	207,400	49,200	5,280
	Итого за полдник	18,600	36,600	77,000	679,300	0,360	12,590	2,490	6,230	169,920	329,180	77,580	7,220
	Итого за день	72,96	95,70	252,01	2330,40	0,96	37,92	71,69	166,63	323,02	855,00	293,42	19,34
	Среднее значение за период												

Зав. столовой

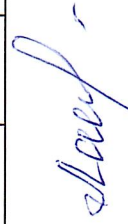


Лапицкая Е.И.

3 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
завтрак														
520	каша молочная "Дружба"	210	5,10	6,45	36,80	233,50	0,07	0,15	0,03	0,52	92,23	69,30	29,30	0,09
	хлеб пшеничный	80	6,10	0,70	37,40	170,90	0,00	0,10	0,00	0,00	16,00	22,40	55,00	1,00
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	Итого за завтрак		11,40	7,25	89,20	465,70	0,10	0,25	0,06	0,52	117,90	94,99	84,34	1,13
обед														
	салат из квашеной капусты	70	1,10	3,40	3,20	49,30	0,01	0,00	19,70	2,44	22,49	16,57	9,10	0,31
206	суп картофельный с горохом	250	6,80	5,00	18,90	148,50	0,23	5,81	0,00	0,50	38,08	87,18	35,00	2,03
268	котлета мясная	100	15,55	11,55	15,70	436,00	0,50	0,08	14,38	0,09	21,88	83,19	16,07	0,75
203	макаронны отварные	180	19,80	2,30	126,90	379,00	0,10	0,90	0,00	1,20	9,40	41,70	7,60	1,00
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	печенье	100	7,60	13,20	69,00	439,70	0,12	1,14	0,14	3,98	78,80	207,40	49,20	5,28
	хлеб ржаной	40	2,80	0,50	14,60	71,00	0,00	0,06	0,00	0,01	14,70	13,30	60,90	1,40
	Итого за обед		53,85	36,05	263,30	1584,80	0,99	7,99	34,25	8,22	195,02	452,63	177,91	10,81
полдник														
943	чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	булка	100	12,41	4,80	73,57	368,76	0,00	0,30	5,30	1,70	21,90	18,20	95,70	1,10
	Итого за полдник		12,61	4,85	88,58	430,06	0,0	0,6	10,6	3,4	31,6	21,5	191,4	1,1
	Итого за день		77,86	48,15	441,08	2480,56	1,12	8,84	44,94	12,14	344,49	569,11	453,69	13,08
	Среднее значение за период													

Зав. столовой



Лапицкая Е.И.

4 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
завтрак														
168	каша гречневая молочная	210,000	6,980	10,420	25,000	222,380	0,150	1,000	20,000	1,500	12,200	147,700	98,100	3,320
	батон с маслом слив.	80 / 10	0,400	0,300	18,700	291,000	0,000	0,000	0,000	0,000	29,000	20,000	161,000	1,700
943	какао	200	3,80	4,00	25,80	213,00	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	Итого за завтрак		11,180	14,720	69,500	726,380	0,180	1,000	20,030	1,500	50,870	170,990	259,140	5,060
обед														
2	винегрет овощной	70,000	1,300	2,300	6,500	130,000	0,000	10,250	0,000	0,000	23,200	44,970	20,750	0,850
170	борщ с капустой и карт. со смет.	260,000	11,300	10,500	22,000	227,500	0,050	10,290	0,000	0,350	44,380	31,080	26,250	1,160
304	плов	200,000	17,300	9,300	30,100	592,000	0,060	1,010	60,000	0,000	45,100	199,300	47,500	2,190
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	хлеб пшеничный	80	6,10	0,70	37,40	170,90	0,00	0,10	0,00	0,00	16,00	22,40	55,04	1,02
	хлеб ржаной	40,000	2,800	0,500	14,600	71,000	0,000	0,060	0,000	0,007	14,700	13,300	60,900	1,400
	Итого за обед		39,000	23,400	125,600	1252,700	0,140	21,710	60,030	0,357	153,050	314,340	210,480	6,66
ПОЛДНИК														
	сок	200,000	1,000	0,000	23,400	94,000	0,000	0,080	80,000	0,000	36,000	0,000	26,000	0,600
	Пряник	100,000	18,600	9,000	62,600	344,000	0,160	11,400	0,130	2,200	41,200	121,080	28,380	1,940
	Итого за полдник		19,600	9,000	86,000	438,000	0,160	11,480	80,130	2,200	77,200	121,080	54,380	2,540
	Итого за день		69,780	47,120	281,100	2417,080	0,480	34,190	160,190	4,057	281,120	606,410	524,000	14,26
	Среднее значение за период													

Зав. столовой

Лапицкая Е.И.



5 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
завтрак														
438	омлет натуральный	180,000	10,600	17,000	21,000	203,000	0,100	0,250	345,000	0,015	114,200	260,500	19,500	2,940
943	чай	200/15	0,20	0,05	0,10	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	бутерброд со слив. маслом	60	5,80	12,80	0,80	142,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,00	20,00	161,00	1,70
	хлеб пшеничный	80,000	6,100	0,720	37,400	170,900	0,000	0,090	0,000	0,000	16,000	22,400	55,040	1,020
	Итого за завтрак	22,700	30,570	59,300	577,200	0,130	0,340	345,030	0,015	168,870	306,190	235,580	5,700	
обед														
55	салат из свеклы с солен огурц	70,000	2,700	4,300	23,100	136,700	0,010	1,900	0,000	1,700	16,400	21,500	10,200	0,600
197	рассольник петербургский	260,000	8,000	7,300	20,300	178,900	0,100	7,540	0,000	29,010	24,950	63,300	26,400	0,940
760	мясо тушеное (свинина)	50 /50	19,100	8,800	4,600	357,600	0,030	0,110	1,120	0,190	22,100	27,400	174,300	4,030
182	каша гречневая рассыпчатая	150,000	8,850	5,700	37,850	275,500	0,070	0,140	0,200	0,220	9,800	50,320	50,820	0,100
1081	компот из смеси сухофруктов	200,000	0,560	0,000	25,230	103,200	0,000	0,040	3,600	0,000	20,000	0,000	12,000	0,400
	печенье	50,000	3,500	5,000	34,000	215,000	0,120	1,140	0,140	3,980	78,800	207,400	49,200	5,280
	хлеб ржаной	40,000	2,800	0,500	14,600	71,000	0,000	0,060	0,000	0,007	14,700	13,300	60,900	1,400
	Итого за обед	45,510	31,600	159,680	1337,900	0,330	10,930	5,060	35,107	186,750	383,220	383,820	12,75	
полдник														
386	кефир	200,000	7,200	3,000	7,200	82,000	0,020	1,400	0,010	0,060	240,000	61,300	28,000	0,200
	булка	100	12,41	4,80	73,57	368,76	0,00	0,30	5,30	1,70	21,90	18,20	95,70	1,10
	Итого за полдник		19,610	7,800	80,770	450,760	0,020	1,700	5,310	1,760	261,900	79,500	123,700	1,300
	Итого за день		87,820	69,970	299,750	2365,860	0,480	12,970	355,400	36,882	617,520	768,910	743,100	19,75
	Среднее значение за период													

Зав. столовой



Лапицкая Е.И.

6 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г				Эн. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
завтрак															
1260	оладьи	200	7,200	11,900	39,200	297,600	0,023	0,170	3,200	0,970	12,180	10,120	54,160	1,300	
	масло сливочное	20	0,100	12,300	0,100	112,500	0,100	0,000	0,000	0,000	3,300	0,500	2,900	0,000	
	хлеб пшеничный	80	6,100	0,700	37,400	170,900	0,000	0,100	0,000	0,000	8,000	11,200	27,500	0,500	
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04	
	Итого за завтрак		13,600	25,000	91,700	642,300	0,153	0,270	3,230	0,970	33,150	25,110	84,600	1,840	
обед															
208	суп с макаронными изделиями	250,00	2,800	2,400	2,100	108,000	0,110	8,250	0,000	0,000	24,600	66,650	27,000	1,090	
	салат из квашеной капусты	70,00	1,100	3,400	3,200	49,300	0,010	0,000	19,700	2,440	22,490	16,570	9,100	0,310	
229	рыба тушеная в томате с овощами	100,00	10,400	7,000	12,000	158,000	0,030	1,865	0,760	0,905	19,535	64,805	24,265	0,425	
128	пюре картофельное	180,00	2,700	4,700	17,600	367,000	0,080	18,690	32,340	0,500	43,740	42,320	28,770	1,080	
358	кисель из сока с сахаром	200,00	0,300	0,000	39,400	158,940	0,000	0,400	0,000	0,000	13,400	10,100	3,300	0,600	
	печенье	50,00	2,800	3,400	48,300	308,100	0,120	1,140	0,140	3,980	78,800	207,400	49,200	5,280	
	хлеб ржаной	40,00	2,800	0,500	14,600	71,000	0,000	0,060	0,000	0,007	14,700	13,300	60,900	1,400	
	Итого за обед		22,900	21,400	137,200	1220,340	0,350	30,405	52,940	7,832	217,265	421,145	202,535	10,185	
полдник															
382	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,04	1,59	0,01	0,30	152,22	90,00	21,34	0,48	
	булка	100	12,41	4,80	73,57	368,76	0,00	0,05	0,00	0,00	8,00	11,20	27,50	0,50	
	Итого за полдник		16,490	8,340	91,150	487,360	0,040	1,640	0,010	0,300	160,220	101,200	48,840	0,980	
	Итого за день		53,0	54,7	320,1	2350,0	0,5	32,3	56,2	9,1	410,6	547,5	336,0	13,0	
	Среднее значение за период														

Зав. столовой

Лапцкая Е.И.

7 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
завтрак															
174	каша молочная "Геркулес"	200,000	3,900	8,200	17,500	198,400	0,020	0,340	14,900	0,000	22,320	53,900	137,800	1,520	
	хлеб пшеничный с маслом слив.	80 / 10	0,400	0,300	18,700	291,000	0,100	0,100	0,000	0,000	19,300	22,900	57,900	1,000	
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04	
	Итого за завтрак		4,500	8,600	51,200	550,700	0,150	0,440	14,930	0,000	51,290	80,090	195,740	2,560	
обед															
74	салат "Мазайка"	70,000	1,100	3,400	3,200	112,000	0,050	15,250	1,520	0,020	30,800	37,720	19,700	1,220	
80	суп с гречневой крупой и карт	250,000	4,700	4,630	19,320	264,290	0,171	14,870	3,350	0,500	17,950	0,620	7,690	1,925	
917	голубцы ленивые	200,000	16,900	15,300	20,100	660,200	0,468	81,140	0,970	2,370	116,560	185,330	67,580	3,438	
	хлеб ржаной	40,000	2,800	0,500	14,600	71,000	0,000	0,060	0,000	0,007	14,700	13,300	60,900	1,400	
1081	компот из смеси сухофруктов	200,000	0,600	0,000	25,230	103,200	0,000	0,040	3,600	0,000	20,000	0,000	12,000	0,400	
	Итого за обед		26,100	24,630	102,050	1359,890	0,689	111,360	9,440	2,897	200,010	236,970	167,870	8,383	
полдник															
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04	
	печенье	50	3,50	5,00	34,00	215,00	0,12	1,14	0,14	3,98	78,80	207,40	49,20	5,28	
	вафли	50,000	2,800	13,800	27,900	172,000	0,040	5,400	0,020	1,500	64,380	15,760	6,160	0,500	
	Итого за полдник		6,500	18,900	76,900	448,300	0,190	6,540	0,190	5,480	152,850	226,450	55,400	5,820	
	Итого за день		37,10	52,13	230,15	2358,89	1,03	118,34	24,56	8,38	404,15	543,51	419,01	16,76	
	Среднее значение за период														

Зав. столовой

Лапицкая Е.И.

9 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
завтрак														
120	суп молочный с макаронными изделиями	200	4,00	2,96	24,26	133,64	0,06	1,14	0,00	0,36	159,78	91,14	14,92	0,74
	масло сливочное	20	0,10	12,30	0,10	112,50	0,10	0,10	0,00	0,00	19,30	22,90	57,90	1,00
	хлеб пшеничный	80	6,10	0,70	37,40	170,90	0,00	0,10	0,00	0,00	16,00	22,40	55,00	1,00
943	какао	200	3,80	4,00	25,80	213,00	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	Итого за завтрак		14,00	19,96	87,56	630,04	0,19	1,34	0,03	0,36	204,75	139,73	127,86	2,78
обед														
126	икра свекольная	70	1,40	4,00	7,00	82,60	0,02	4,03	0,00	0,00	22,94	36,47	17,78	1,06
99	суп из овощей со сметаной	260	2,70	4,30	23,10	167,90	0,14	8,50	0,00	1,10	32,14	86,84	53,78	0,09
43	котлета рыбная	90	24,41	7,00	5,81	366,00	0,01	0,06	0,36	0,17	27,88	11,92	127,52	0,32
304	рис отварной	150	8,73	14,61	75,00	466,50	0,40	0,00	0,00	0,00	2,40	12,00	19,00	0,53
1081	компот из смеси сухофруктов	200,000	0,560	0,000	25,230	103,200	0,000	0,040	3,600	0,000	20,000	0,000	12,000	0,400
	хлеб ржаной	40,000	2,800	0,500	14,600	71,000	0,000	0,060	0,000	0,007	14,700	13,300	60,900	1,400
	Итого за обед		40,60	30,41	150,74	1257,20	0,56	12,69	3,96	1,27	120,06	160,53	290,98	3,80
полдник														
	сок	200,000	1,000	0,000	23,400	94,000	0,000	0,080	80,000	0,000	36,000	0,000	26,000	0,600
	булка	100	12,41	4,80	73,57	368,76	0,00	0,30	5,30	1,70	21,90	18,20	95,70	1,10
	Итого за полдник		13,410	4,800	96,970	462,760	0,000	0,380	85,300	1,700	57,900	18,200	121,700	1,700
	Итого за день		68,01	55,17	335,27	2350,00	0,75	14,41	89,29	3,33	382,71	318,46	540,54	8,28
	Среднее значение за период													

Лавр

Зав. столовой

Лапцкая Е.И.

10 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
завтрак														
520	каша молочная рисовая с маслом	215	3,95	12,27	37,06	272,00	0,08	0,00	20,00	0,82	8,10	67,30	23,70	0,49
	хлеб пшеничный	60	6,10	0,70	37,40	170,90	0,00	0,10	0,00	0,00	16,00	22,40	55,00	1,00
	батон со слив. маслом	60	5,80	12,80	0,80	142,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,00	20,00	161,00	1,70
943	чай	200/15	0,20	0,10	15,00	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	Итого за завтрак		16,05	25,87	90,26	646,20	0,11	0,10	20,03	0,82	62,77	112,99	239,74	3,23
обед														
74	салат "Мазайка"	70,000	1,100	3,400	3,200	112,000	0,050	15,250	1,520	0,020	30,800	37,720	19,700	1,220
138	суп крестьянский с крупой пш	250	10,00	8,63	7,90	267,30	0,09	9,67	0,00	0,13	64,30	75,60	19,20	2,37
260	гуляш	150	24,90	22,00	7,70	366,00	0,07	1,54	1,49	2,25	30,52	31,29	24,03	2,80
203	макароны отварные	180	19,80	2,30	126,90	379,00	0,10	0,90	0,00	1,20	9,40	41,70	7,60	1,00
1081	компот из смеси сухофруктов	200,000	0,560	0,000	25,230	103,200	0,000	0,040	3,600	0,000	20,000	0,000	12,000	0,400
	хлеб ржаной	40	2,80	0,50	14,60	71,00	0,00	0,06	0,00	0,01	14,70	13,30	60,90	1,40
	Итого за обед		59,16	36,83	185,53	1298,50	0,31	27,46	6,61	3,61	169,72	199,61	143,43	9,19
полдник														
943	чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	61,30	0,03	0,00	0,03	0,00	9,67	3,29	0,04	0,04
	пряник	100,000	18,600	9,000	62,600	344,000	0,160	11,400	0,130	2,200	41,200	121,080	28,380	1,940
	Итого за полдник		18,80	9,05	77,61	405,30	0,19	11,40	0,16	2,20	50,87	124,37	28,42	1,98
	Итого за день		94,01	71,75	353,40	2350,00	0,61	38,96	26,80	6,63	283,36	436,97	411,59	14,40
	Среднее значение за период													

Зав. столовой

Лапицкая Е.И.

