

"Согласовано"

Директор МОАУ СӨШ №

"Утверждаю" Генеральный директор СОО "КШП"

Л.Б. Кайдашова

**Примерное 10-и дневное меню по СОО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах г.Орска
весенний период**

с 01.03.2024



Дата	Школ.завтрак 68,52 (7-11 лет) Орск	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал	№ рецептуры
1 неделя 1 день	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	205	4,85	5,68	30,49	192,41	Лапшина 302
	Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	45	4,82	5,77	15,12	132,96	Лапшина 10
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,55	0,27	63,63	Тутельян 213
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,30	0,09	10,84	45,35	54-6гн-2020
	Кондитерские изделия	10	0,7	2	6,4	47	пром. произ-во
	ИТОГО	505	16,03	18,09	63,12	481,35	
1 неделя 2 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Тутельян 368
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	16,06	7,79	20,57	216,83	Тутельян 237
	Макароны запеченные с сыром и маслом	100	5,65	4,37	19,1	138,49	54-3г-2020
	Чай с лимоном	204	0,22	0,05	10,15	41,93	Лапшина 686
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,4	пром. произ-во
	ИТОГО	514	23,85	12,79	69,30	488,05	
1 неделя 3 день	Салат из белокочанной капусты	60	0,89	3,05	5,52	53,05	Лапшина 43
	Котлеты, биточки, шницеля	60	8,28	11,18	9,04	172,93	Лапшина 451
	Картофельное пюре	150	3,1	4,21	20,06	129,9	Лапшина 520
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во
	ИТОГО	510	15,40	18,82	65,99	497,29	
1 неделя 4 день	Блинчики	48	2,4	2,9	14,8	94,4	ТТК 6012
	Молоко сгущенное на полне	15	1,08	1,28	8,33	49,1	пром. произ-во
	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	205	6,78	6,28	38,28	236,79	Лапшина 302
	Кофейный напиток	180	1,83	1,35	20,2	100,22	Лапшина 692
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,4	пром. произ-во
	Фрукты мытые поштучно	100	0,8	0,2	7,5	35	Тутельян 368
	ИТОГО	568	14,41	12,19	98,79	561,91	
1 неделя 5 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Тутельян 368
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	60	9,43	9,39	8,39	155,27	Лапшина 499
	Макароны отварные	150	7,10	3,91	32,81	187,78	Лапшина 516
	Напиток шоколадный	200	2,97	2,37	15,54	95,69	Лапшина 693
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,4	пром. произ-во
	ИТОГО	530	21,42	16,25	76,22	529,54	
	2 неделя 1 день	Каша молочная пшеничная вязкая с маслом сливочным	155	5,82	6,13	25,74	181,40
Блинчики с начинкой		128	4,50	7,68	31,38	216,44	ТТК6104
Чай с замороженными ягодами и сахаром		200	0,30	0,09	10,84	45,35	54-6гн-2020
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
ИТОГО		513	12,90	14,17	82,48	512,79	
2 неделя 2 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Тутельян 368
	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,86	5,83	33,87	215,34	Лапшина 302
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,55	0,27	63,63	Тутельян 213
	Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	45	4,82	5,77	15,12	132,96	Лапшина 10
	Чай с лимоном	205	0,23	0,05	10,18	42,08	Лапшина 686
	ИТОГО	513	17,67	16,60	69,24	498,41	
2 неделя 3 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Тутельян 368
	Гуляш	50	5,87	10,05	2,39	132,33	Лапшина 437
	Макароны отварные	150	7,10	3,91	32,81	187,78	Лапшина 516
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во
	ИТОГО	540	16,50	14,74	76,37	505,92	
2 неделя 4 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Тутельян 368
	Плов	175	9,36	14,52	37,23	315,96	Лапшина 443
	Напиток шоколадный	200	2,97	2,37	15,54	95,69	Лапшина 693
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	ИТОГО	505	15,01	17,56	77,09	525,65	
2 неделя 5 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Тутельян 368
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	60	9,43	9,39	8,39	155,27	Лапшина 499
	Картофельное пюре	130	2,83	3,09	18,53	112,72	Лапшина 520
	Чай с молоком	180	1,38	1,03	15,51	76,85	Марчук 630
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,32	16,94	81,2	пром. произ-во
	ИТОГО	505	16,70	14,23	69,17	470,44	
итого за период		5203,00	169,89	155,44	747,77	5071,34	
среднее в день		520,30	16,99	15,54	74,78	507,13	
нормы по СанПиН		500,00	77,00	79,00	335,00	2350,00	
процент от суточной нормы			22%	20%	22%	22%	

допускается выдача иных блюд из овощей, в том числе свежих в нарезе по сезону

допускается замена на молочные каши из других круп

Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах г.Орска
весенний период с 01.03.2024

дни/недели	Школ.завтрак 70,00+12,60 (с 12-и лет) Орск экв.	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал	№ рецептуры
1 неделя 1 день	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	256	6,07	7,13	38,08	240,70	Лапшина 302
	Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	45	4,82	5,77	15,12	132,96	Лапшина 10
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,55	0,27	63,63	Тутельян 213
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,30	0,09	10,84	45,35	54-6гн-2020
	Кондитерские изделия	20	1,40	4,00	12,80	94,00	пром. произ-во
	ИТОГО	566	17,95	21,54	77,11	576,64	
1 неделя 2 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	16,06	7,79	20,57	216,83	Тутельян 237
	Макаронны запеченные с сыром и маслом	150	8,33	6,43	28,68	206,05	54-3г-2020
	Чай с лимоном	204	0,22	0,05	10,15	41,93	Лапшина 686
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	ИТОГО	574	27,29	14,94	83,72	578,81	
1 неделя 3 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Котлеты, биточки, шницеля	60	8,28	11,18	9,04	172,93	Лапшина 451
	Сложный гарнир (капуста и картофель)	150	3,24	4,62	17,06	122,30	Лапшина 553
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	ИТОГО	560	15,69	20,49	75,23	551,84	
1 неделя 4 день	Блинчики	96	4,63	13,59	19,37	216,48	ТТК 6013
	Молоко сгущенное на полив	20	1,44	1,70	11,10	65,50	пром. произ-во
	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	205	6,78	6,28	38,28	236,79	Лапшина 302
	Кофейный напиток	200	2,03	1,50	22,44	111,40	Лапшина 692
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,40	пром. произ-во
	ИТОГО	641	16,80	23,65	110,67	720,97	
1 неделя 5 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	60	9,43	9,39	8,39	155,27	Лапшина 499
	Макаронны отварные	180	8,15	4,8	40,01	228,4	Лапшина 516
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,40	92,00	Лапшина 707
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	ИТОГО	570	21,26	15,06	93,12	589,67	
2 неделя 1 день	Каша молочная пшеничная вязкая с маслом сливочным	155	5,82	6,13	25,74	181,40	Лапшина 302
	Блинчики с начинкой	128	4,50	7,68	31,38	216,44	ТТК6104
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,30	0,09	10,84	45,35	54-6гн-2020
	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	ИТОГО	613	13,30	14,57	92,28	557,19	
2 неделя 2 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Вареники с картофелем из п/ф с маслом	205	9,34	11,07	55,87	367,85	ТТК 2035
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,40	4,60	0,30	63,63	Тутельян 213
	Чай с лимоном	205	0,23	0,05	10,18	42,08	Лапшина 686
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	ИТОГО	585	17,65	16,39	90,67	587,56	
2 неделя 3 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Гуляш	70	8,22	14,07	3,35	185,26	Лапшина 437
	Макаронны отварные	180	8,15	4,69	39,37	225,34	Лапшина 516
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,80	пром. произ-во
	ИТОГО	590	19,90	19,54	83,89	596,41	
2 неделя 4 день	Фрукты мытые поштучно	110	0,44	0,44	10,78	48,84	Тутельян 368
	Плов	205	11,11	17,26	43,47	372,33	Лапшина 443
	Напиток шоколадный	200	2,97	2,37	15,54	95,69	Лапшина 693
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,80	пром. произ-во
	ИТОГО	555	17,56	20,43	89,15	609,66	
2 неделя 5 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	70	11,00	10,95	9,82	181,28	Лапшина 499
	Картофельное пюре	150	3,10	4,21	20,06	129,90	Лапшина 520
	Чай с молоком	180	1,38	1,03	15,51	76,85	Марчук 630
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,80	пром. произ-во
	Кондитерские изделия	10	0,70	2,00	6,40	47,00	пром. произ-во
	ИТОГО	550	19,62	18,95	80,95	572,23	
	итого за период	5804	187,01	185,56	876,79	5940,97	
	среднее в день	580,4	18,70	18,56	87,68	594,10	
	нормы по СанПиН	550	90,00	92,00	383,00	2720,00	
	процент от суточной нормы	585	21%	20%	23%	22%	

"Согласовано"

Директор МОАУ СОШ №

"Утверждаю" Генеральный директор ООО "КШП" Л.Б. Кайдашова



Примерное 10-и дневное меню по ООО "Комбинат школьного питания" для питания учащихся в общеобразовательных школах г. Орска весенний период

с 01.03.2024

дни недели	Школ.обед 100+12,60 (с 12 лет) Орск при 1 раз. питании	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал	№ рецептуры
1 день 1неделя	Щи из свежей капусты и картофеля	250	1,79	4,6	8,53	82,06	Тутельян 67
	Котлеты мясо-картофельные "по-хлыновски"	90	13,34	19,7	9,3	272,9	Лапшина 454
	Макароны отварные с сыром и маслом	200	9,61	7,79	35,73	251,7	Лапшина 333
	Компот из свежих замороженных ягод(смесь)	200	0,2	0,09	17,73	72,57	Тутельян 375
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
	Кондитерские изделия	10	0,70	2,00	6,40	47,00	пром. произ-во
	ИТОГО	810	29,90	34,78	104,51	855,83	
2 день 1неделя	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Суп-лапша домашняя "Бабушкин"	250	4,77	5,75	13,18	122,97	Лапшина 148
	Бройлерный цыпленок запеченный с сухарях с картофелем	200	20,21	25,28	21,21	393,2	Лапшина 227;494
	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,72	82,8	Лапшина 707
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	80	пром. произ-во
	ИТОГО	810	31,96	32,41	98,67	816,17	
	3 день 1неделя	Икра свекольная	80	1,95	8,12	11,43	126,65
Рассольник "Ленинградский"		250	2,17	4,78	15,4	112,84	Тутельян 76
Рыба, запеченная с соусом		90	13,75	8,98	2,37	145,36	Лапшина 383
Рис с овощами		180	3,54	4,29	31,43	178,47	Тутельян 315
Компот из смеси сухофруктов		200	0,38	0	30,7	124,3	Лапшина 639
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
ИТОГО		860	26,05	26,77	118,15	817,22	
4 день 1неделя	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	270	11,4	3,78	44,8	258,37	Тутельян 81 ; 115
	Голубцы ленивые	100	7,79	9,45	7,31	148,11	54-Зм-2020
	Картофель отварной	150	2,98	3,81	22,97	137,46	Лапшина 518
	Соус томатный	30	0,21	1,2	1,47	17,36	Лапшина 587
	Компот из свежих плодов	200	0,18	0,18	23,88	97,57	Лапшина 631
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	80	пром. произ-во
	ИТОГО	830	28,24	19,22	136,19	831,67	
5 день 1неделя	Салат "Степной"	100	1,72	3,68	9,39	77,37	Лапшина 25
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,67	3,36	11,44	82,12	Лапшина 110
	Гуляш	90	10,54	18,07	4,3	237,88	Лапшина 437
	Пюре гороховое	180	16,9	5,59	39,36	275,08	Лапшина 514
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,4	92	Лапшина 707
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
	ИТОГО	880	36,09	31,50	111,71	894,05	
1 день 2неделя	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	270	7,3	5,73	19,03	156,06	Лапшина 143
	Плов	215	13,36	21,13	43,82	417,3	Лапшина 443
	Компот из свежих замороженных ягод(клубника)	200	0,15	0	21,28	85,66	Тутельян 375
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
	ИТОГО	845	25,47	27,86	120,75	833,02	
	2 день 2неделя	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,69	8,91	9,68	125,71
Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной		260	2,03	5,92	8,86	96,23	Тутельян 67
Запеканка картофельная с мясом и маслом		180	11,1	15,93	30,62	312,59	Лапшина 478

		Напиток лимонный	180	0,13	0,01	12,41	50,28	Лапшина 699	
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во	
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во	
		Блинчики (поштучно)	64	2,25	3,84	15,69	108,22	гтк 6103	
		ИТОГО	844	21,46	35,21	104,08	822,63		
	3 день 2неделя		Винегрет овощной	100	1,65	5,23	9,93	93,2	Тутельян 45
			Борщ "Сибирский" с фрикадельками	265	6,28	6,01	15,17	140,58	Лапшина 111-112
			Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	185	22,75	22,16	40,48	453,89	Лапшиной 719
		Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685	
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во	
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во	
		ИТОГО	810	35,03	34,02	104,41	865,88		
4 день 2неделя		Суп картофельный с бобовыми и с гречками	270	11,4	3,78	44,8	258,37	Тутельян 81 ; 115	
		Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	128	20,33	23,44	3,28	303,19	Лапшина 493	
		Каша рассыпчатая гречневая	180	9,86	6,43	43,29	270,50	Лапшина 508	
		Компот из смеси сухофруктов	180	0,34	0	27,6	111,9	Лапшина 639	
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во	
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во	
		ИТОГО	818	46,19	34,25	145,79	1073,56		
5 день 2неделя		Салат "Степной"	100	1,72	3,68	9,39	77,37	Лапшина 25	
		Рассольник "Ленинградский"	250	2,17	4,78	15,4	112,84	Тутельян 76	
		Запеканка из печени с красным соусом	100	10,65	6,33	5,93	123,14	Тутельян 294	
		Картофельное пюре	180	3,72	5,05	24,07	155,99	Лапшина 520	
		Компот из свежих замороженных ягод (смесь)	200	0,2	0,09	17,73	72,57	Тутельян 375	
		Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	80	пром. произ-во	
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во	
		Кондитерские изделия	30	2,10	6,00	19,20	141,0	пром. произ-во	
	ИТОГО	940	26,24	26,73	127,48	855,71			
1 день 3неделя		Борщ из свежей капусты со сметаной	265	2,18	6,55	12,75	117,53	Тутельян 57	
		Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	100	15,71	15,62	13,98	258,53	Лапшина 499	
		Макароньы отварные	160	7,45	4,17	34,99	200,30	Лапшина 516	
		Соус томатный	30	0,21	1,2	1,47	17,36	Лапшина 587	
		Компот из свежих замороженных ягод(клубника)	200	0,15	0	21,28	85,66	Тутельян 375	
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во	
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во	
		ИТОГО	825	30,72	28,23	116,13	832,18		
2 день 3неделя		Суп-лапша домашняя "Бабушкин"	250	4,77	5,75	13,18	122,97	Лапшина 148	
		Печень тушеная в сметанном соусе	100	13,04	8,26	8,77	161,42	Лапшиной 439	
		Рис припущенный	180	4,21	4,59	42,47	227,93	Лапшина 512	
		Сок фруктовый	200	1	0,2	20,4	92	Лапшина 707	
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во	
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во	
		Кондитерские изделия	20	1,4	4	12,8	94	пром. произ-во	
		ИТОГО	810	28,68	23,40	124,44	827,92		
3 день 3неделя		Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,7	6,12	9,73	100,76	Тутельян 35	
		Суп сливочный с рыбой(горбуша)	220	7,60	5,51	11,03	123,78	54-16с-2020	
		Жаркое по-домашнему	185	10,35	17,11	19,71	286,44	Лапшина 436	
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0	17,73	72,4	Лапшина 639	
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во	
		Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	80	пром. произ-во	
		Кондитерские изделия	20	1,40	4,0	12,8	94,0	пром. произ-во	
		ИТОГО	805	27,11	33,54	106,78	850,18		
4 день 3неделя		Рассольник "Ленинградский"	250	1,86	3,5	12,65	89,27	Лапшина 132	
		Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	128	20,33	23,44	3,28	303,19	Лапшина 493	
		Макароньы отварные с сыром и маслом	180	9,99	7,7	34,4	247,15	54-3г2020	
		Компот из свежих плодов	200	0,18	0,18	23,88	97,57	Лапшина 631	
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во	
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во	

5день 3неделя	ИТОГО	828	37,38	35,51	105,87	889,98	
	<i>Салат "Степной"</i>	100	1,72	3,68	9,39	77,37	Лапшина 25
	<i>Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной</i>	260	2,00	4,08	8,65	78,94	Лапшина 124
	<i>Гуляш</i>	90	10,54	18,07	4,3	237,88	Лапшина 437
	<i>Каша рассыпчатая перловая</i>	180	5,22	4,61	36,25	207,26	Лапшина 508
	<i>Сок фруктовый</i>	180	0,9	0,18	18,72	82,8	Лапшина 707
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во
	<i>Хлеб ржаной</i>	40	2,64	0,44	16,4	80	пром. произ-во
	ИТОГО	890	26,06	31,42	113,07	857,05	
1день 4неделя	<i>Фрукты мытые поштучно</i>	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	<i>Суп картофельный с бобовыми и с гречками</i>	270	11,4	3,78	44,8	258,37	Тутельян 81; 115
	<i>Плов</i>	220	14,48	23,04	43,99	439,57	Лапшина 443
	<i>Компот из свежих замороженных ягод(смесь)</i>	200	0,2	0,09	17,73	72,57	Тутельян 375
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	<i>Хлеб ржаной</i>	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
		ИТОГО	850	30,74	27,91	143,14	944,51
2день 4неделя	<i>Салат из белокачанной капусты</i>	100	1,48	5,1	6,21	76,44	Лапшина 43
	<i>Свекольник со сметаной</i>	250	2,00	5,34	12,37	104,83	54-18с-2020
	<i>Запеканка картофельная с мясом и маслом</i>	200	12,34	17,67	34,05	347,17	Лапшина478
	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром. произ-во
	<i>Хлеб ржаной</i>	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
	<i>Блинчики (поштучно)</i>	64	2,25	3,84	15,69	108,22	ткк 6103
	ИТОГО	884	23,18	32,66	111,99	838,07	
3день 4неделя	<i>Винегрет овощной</i>	100	1,65	5,23	9,93	93,2	Тутельян 45
	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	250	1,67	3,36	11,44	82,12	Лапшина 110
	<i>Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным</i>	185	22,75	22,16	40,48	453,89	Лапшиной 719
	<i>Чай с лимоном</i>	210	0,27	0,06	15,3	62,8	Лапшина 686
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	<i>Хлеб ржаной</i>	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
		ИТОГО	805	30,60	31,41	103,97	821,61
4день 4неделя	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей</i>	270	7,3	5,73	19,03	156,06	Лапшина 143
	<i>Гуляш</i>	90	10,54	18,07	4,3	237,88	Лапшина 437
	<i>Сложный гарнир (капуста и картофель)</i>	180	3,89	5,54	20,47	146,81	Лапшина 553
	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,38	0	30,7	124,3	Лапшина 639
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	<i>Хлеб ржаной</i>	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
	<i>Кондитерские изделия</i>	10	0,70	2,00	6,40	47,00	пром. произ-во
	ИТОГО	810	27,07	31,94	107,72	841,65	
5день 4неделя	<i>Салат из свеклы с растительным маслом</i>	100	1,7	6,12	9,73	100,76	Тутельян 35
	<i>Рассольник "Ленинградский"</i>	260	1,86	4,82	12,98	103,44	Лапшина 132
	<i>Бройлерный цыпленок тушеный в соусе</i>	128	20,33	23,44	3,28	303,19	Лапшина 493
	<i>Каша рассыпчатая гречневая</i>	180	9,86	6,43	43,29	270,5	Лапшина 508
	<i>Компот из свежих замороженных ягод(клубника)</i>	200	0,15	0	16,29	65,7	Тутельян 375
	<i>Хлеб ржаной</i>	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	1,98	0,33	12,3	60	пром. произ-во
	ИТОГО	928	38,16	41,41	112,39	973,19	

<i>итого за период</i>	16882	606	620	2317	17342
<i>среднее в день</i>	844,1	30,3165	31,009	115,861909	867,104
<i>нормы по СанПиН</i>	800	90,00	92,00	383,00	2720,00
<i>процент от суточной нормы</i>		34%	34%	30%	32%