ОМС-Лечебное питание

СОГЛАСОВАНО
Директор образовательного учреждения
_____ Е.Г. Аджиумер

УТВЕРЖДАЮ
Управляющий группой объектов
_____ *Е.В. Брем

Сезон: осень, зима, весна, лето

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Первая неделя

понедельник-1

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
Завтрак 1-4 класс						
338/2015	0,40	0,40	9,80	47	Яблоко 100	100
210/2015	13,94	24,83	2,64	289	Омлет натуральный 150 (СОШ_2018)	150
54-5гн/2018	0,30	0,60	7,10	35	Чай с облепихой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	18,59	**26,33**	**43,69**	**489,00**	**Итого**	**500**
Обед 1-4 класс						
71/2015	0,42	0,06	1,14	7	Овощи натуральные свежие (огурец) 60 (СОШ_2018)	60
139/1996	7,73	5,67	36,00	232	Суп картофельный с бобовыми с гренками 200/20	220
260/2015	9,58	25,37	2,60	278	Гуляш 90 (СОШ_2018), 45/45, свинина	90
273, 469/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	1,98	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25
	27,35	**36,63**	**118,89**	**925**	**Итого**	**770**
Завтрак 5-11 класс						
338/2015	0,40	0,40	9,80	47	Яблоко 100	100
210/2015	18,58	33,10	3,52	386	Омлет натуральный 200 (СОШ_2018)	200
54-5гн/2018	0,30	0,60	7,10	35	Чай с облепихой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	23,23	**34,60**	**44,57**	**586,00**	**Итого**	**550**
Обед 5-11 класс						
71/2015	0,70	0,10	1,90	12	Овощи натуральные свежие (огурец) 100 (СОШ_2018)	100
139/1996	8,90	6,78	40,50	262	Суп картофельный с бобовыми с гренками 250/20	270
260/2015	10,64	28,19	2,89	309	Гуляш 100 (СОШ_2018), 50/50, свинина	100
273, 469/1996	6,40	5,87	42,71	254	Макароны отварные	180
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	2,37	0,30	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	33,63	**42,05**	**144,95**	**1105**	**Итого**	**940**

вторник-1

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
Завтрак 1-4 класс						
покупное	4,88	3,63	20,88	136	Йогурт 1/125г	125
175/2005	4,60	11,23	25,38	221	Каша молочная Дружба с маслом сливочным 150/10	160
642/1996	3,87	3,90	25,78	151	Какао с молоком	200
покупное/	2,37	0,30	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30
	15,72	**19,06**	**86,53**	**579**	**Итого**	**515**
Обед 1-4 класс						
№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
67/2015	0,84	6,02	4,37	75	Винегрет овощной 60 (СОШ_2018)	60
129/1996	1,95	5,80	13,73	109	Рассольник ленинградский со сметаной 200/5	205
238/2015	9,26	4,11	6,76	101	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом 60/30 (СОШ_20	90
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150
покупное/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200
покупное/	1,98	0,25	12,08	59	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25
покупное/	3,30	0,60	16,70	87	Хлеб ржаной 50 (СОШ_2018)	50
	21,17	**22,34**	**108,64**	**719**	**Итого**	**780**
Завтрак 5-11 класс						
покупное	4,88	3,63	20,88	136	Йогурт 1/125г	125
175/2005	6,12	12,22	33,76	270	Каша молочная Дружба с маслом сливочным 200/10	210
642/1996	3,87	3,90	25,78	151	Какао с молоком	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	18,82	**20,25**	**104,57**	**675**	**Итого**	**585**
Обед 5-11 класс						
67/2015	1,40	10,04	7,29	125	Винегрет овощной 100 (СОШ_2018)	100
129/1996	2,41	6,98	17,12	134	Рассольник ленинградский со сметаной 250/5	255
238/2015	10,71	4,54	7,53	114	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом 70/30 (СОШ_20	100
472/1996	3,89	6,68	26,41	182	Картофельное пюре	180
покупное/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200

среда-1

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
Завтрак 1-4 класс						
15/2015	3,94	3,99		51	Сыр (порциями) 15 (СОШ_2018)	15
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10
182/2017	7,31	10,98	39,20	286	Каша жидкая молочная ячневая с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210
630/1996	1,55	1,63	17,63	92	Чай с молоком 150/50/15	215
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	16,80	25,35	81,06	622	**Итого**	**500**
Обед 1-4 класс						
№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
57/2016	0,72	2,84	4,82	47	Икра кабачковая (покупная) 60 (СОШ_2018)	60
110/1996	1,71	5,82	10,84	94	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5	205
291/2015	12,67	7,40	27,34	227	Плов из птицы 150 (СОШ_2018)	150
покупное/			19,00	80	Напиток витаминный (СОШ_2018)	200
покупное/	4,74	0,60	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	23,80	17,18	110,82	693	**Итого**	**735**
Завтрак 5-11 класс						
15/2015	5,26	5,32		66	Сыр (порциями) 20 (СОШ_2018)	20
22/1997	0,05	8,25	0,08	75	Масло сливочное	10
182/2017	9,16	15,54	49,04	374	Каша жидкая молочная ячневая с маслом 250/15 (СОШ_2018)	265
630/1996	1,55	1,63	17,63	92	Чай с молоком 150/50/15	215
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	19,97	31,24	90,90	727	**Итого**	**560**
Обед 5-11 класс						
57/2016	1,20	4,73	7,70	78	Икра кабачковая (покупная) 100 (СОШ_2018)	100
110/1996	2,11	6,85	13,51	116	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255
291/2015	16,89	9,87	36,45	303	Плов из птицы 200 (СОШ_2018)	200
покупное/			19,00	80	Напиток витаминный (СОШ_2018)	200
покупное/	4,74	0,60	28,98	141	Хлеб пшеничный 60 (СОШ_2018)	60
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	28,90	22,57	125,68	822	**Итого**	**875**

четверг-1

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
Завтрак 1-4 класс						
324/1997	6,35	5,75	0,35	79	Яйцо вареное	50
257/1996	6,03	11,89	42,33	305	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 200/10	210
54-9гн/2018	0,30		7,30	31	Чай со смородиной и сахаром 200 (СОШ_2022)	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
	15,84	18,04	70,30	509	**Итого**	**500**
Обед 1-4 класс						
№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
76/2004	**1,63**	**4,84**	**8,94**	**86**	***Икра свекольная 60**	**60**
45/2015	0,78	1,94	3,87	36	Салат из белокочанной капусты 60 (СОШ_2018)	60
113/2017	4,39	6,29	9,34	119	Суп-лапша домашняя с птицей 200/10 (СОШ_2018)	210
288/2015	10,01	25,77	37,74	324	Рагу из свинины 150 (СОШ_2018)	150
348/2015	0,34	0,07	18,87	82	Компот из изюма (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
покупное/	2,64	0,48	13,36	70	Хлеб ржаной 40 (СОШ_2018)	40
	21,32	34,95	80,50	725	**Итого**	**700**
*Итого за день	22,17	37,85	85,57	775		
Завтрак 5-11 класс						
324/1997	6,35	5,75	0,35	79	Яйцо вареное	50
257/1996	7,53	12,80	54,14	363	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 250/10	260
54-9гн/2018	0,30		7,30	31	Чай со смородиной и сахаром 200 (СОШ_2022)	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	18,13	19,05	85,94	591	**Итого**	**560**
Обед 5-11 класс						
78/2004	**2,72**	**8,07**	**14,91**	**144**	***Икра свекольная 100**	**100**
45/2015	1,31	3,25	6,46	60	Салат из белокочанной капусты 100 (СОШ_2018)	100
113/2017	4,90	7,40	11,67	142	Суп-лапша домашняя с птицей 250/10 (СОШ_2018)	260
288/2015	13,35	34,35	19,86	432	Рагу из свинины 200 (СОШ_2018)	200
348/2015	0,34	0,07	18,87	82	Компот из изюма (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	27,02	46,19	97,02	914	**Итого**	**860**

пятница-1

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
Завтрак 1-4 класс						
покупное/	0,8	0,2	7,5	38	Мандарины 100 (СОШ_2018)	100
222/2015	21,16	18,37	42,17	419	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 130/20 ((	150
628/1996	0,10	0,03	15,26	62	Чай с сахаром 200/15	215
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
	25,22	**19,00**	**84,27**	**613**	**Итого**	**505**
Обед 1-4 класс						
71/2015	0,54	0,09	1,71	10	Овощи натуральные свежие (помидор/огурец) 30/30 (СОШ_201	60
120/1996	1,63	5,84	7,83	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205
444/1996	20,76	24,57	2,73	222	Птица, тушёная в томатном соусе 80/30	110
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150
585/1996	0,16	0,16	27,87	114	Компот из свежих яблок	200
покупное/	2,37	0,30	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30
покупное/	3,30	0,60	16,70	87	Хлеб ржаной 50 (СОШ_2018)	50
	32,02	**36,92**	**93,13**	**738**	**Итого**	**805**
Завтрак 5-11 класс						
покупное/	0,8	0,2	7,5	38	Мандарины 100 (СОШ_2018)	100
222/2015	27,19	22,84	60,84	555	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 160/40 ((	200
628/1996	0,10	0,03	15,26	62	Чай с сахаром 200/15	215
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	32,04	**23,37**	**107,57**	**773**	**Итого**	**565**
Обед 5-11 класс						
71/2015	0,90	0,15	2,85	17	Овощи натуральные свежие (помидор/огурец) 50/50 (СОШ_201	100
120/1996	2,01	6,68	9,50	100	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255
444/271	25,91	30,56	2,93	274	Птица, тушеная в томатном соусе 100/30 (кура)	130
472/1996	3,89	6,88	25,41	182	Картофельное пюре	180
585/1996	0,16	0,16	27,87	114	Компот из свежих яблок	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	40,78	**45,45**	**113,75**	**909**	**Итого**	**975**

суббота-1

Завтрак 5-11 класс						
424/2005	4,53	6,70	30,44	198	Булочка Домашняя 50	50
257/1996	10,86	14,31	55,00	393	Каша молочная пшенная с маслом сливочным 250/10	260
628/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
	18,71	**21,44**	**120,25**	**749**	**Итого**	**572**
Обед 5-11 класс						
50/2017	4,67	9,39	7,19	132	***Салат из свеклы с сыром 100 (СОШ_2018)**	**100**
42/2016	1,25	0,1	11,61	52	Салат из моркови (с сахаром) 100 (СОШ_2018)	100
139/1996	2,81	2,92	20,83	122	Суп картофельный с макаронными изделиями	250
271/2015	10,00	13,54	9,18	198	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным 70/30 (СОШ_2	100
485/1996	4,58	7,33	48,02	276	Рис отварной	180
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	26,42	**25,10**	**151,03**	**939**	**Итого**	**930**
***Итого за день**	**28,84**	**34,39**	**146,61**	**1019**		

среда-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
324/1997	6,35	5,75	0,35	79	Яйцо вареное	50
257/1996	8,70	13,10	44,02	330	Каша молочная пшенная с маслом сливочным 200/10	210
54-10н-2022	0,3		6,9	28	Чай с клюквой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
	18,51	19,25	70,59	532	**Итого**	**500**

Обед 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
40/2016	0,90	2,10	4,42	40	***Салат Степной 60 (СОШ_2018)**	**60**
29/2015	0,85	3,62	2,26	44	Салат из сырых овощей 60 (СОШ_2018)	60
120/1996	1,63	5,64	7,63	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205
265/2015	11,93	10,11	3,17	167	Печень по-строгановски 45/45 (СОШ_2018)	90
257,табл.4/271	7,22	12,60	35,38	272	Каша гречневая рассыпчатая 150	150
348/2015	0,34	0,07	19,87	82	Компот из изюма (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	2,37	0,30	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25
	25,79	32,84	91,15	762	**Итого**	**760**
*Итого за день	26,04	31,12	93,31	758		

Завтрак 5-11 класс

324/1997	6,35	5,75	0,35	79	Яйцо вареное	50
257/1996	10,66	14,31	55,00	393	Каша молочная пшенная с маслом сливочным 250/10	260
54-10н-2022	0,3		6,9	28	Чай с клюквой и сахаром 200 (СОШ_2022)	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	21,46	20,56	86,40	619	**Итого**	**560**

Обед 5-11 класс

40/2016	1,50	3,50	7,37	66	***Салат Степной 100 (СОШ_2018)**	**100**
29/2015	1,09	6,04	3,78	74	Салат из сырых овощей 100 (СОШ_2018)	100
120/1996	2,01	6,88	9,50	100	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255
265/2015	13,26	11,23	3,52	185	Печень по-строгановски 50/50 (СОШ_2018)	100
257,табл.4/271	8,67	15,12	42,45	327	Каша гречневая рассыпчатая 180	180
348/2015	0,34	0,07	19,87	82	Компот из изюма (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	32,49	40,26	118,48	966	**Итого**	**935**
*Итого за день	32,90	37,72	122,07	958		

четверг-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
338/2015	0,40	0,40	9,80	47	Яблоко 100	100
182/2017	5,49	6,60	29,41	218	Каша жидкая молочная ячневая с маслом 150/8 (СОШ_2018)	158
630/1996	1,55	1,63	17,63	92	Чай с молоком 150/50/15	215
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	11,39	11,13	80,99	475	**Итого**	**523**

Обед 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
71/2015	0,66	0,12	2,28	13	Овощи натуральные свежие (помидор) 60 (СОШ_2018)	60
132/1996	1,61	5,69	9,12	98	Суп из овощей со сметаной 200/5	205
520/1997	10,25	13,21	9,75	199	Котлета особая из кур с соусом сметанно-томатным 60/30	90
265/2015	5,17	5,99	28,52	188	Макароны отварные с овощами 150 (СОШ_2018)	150
348/2015	0,78	0,04	17,85	75	Компот из кураги (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	1,98	0,25	12,06	58	Хлеб пшеничный 25 (СОШ_2018)	25
покупное/	3,30	0,60	16,70	87	Хлеб ржаной 50 (СОШ_2018)	50
	23,75	25,90	96,10	709	**Итого**	**780**

Завтрак 5-11 класс

338/2015	0,40	0,40	9,80	47	Яблоко 100	100
182/2017	7,31	10,98	39,20	290	Каша жидкая молочная ячневая с маслом 200/10 (СОШ_2018)	210
630/1996	1,55	1,63	17,63	92	Чай с молоком 150/50/15	215
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	13,21	13,51	90,78	543	**Итого**	**575**

Обед 5-11 класс

71/2015	1,10	0,20	3,80	22	Овощи натуральные свежие (помидор) 100 (СОШ_2018)	100
132/1996	1,96	6,74	11,36	108	Суп из овощей со сметаной 250/5	255
520/1997	11,34	13,66	9,92	204	Котлета особая из кур с соусом сметанно-томатным 70/30	100
265/2015	6,20	7,18	34,23	226	Макароны отварные с овощами 180 (СОШ_2018)	180
348/2015	0,78	0,04	17,85	75	Компот из кураги (СОШ_2018) сахар 10г	200

пятница-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
покупное	4,88	3,63	20,88	126	Йогурт 1/125г	125
257/1996	5,86	12,70	24,83	251	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным 150/10	160
762/1997	3,05	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200
покупное/	1,58	0,20	9,86	47	Хлеб пшеничный 20 (СОШ_2018)	20
	15,37	**18,93**	**78,28**	**543**	**Итого**	**505**

Обед 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
39/2016	**0,9**	**3,12**	**6**	**58**	***Салат картофельный с капустой квашеной 60**	**60**
46/2015	0,07	3,06	6,89	54	Салат из белокочанной капусты с яблоками 60 (СОШ_2018)	60
141/2013	5,98	8,86	2,44	114	Солянка из птицы	200
268/2015, 2004	10,87	11,16	12,83	198	Шницель с соусом красным основным 60/30 (СОШ_2018)	90
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	2,37	0,30	14,49	71	Хлеб пшеничный 30 (СОШ_2018)	30
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной 25 (СОШ_2018)	25
	24,84	**29,33**	**88,83**	**724**	**Итого**	**755**
***Итого за день**	**25,67**	**29,39**	**88,14**	**726**		

Завтрак 5-11 класс

покупное	4,88	3,63	20,88	126	Йогурт 1/125г	125
257/1996	7,79	14,18	32,81	309	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным 200/10	210
762/1997	3,05	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Хлеб пшеничный 50 (СОШ_2018)	50
	19,67	**20,71**	**100,95**	**672**	**Итого**	**585**

Обед 5-11 класс

39/2016	**1,5**	**5,2**	**10**	**94**	***Салат картофельный с капустой квашеной 100**	**100**
46/2015	0,12	5,10	11,16	90	Салат из белокочанной капусты с яблоками 100 (СОШ_2018)	100
141/2013	7,48	11,08	3,05	142	Солянка из птицы	250
268/2015, 2004	12,60	12,77	14,49	225	Шницель с соусом красным основным 70/30 (СОШ_2018)	100
472/1996	3,89	6,68	26,41	182	Картофельное пюре	180
349/2015	0,66	0,09	22,03	93	Компот из смеси сухофруктов (СОШ_2018) сахар 10г	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	31,87	**36,84**	**116,50**	**930**	**Итого**	**930**
***Итого за день**	**33,25**	**36,94**	**115,34**	**934**		

суббота-2

Завтрак 5-11 класс

425/2005	6,13	11,47	41,82	294	Булочка Дорожная 75	75
222/2015	27,19	22,84	60,64	555	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным 160/40 ((	200
629/1996	0,16	0,03	15,49	64	Чай с сахаром, с лимоном 200/15/7	222
покупное/	4,35	0,55	26,57	129	Хлеб пшеничный 55 (СОШ_2018)	55
	37,83	**34,89**	**144,52**	**1042**	**Итого**	**552**

Обед 5-11 класс

67/2015	1,40	10,04	7,29	126	Винегрет овощной 100 (СОШ_2018)	100
113/2017	4,90	7,40	11,67	142	Суп-лапша домашняя с птицей 250/10 (СОШ_2018)	260
265/2015	16,82	37,56	34,52	544	Плов 200 (СОШ_2018), свинина	200
покупное/	0,60		33,00	136	Сок в ассортименте 200 (СОШ_2018)	200
покупное/	3,16	0,40	19,32	94	Хлеб пшеничный 40 (СОШ_2018)	40
покупное/	3,96	0,72	20,04	104	Хлеб ржаной 60 (СОШ_2018)	60
	30,84	**56,12**	**125,84**	**1145**	**Итого**	**860**

***Замена салатов с 01.03**

	Ккал
норма суммарного объема порций	500
	700
	550
	800

	Ккал	суммарный объем порций
завтрак 1-4	535	509
обед 1-4	759	764
завтрак 5-11	684	570
обед 5-11	955	924

Ккал	с заменами салатов с 01.03	суммарный объем порций с 01.03
535	завтрак 1-4	509
764	обед 1-4	764
684	завтрак 5-11	570
968	обед 5-11	924