



на осенне-зимний период 2023/2024 учебного года  
 для обучающихся общеобразовательных организаций Территориального городского округа Ставропольского края

**ЗАВТРАК И ОБЕД**



Присл пиши	Наименование блюда	Выход		Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг						Минералы, мг				№ рецептуры
		12-18 лет	12-18 лет					В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe			
<b>1 ДЕНЬ</b>																		
ЗАВТРАК	Суп молочный с крутой рисовой	200/5		3,60	3,95	15,71	112,60	0,07	0,20	0,31	0,91	158,83	23,07	137,47	0,25	Дети прилн 2005-121		
	Сыр «Российский»	15		3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Дети прилн 2005-15		
	Бульон (лаборатор)	1/50		2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40	прож.		
	Чай с лимоном	200/15/7		2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дети прилн 2005-377		
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150		0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Дети прилн 2005-338		
	Итого	642		12,63	8,93	83,71	474,60	0,17	0,32	1,19	123,85	375,35	65,11	283,91	1,76			
	Овощи натуральные соленные или свежие	100		0,8	0	3,4	16	0,02	0,02	0,18	2,7	12,4	13,3	40,02	0,32	Дети прилн 2005-70/71		
	Пиц из свежей капусты с картофелем	250/5		1,60	4,93	11,50	96,75	0,06	0,05	0,81	18,47	43,33	22,25	47,63	0,80	Дети прилн 2005-88		
	Компоты или витаминизированные	100		14,80	18,80	11,60	27,40	0,08	0,07	1,81	0,30	25,30	27,33	163,00	0,73	Дети прилн 2005-234		
	Салат свежих овощей	50		0,73	2,62	3,12	38,90	0,01	0,01	0,08	0,02	13,65	2,64	11,37	0,10	Дети прилн 2005-333		
Каши рассыпчатая гречневая	180		9,02	7,54	48,87	299,52	0,25	0,14	2,97	0,00	17,78	162,99	244,71	5,47	Дети прилн 2005-302			
Кашон из свежих плодов	200		0,16	0,00	29,00	138,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Дети прилн 2005-342			
Хлеб пшеничный	30		2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122			
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124			
Итого день	935		30,80	34,43	130,59	728,57	0,51	0,34	6,56	23,21	144,84	251,41	568,83	9,62				
	1577		43,43	43,36	214,30	1203,17	0,68	0,66	7,75	147,06	520,19	316,52	852,74	11,38				

Присл пиши	Наименование блюда	Выход		Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг						Минералы, мг				№ рецептуры
		12-18 лет	12-18 лет					В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe			
<b>2 ДЕНЬ</b>																		
ЗАВТРАК	Овощи натуральные соленные или свежие	100		0,8	0	3,4	16	0,02	0,02	0,18	2,7	12,4	13,3	40,02	0,32	Дети прилн 2005-70/71		
	Куски из кур, фройде-чизбург с рисом	100/5		16,00	24,24	8,24	315,00	0,07	0,11	4,91	0,60	18,17	18,88	126,33	1,06	Дети прилн 2005-301		
	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5		6,48	7,56	43,92	270,00	0,07	0,03	0,93	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	Дети прилн 2005-203		
	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Дети прилн 2005-349		
	Хлеб пшеничный	30		2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122		
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124		
	Итого	640		27,05	32,34	100,48	800,00	0,24	0,21	6,77	3,70	85,92	82,82	284,95	5,22			
	Каша свеколная	100		2,3	6,8	15,4	132	0,03	0,03	0,3	6,72	38,33	29,63	60,78	1,77	Дети прилн 2005-75		
	Суп картофельный с крупой	250		2,00	2,73	20,93	116,25	0,10	0,06	1,06	8,25	23,05	25,00	62,55	0,88	Дети прилн 2005-101		
	Тортмен 2-ой вариант	100		11,88	17,26	17,68	272,92	0,11	0,16	3,55	1,10	57,66	26,64	157,70	2,08	Дети прилн 2005-279		
Салат свежих овощей	50		0,90	2,61	3,83	42,50	0,01	0,02	0,11	0,67	14,62	7,90	14,69	0,20	Дети прилн 2005-331			
Каша рассыпчатая перловая	180		7,88	7,43	48,04	290,70	0,21	0,03	0,96	0,00	19,96	56,81	161,32	1,86	Дети прилн 2005-302			
Чай с сахаром	200/15		0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дети прилн 2005-376			
Хлеб пшеничный	30		2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122			
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124			
Итого день	1585		53,80	69,71	244,46	1825,77	0,78	0,55	13,39	20,47	258,25	249,54	801,57	13,58				

Пример пищи	Наименование блюда	Выход		Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминный, мг						Минералы, мг				№ рецептуры
		12-18 лет	Б.					Ж.	У.	к-во Ккал	В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	
<b>3 ДЕНЬ</b>																		
ЗАВТРАК	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20	42,00	16,80	66,00	580,00	0,11	0,52	1,04	0,48	294,60	44,40	420,60	1,39	Дети притт 2005-223			
	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Дети притт 2005-382			
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Дети притт 2005-338			
	Итого	570	46,56	20,00	117,94	834,80	0,25	0,77	1,61	122,07	514,82	91,73	591,16	2,47				
	Исра творожная	100	2,1	6,8	13,8	125	0,05	0,07	0,5	5,12	30,63	41,29	70	1,22	Дети притт 2005-75			
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,83	4,90	15,20	112,25	0,05	0,04	0,58	10,29	44,39	26,25	53,72	1,19	Дети притт 2005-82			
	Компот фруктовый из бройлер-цыплят	100/5	13,20	22,60	14,80	324,00	0,10	0,13	4,70	0,73	17,50	23,33	133,83	1,58	Дети притт 2005-295			
	Пюре из картофеля с маслом	180	15,84	9,00	51,66	156,00	0,61	0,13	1,63	21,79	9,54	33,30	103,91	5,95	Дети притт 2005-199			
	Компот из яблоков	200	0,08	0,09	27,08	108,6	0,02	0,01	0,08	12,9	23,52	6,5	11,5	0,24	Зубовое А.И. — 864			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.В. 2012-122			
Итого	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевалов А.В. 2012-124			
	Итого	890	38,74	43,93	145,64	937,25	0,91	0,42	8,11	50,83	143,28	149,97	430,16	11,44				
	Итого день	1460	85,30	63,93	263,58	1772,05	1,16	1,19	9,72	172,90	658,10	241,70	1021,32	13,91				

Пример пищи	Наименование блюда	Выход		Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминный, мг						Минералы, мг				№ рецептуры
		12-18 лет	Б.					Ж.	У.	к-во Ккал	В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	
<b>4 ДЕНЬ</b>																		
ЗАВТРАК	Горошек овсяной овальной с маслом	100/5	3,1	4,4	6,5	78	0,11	0,05	0,67	11	21,45	20,8	59,95	0,68	Дети притт 2005-131			
	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/50	14,16	7,47	7,47	154,00	0,08	0,08	0,96	2,26	30,50	32,26	165,62	0,70	Дети притт 2005-229			
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	Дети притт 2005-312			
	Компот из свежих яблоков	200	0,16	0,00	29,00	133,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Дети притт 2005-342			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.В. 2012-122			
Итого	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевалов А.В. 2012-124			
	Итого	685	24,85	18,53	88,35	636,12	0,45	0,31	3,97	36,77	128,50	109,26	391,58	4,79				
	Овощи натуральные соевые или свекле	100	0,8	0	3,4	16	0,02	0,02	0,18	2,7	12,4	13,3	40,02	0,32	Дети притт 2005-70/71			
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,65	2,78	24,23	132,50	0,11	0,06	1,18	8,25	24,60	27,00	66,65	1,08	Дети притт 2005-103			
	Птица, тушенная в соусе	100/50	20,25	25,65	5,70	334,50	0,05	0,13	3,73	0,01	51,13	19,00	124,63	1,51	Дети притт 2005-290			
ОБЕД	Каши рисовая пшеничная	180	7,90	6,07	49,55	284,40	0,15	0,06	0,84	0,00	28,85	41,06	190,76	3,23	Дети притт 2005-302			
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дети притт 2005-377			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.В. 2012-122			
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевалов А.В. 2012-124			
	Итого	932	42,47	40,39	145,58	1107,05	0,57	0,38	7,67	19,60	199,18	160,40	622,18	9,57				
Итого день	Итого день	1637	67,32	58,92	233,93	1743,17	1,02	0,69	11,64	56,37	327,68	209,66	1013,76	14,36				

Пример пищи	Наименование блюда	Выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Вытяжки, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
<b>5 ДЕНЬ</b>																
ЗАВТРАК	Каши жидкая молочная рисовая	200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,32	Дети притт 2005-182	
	Булочка «Домашняя»	1/50	3,75	6,60	30,45	196,00	0,06	0,03	0,78	0,00	9,90	13,70	35,00	0,65	Дети притт 2005-424	
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дети притт 2005-376	
	Нюхри 2,5% жирности	1/125	4,90	6,20	21,20	240,00	2,05	0,03	0,56	0,00	3,40	7,30	24,00	0,50	прод.	
	Имозо	595	10,94	17,89	89,18	641,33	2,14	0,07	1,84	0,03	19,34	37,77	109,65	1,78		
	Нюхри овсяная	100	1,3	4,12	7,16	71	0,02	0,03	0,33	4,37	32,06	22,19	40,38	0,95	Дети притт 2012-55	
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	Дети притт 2005-102	
	Кнежи из кур, бройлер-чужьян с рисом	100/5	16,00	24,34	8,24	315,00	0,07	0,11	4,91	0,60	18,17	18,88	126,33	1,06	Дети притт 2005-301	
	Макроронные изделия отагрные с маслом	180/5	6,48	7,56	43,92	270,00	0,07	0,03	0,93	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	Дети притт 2005-203	
	Кусель из яблок	200	0,12	0,00	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,47	3,6	4,4	0,94	Дети притт 2005-332	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевагов А.Я. 2012-122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевагов А.Я. 2012-124	
	Имозо	870	35,42	44,59	160,37	1184,15	0,52	0,35	9,16	20,75	163,11	154,61	478,04	8,43		
	Итого день	1465	46,36	62,48	249,55	1823,48	2,66	0,42	11,00	20,78	182,45	192,38	587,69	10,21		

Пример пищи	Наименование блюда	Выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Вытяжки, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
<b>6 ДЕНЬ</b>																
ЗАВТРАК	Овощи натуральные соевые или свекле	100	0,8	0	3,4	16	0,02	0,02	0,18	2,7	12,4	13,3	40,02	0,32	Дети притт 2005-70/71	
	Льез из пшеницы	100/180	27,25	31,55	44,61	571,20	0,08	0,16	5,41	1,34	60,13	63,34	265,73	2,92	Дети притт 2005-391	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	прод.	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевагов А.Я. 2012-122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевагов А.Я. 2012-124	
	Имозо	630	32,74	32,09	95,51	800,20	0,21	0,25	6,41	8,04	104,23	103,94	377,45	7,30		
	Горошек овсяной овсяной с маслом	100/5	3,1	4,4	6,5	78	0,11	0,05	0,67	11	21,45	20,8	59,95	0,68	Дети притт 2005-131	
	Распашник Ленинградский	230/5	2,10	5,10	20,50	136,25	0,10	0,06	1,08	7,54	26,45	25,90	71,95	0,97	Дети притт 2005-96	
	Биточки рубленные из пшеницы	100/5	17,85	3,67	8,83	140,00	0,07	0,04	6,88	0,00	11,83	24,50	129,83	1,38	Дети притт 2012-306	
	Канюга пшеница	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	Дети притт 2005-321	
ОБЕД	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дети притт 2005-376	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевагов А.Я. 2012-122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевагов А.Я. 2012-124	
	Имозо	905	30,67	18,52	113,05	740,27	0,41	0,26	10,51	48,07	180,09	128,84	397,71	6,36		
	Итого день	1335	63,41	50,61	208,56	1540,47	0,62	0,51	16,92	56,11	284,32	232,78	775,16	13,56		

Присм лица	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамини, мг						Минерали, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная из мягкой крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Дети притт 2005-181	
		Сыр «Российский»	15	3,48	4,43	0,00	34,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Дети притт 2005-15
		Булочка с изюмом	1/50	2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40	пртм.
		Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,8	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14	90	0,13	Дети притт 2005-379
		Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,30	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Дети притт 2005-338
		Итого	620	16,61	10,66	123,74	673,80	0,18	0,29	1,32	121,42	336,03	59,10	259,60	1,60	
		Икра морковная	100	2,1	6,8	13,8	125	0,05	0,07	0,5	5,12	30,63	41,29	70	1,22	Дети притт 2005-75
		Сыр каршофельный с крупой	250	2,00	2,73	20,93	116,25	0,10	0,06	1,06	8,25	23,05	25,00	62,55	0,88	Дети притт 2005-101
		Голубцы капустные	100	4,00	5,67	22,59	157,22	0,10	0,07	0,78	6,99	55,83	38,33	108,81	1,90	Дети притт 2012-298
		Сыр сменанный с мяском	50	0,90	2,61	3,83	42,50	0,01	0,02	0,11	0,67	14,62	7,90	14,69	0,20	Дети притт 2012-331
		Каши расквашенная с овощами	180	4,20	4,49	41,63	223,20	0,04	0,04	0,97	0,00	13,68	36,60	98,04	0,74	Дети притт 2012-166
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Дети притт 2005-349
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Дети притт 2005-122	
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Дети притт 2012-124
		Итого	930	22,05	28,19	171,55	1026,92	0,61	0,38	5,32	27,24	225,41	210,47	514,37	9,48	
		Итого день	1550	38,66	38,85	295,29	1700,72	0,79	0,67	6,64	148,66	561,44	269,57	773,97	11,08	

Присм лица	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамини, мг						Минерали, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
<b>8 ДЕНЬ</b>																
	Тертени 2-ой варианти	100	11,88	17,26	17,68	272,92	0,11	0,16	3,55	1,10	57,66	26,64	157,70	2,08	Дети притт 2005-279	
		Сыр сменанный с мяском	50	0,90	2,61	3,83	42,50	0,01	0,02	0,11	0,67	14,62	7,90	14,69	0,20	Дети притт 2005-331
		Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,48	7,56	43,92	270,00	0,07	0,03	0,93	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	Дети притт 2005-203
		Кисель из яблок	200	0,12	0,00	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,47	3,6	4,4	0,94	Дети притт 2005-352
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Дети притт 2012-122
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Дети притт 2012-124
		Итого	585	23,07	27,97	118,65	817,82	0,28	0,26	5,31	3,49	110,28	82,78	279,09	5,81	
		Курчиза отварная с мяском	100/5	2,2	3,13	9	73,33	0,1	0,05	0,65	9,3	18,66	19,53	57,78	0,66	Дети притт 2005-133
		Сыр каршофельный с болгарским (сорок)	250	5,08	5,35	23,85	163,75	0,23	0,07	1,15	5,81	38,08	36,05	87,18	2,03	Дети притт 2005-102
		Комплет или выпечка рыбные	100/5	14,80	18,80	11,60	27,40	0,08	0,07	1,81	0,30	25,50	27,33	193,00	0,73	Дети притт 2005-334
		Каши расквашенная пшеничная	180	7,90	6,07	49,55	284,40	0,15	0,06	0,84	0,00	28,85	41,06	190,76	3,23	Дети притт 2005-302
		Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дети притт 2005-376
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Дети притт 2012-122		
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Дети притт 2012-124		
Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Дети притт 2005-338		
Итого	1055	40,30	41,43	202,35	1095,15	0,87	0,48	7,77	173,16	321,39	231,17	740,47	11,05			
Итого день	1640	63,37	69,40	321,00	1912,97	1,15	0,74	13,08	176,65	431,67	313,95	1019,56	16,86			

Присл пицца	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Вытяжки, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
ЗАВТРАК	Каши из молочной закваски	200/5	7,79	9,89	35,91	266,89	0,19	0,18	0,61	1,45	144,73	32,93	94,40	1,21	Переватов А.Я. 2012-282	
		Чай с лимонком	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дети приют 2005-377
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122
		Ноготр 2,5% эфирности	1/125	4,90	6,20	21,20	240,00	2,29	0,03	0,56	0,00	3,40	7,30	24,00	0,50	прям.
		Итого	582	17,06	16,39	87,61	642,89	2,29	0,23	1,68	4,28	169,25	52,57	148,94	2,67	Дети приют 2005-70/71
		Овоши нарезанные соевые или свежие	100	0,8	0	3,4	16	0,02	0,02	0,18	2,7	12,4	13,3	40,02	0,32	Дети приют 2005-304
		Суп-пюре овощной	250	2,21	5,06	11,93	102,30	0,03	0,02	0,42	0,50	19,70	10,45	29,30	0,59	Зубов А.И.-218/1066
		Пюре из овощей с маслом	100/5	21,40	19,00	1,40	262,00	0,03	0,13	4,80	0,00	39,00	20,00	143,00	1,80	Дети приют 2005-288
		Компот из свежих плодов	180	15,84	9,00	51,66	156,00	0,61	0,13	1,63	21,79	9,54	33,30	103,91	5,95	Дети приют 2005-199
		Хлеб пшеничный	200	0,16	0,00	29,00	133,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Дети приют 2005-342
ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122	
		Итого	880	44,10	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-124
		Среднее значение за 10 дней	880	44,10	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-124
		Итого	1462	61,16	49,99	208,10	1424,19	3,09	0,58	9,42	30,99	282,07	152,52	527,27	13,53	

Присл пицца	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Вытяжки, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
ЗАВТРАК	Курица отварная с маслом	100/5	2,2	3,13	9	73,33	0,1	0,05	0,65	9,3	18,66	19,53	57,78	0,66	Дети приют 2005-133	
		Компота рубленная из фрейдлер-чипсов	100/5	15,20	22,60	14,80	324,00	0,10	0,13	4,70	0,73	17,50	23,33	133,83	1,38	Дети приют 2005-295
		Рис отварной	180	4,52	7,33	49,68	282,78	0,03	0,02	0,81	0,00	1,64	19,60	73,13	0,63	Дети приют 2005-304
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Дети приют 2005-349
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-124
		Итого	640	25,69	33,60	118,40	879,11	0,31	0,25	6,91	10,43	87,32	87,76	337,84	5,38	
		Среднее значение за 10 дней завтрак	619	23,72	21,84	102,36	720,07	0,65	0,30	3,70	43,41	193,10	77,28	306,33	3,88	
		Овоши нарезанные соевые или свежие	100	0,8	0	3,4	16	0,02	0,02	0,18	2,7	12,4	13,3	40,02	0,32	Дети приют 2005-70/71
		Суп картофельный с клецками	250	5,23	6,28	29,00	193,50	0,08	0,05	0,78	5,75	18,22	18,13	47,35	0,68	Дети приют 2005-108/109
Рыба, тушенная в томате с овощами	100/50	14,16	7,47	7,47	154,00	0,08	0,08	0,96	2,26	30,50	32,26	165,62	0,70	Дети приют 2005-229		
Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	Дети приют 2005-312		
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дети приют 2005-376		
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122	
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-124
		Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	0,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Переватов А.Я. 2012-124
		Итого	1100	27,72	20,41	100,25	694,02	0,43	0,32	4,19	32,53	124,30	117,73	417,38	4,48	Дети приют 2005-338
		Среднее значение за 10 дней обед	1740	53,41	34,01	218,65	1573,13	0,74	0,57	11,10	42,96	211,62	205,49	755,22	9,86	
		Среднее значение за 10 дней	946	34,10	34,29	143,39	932,05	0,62	0,36	7,37	43,89	178,68	167,13	506,50	8,96	
Итого	1565	57,82	56,13	245,74	1652,11	1,27	0,66	11,07	87,30	371,78	244,41	812,83	12,83			

Оборудование кухни и кулинарных изделий для питания школьников Дети приют Москва 2005 г. М.П.Можаловый  
 Оборудование кухни и кулинарных изделий для питания детей Дети приют Москва 2012 г. М.П.Можаловый  
 Оборудование кухни и кулинарных изделий для ДОО и деп. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.Я.Переватов  
 Оборудование кухни и кулинарных изделий. Москва "Тайф" 2005 г. А.И.Зорбине  
 Соответствие требованиям СанПиН 18-104-02

МАШИНАЛЬНЫЕ КАЗЕННЫЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
 "РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ  
 ГОРНОБАЙКАЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА"  
 ОГРН 1172661026239, ИНН 2625066662  
 г. Георгиевск, ул. Ленина, 110

*С.С.С.С.*

И.А. Чапан

Ведущий инженер-технолог МКУ "Ресурсный центр"