



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

_____/_____
« _____ » _____ 2025 г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

2-х недельное для обучающихся 5-11 классов (возрастная категория: с 12 лет и старше) льготной категории Имена

Оказание услуг по организации горячего питания обучающихся получающих начальное общее образование, получающих основное общее и среднее общее образование, для школ Симферопольского района на 2024 -2025 учебный год

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучма, Москва 2016 г.

* Сборник рецептов на продужкино для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г (2011 г), рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тугельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)

*Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, разработанная ГОУ высшего профессионального образования Московский государственный университет прикладной биотехнологии (МГУПБ) И.О. ректора Е.И. Титов, Московский фонд солидарности санитарно-эпидемиологическому благополучию населения Первый заместитель исполнителя директора В.И.Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НИЦ здоровья детей РАМН Директор В.Р.Кучма, 2006 г

*Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях (отделениях) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: практ. руководство (нормативный документ) / Сост. Б.С.Каганов, А.С. Шарфетдинов, Э.Н.Преображенская и др. - М.:2010. - 496с.

*СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

*Картогеза блюд диетического (лечебного и профилактического питания) оптимизированного состава для детей, Департамента здравоохранения г. Москвы / Сост. д.м.н., профессор Шарфетдинов Х.Х., д.м.н., профессор Конь И.Я., д.м.н. и др. - М.:2011

*Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации (практическое руководство для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания) [Тугельян В. А., Гапбаров М.М.Г., 2014г. - с. 459

*Картогеза блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения. / Практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания и заведующих производством. Том 1, 2, М. А. Савсонов, 1995/96 г.

*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Сборник технических нормативов ФГАУ НИЦЗД Минздрава России, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НИ СПО «АПППОЗ» —М.: Издатель Научный центр здоровья детей / Сост. Г.Г. Онищенко, В.А.Тугельян, Д.Б. Никитков, В.В. Чернигов и др. - М.:2022. — 698 с.

Симферопольский район 2025год

Основное меню завтрак, обед для детей 5-11 классов

Неделя 1												
День 1												
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.						
Завтрак												
7.30/2014	Икра из кабачков (консервы)	50	0,95	4,45	3,85	59,50	17,50	20,50	7,50	0,35		
22/6/2016	Макароны, запеченные с сыром	150	12,50	14,80	36,74	312,80	0,07	215,00	15,68	1,03		
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	11,50	16,50	0,95		
19/2016	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,00	16,50	28,50	2,25		
54-3тн/2021	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	7,20	30,31	2,85	5,49	3,04	0,47		
403/2016	Яблочки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20		
	Итого завтрак:	600	21,01	20,66	98,89	654,11	30,42	284,99	80,22	5,05		
Обед												
70/2015	Овощи натуральные соевые (супурья)	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60		
132/2016	Суп картофельный с горохом	250	5,13	11,12	28,56	197,50	4,69	27,70	28,51	2,13		
54-10м-2020/2021	Капуста тушеная с мясом	280	17,96	16,92	47,96	433,00	104,30	312,66	49,04	2,06		
484/2016	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80		
18/2016	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38		
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90		
	Итого обед:	870	27,73	28,74	114,94	817,30	117,99	388,56	117,55	8,87		
	Всего:	1470	48,74	49,40	213,83	1471,41	148,41	673,55	197,77	13,92		
День 2												
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.						
Завтрак												
268/2016	Каша рисовая молочная жидкая	250	15,80	8,50	39,50	258,50	14,50	258,90	45,80	1,25		
13/2016	Масло (порция)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	1,20	0,00	0,02		
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80		
12.10/2014	Печенье сахарное	20	1,50	1,96	14,88	82,80	0,00	5,80	8,00	0,42		
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43		
	Итого завтрак:	560	23,03	19,51	94,49	607,63	14,55	290,99	92,00	4,68		
Обед												
47/2015	Салат из квашенной капусты	100	1,60	3,10	3,25	49,70	25,33	41,98	14,36	0,57		
54-18с/2022	Свекольник со сметаной	250	1,34	11,62	8,58	157,25	10,29	171,11	18,63	0,97		
338/2016	Пшениль рубленый крупный	100	18,34	10,50	13,60	159,65	0,00	112,50	66,81	1,41		
344/2016	Картофель запеченный	180	3,65	3,12	36,69	210,00	36,48	18,24	41,95	1,64		
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90		
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	0,00	18,33	66,33	26,00	18,21	12,00	0,82		
403/2016	Яблочки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20		
	Итого обед:	990	30,44	29,30	116,60	818,73	108,10	393,84	187,35	9,27		
	Всего:	1550	53,47	48,81	211,09	1426,36	122,65	684,83	279,35	13,95		

День 3	№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.
				белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					
Завтрак											
	15/2016	Сельдь (порциями)	40	6,80	13,13	0,00	58,00	0,20	52,74	12,00	0,40
	605/2016	Тфтели из мяса птицы с соусом 65/35	100	12,56	5,66	14,66	154,17	0,03	12,37	46,60	0,85
	354/2016	Пюре картофельное	150	3,23	2,88	28,99	189,56	25,95	145,89	32,99	1,22
	18/2016	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,00	10,35	14,85	0,85
	19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80
	11.17/2010	Напиток из плодов шиповника	200	0,51	0,21	10,24	54,57	150,00	9,09	2,55	0,46
		Итого завтрак:	575	29,16	22,72	89,39	631,65	176,18	243,64	131,79	5,58
Обед											
	8.9/2011	Икра свекольная	100	1,65	3,41	10,03	149,27	10,58	31,47	20,30	1,24
	159/2016	Щи зеленые	250	2,45	2,80	28,81	143,75	80,00	128,79	51,60	1,24
	255/2015	Печень по-строгановски	100	13,97	16,89	18,95	205,23	26,51	169,58	16,73	5,28
	341/2016	Каша гречневая	180	7,57	4,45	32,28	207,24	0,00	12,36	120,00	4,03
	18/2016	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38
	19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
	457/2016	Компот из ягод	200	0,20	0,08	8,45	36,73	40,00	7,41	6,20	0,28
		Итого обед:	870	28,68	28,03	115,04	824,02	157,09	360,81	232,83	13,35
		Всего:	1445	57,84	50,75	204,43	1455,67	333,27	604,45	364,62	18,93
День 4											
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.						
Завтрак											
	243/2016	Сырники из творога	150	29,65	18,61	19,14	368,80	4,95	251,43	38,22	0,93
	Пром.	Молоко стухшее с сахаром	30	2,16	2,55	16,65	98,40	0,30	92,10	10,20	0,06
	420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
	18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
	19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
	403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20
		Итого завтрак:	550	37,23	22,24	82,28	688,33	15,30	381,32	89,92	5,73
Обед											
	70/2015	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	1,10	0,10	1,60	16,00	10,00	14,00	20,00	0,90
	122/2016	Рассолыник ленинградский	250	1,22	7,58	15,89	119,58	13,12	73,62	11,55	0,43
	504/2016	Пельмени со сметаной 200/5	205	18,91	18,90	46,90	429,58	0,69	289,69	27,56	2,06
	18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
	19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80
	451/2016	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,08	0,08	8,95	37,33	2,00	3,41	1,80	0,46
	12.10/2014	Печенье сахарное	15	1,13	1,47	11,16	62,10	0,00	4,35	3,00	0,32
		Итого обед:	850	28,11	28,93	117,54	828,19	25,81	407,47	99,91	6,73
		Всего:	1400	65,34	51,17	199,81	1516,52	41,11	788,79	189,83	12,46

День 5		Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность					Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.
№, рецептура	Масса порций, г.			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.					
		Завтрак											
193/2016	Каша жидкая молочная из крупы Геркулес	250	7,65	8,06	26,81	229,93	1,30	140,47	63,66	1,50			
465/2006	Блинчики с повидлом 65/10	75	5,63	6,60	30,34	180,64	12,03	92,24	15,28	0,68			
18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	6,90	9,90	0,57			
54-21гм/2022	Какао с молоком	200	5,32	5,40	14,44	129,49	1,95	185,33	38,00	1,05			
	Итого завтрак:	555	20,88	20,30	86,35	610,56	15,28	424,94	126,84	3,80			
Обед													
70/2015	Овощи натуральные соленные (отрупы)	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60			
82/2015	Борщ с капустой и картофелем	250	1,61	3,39	10,80	132,58	18,59	30,51	18,71	0,87			
471/2022	Фришболлы 60/40	100	20,05	9,44	11,56	176,55	2,43	295,43	35,51	1,02			
305/2015	Рис рассыпчатый	180	4,39	13,69	46,20	275,49	0,00	5,42	31,20	0,63			
484/2016	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80			
18/2016	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38			
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90			
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20			
	Итого обед:	970	31,09	27,62	116,78	818,42	40,02	395,56	134,42	9,40			
	Всего:	1525	51,97	47,92	203,13	1428,98	55,30	820,50	261,26	13,20			
Нелегя 2													
День 6													
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность					Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.						Са, мг.
Завтрак													
232/2016	Омлет	150	14,80	17,60	12,80	312,50	0,82	220,50	25,60	1,64			
22/2016	Горошек консервированный	50	1,55	0,10	39,80	40,20	3,90	10,00	9,50	0,65			
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	11,50	16,50	0,95			
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20			
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43			
	Итого завтрак:	550	20,55	18,50	93,99	545,13	14,77	260,69	62,80	5,87			
Обед													
70/2015	Овощи натуральные соленные (помидоры)	100	1,10	0,10	1,60	16,00	10,00	14,00	20,00	0,90			
157/2016	Щи из свежей капусты	250	1,80	8,10	23,58	152,62	21,90	26,62	14,65	0,54			
504/2016	Пельмени со сметаной 200/5	205	18,91	18,90	46,90	429,58	0,69	289,69	27,56	2,06			
18/2016	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76			
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90			
484/2016	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80			
	Итого обед:	805	27,17	27,86	118,64	819,00	36,59	360,11	94,81	7,96			
	Всего:	1355	47,72	46,36	212,63	1364,13	51,36	620,80	157,61	13,83			

День 7		Пищевая ценность															
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	белки, г.			жиры, г.			углеводы, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.								
Завтрак																	
193/2016	Каша жидкая молочная из крупы Геркулес	250	7,65	8,06	26,81	229,93	4,20	140,47	63,66	1,50							
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76							
5.14/2014	Йогурт 1/125	125	5,13	5,80	7,38	71,25	0,75	152,50	18,75	0,13							
12.10/2014	Печенье сахарное	40	3,00	3,92	29,76	165,60	0,00	11,60	8,00	0,84							
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20							
	Итого завтрак:	555	19,22	18,50	93,43	607,78	14,95	329,77	112,61	5,43							
Обед																	
9.118/1995	Консервы овощные закусочные (Лечо)	100	1,17	3,17	9,30	69,70	32,57	25,72	17,48	0,70							
132/2016	Суп картофельный с горохом	250	5,13	11,12	28,56	197,50	4,69	27,70	28,51	2,13							
318/363/2016	Котлеты рубленые из птицы с соусом томатным 70/30	100	13,63	5,02	13,04	150,60	1,19	286,96	51,90	1,36							
341/2016	Каша гречневая	180	7,58	10,56	34,29	211,73	0,00	12,43	120,00	4,02							
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76							
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35							
11.17/2010	Напиток из плодов шиповника	200	0,51	0,21	10,24	54,57	150,00	9,09	2,55	0,46							
	Итого обед:	900	33,04	30,76	125,13	830,30	188,45	381,00	250,74	10,78							
	Всего:	1455	52,26	49,26	218,56	1438,08	203,40	710,77	363,35	16,21							
День 8																	
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	белки, г.			жиры, г.			углеводы, г.			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.								
Завтрак																	
29/2016	Кужуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,40	1,44	12,60	3,90	0,11							
291/2017	Плов из птицы	250	25,44	19,75	46,94	368,90	14,37	244,86	114,93	2,17							
18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	6,90	9,90	0,57							
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80							
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43							
	Итого завтрак:	550	31,02	20,59	85,41	554,33	15,86	280,25	153,73	5,08							
Обед																	
60/2022	Салат из капусты с растительным маслом	100	1,55	3,08	6,19	59,67	37,68	41,12	14,85	0,53							
54-18с/2022	Свекольник со сметаной	250	1,34	11,62	8,58	157,25	10,29	171,11	18,63	0,97							
311/2016	Гуляш из мяса птицы 50/50	100	12,33	6,80	11,50	168,32	1,20	143,23	45,71	0,83							
339/2016	Издалия макаронные отварные (спагетти)	180	6,86	6,24	58,22	210,91	0,00	11,86	9,98	0,99							
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76							
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35							
457/2016	Компот из ягод	200	0,20	0,08	8,45	36,73	40,00	7,41	6,20	0,28							
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20							
	Итого обед:	1000	27,70	28,90	132,44	826,08	99,17	409,83	134,67	7,91							
	Всего:	1550	58,72	49,49	217,84	1380,41	115,03	690,08	288,40	12,99							

День 9 №, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.					
Завтрак 198/2016	Каша пшеница молочная с курагой	200	12,20	15,02	39,99	338,00	2,02	170,13	55,33	1,37	
	Сыр (полужирный)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07	88,00	3,50	0,10	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	7,20	30,31	2,85	5,49	3,04	0,47	
	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20	
403/2016	Итого завтрак:	550	18,02	18,70	76,67	545,71	14,94	288,82	84,07	4,90	
Обед 54-163-2020/2021	Винегрет с растительным маслом	100	1,39	11,00	7,48	68,50	14,83	19,97	21,21	0,88	
	Суп рыбный	250	4,85	8,50	10,61	169,06	8,12	335,62	26,41	0,78	
	150/2016	100	16,36	8,20	14,38	162,58	1,00	13,40	60,40	1,36	
	617/2022	180	8,06	1,44	47,30	246,24	0,00	28,80	87,84	2,44	
	200/2016	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
	18/2016	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35	
	19/2016	200	0,08	0,08	8,95	37,33	2,00	3,41	1,80	0,46	
	451/2016	900	35,76	29,90	118,42	829,91	25,95	420,30	227,96	8,03	
	Итого обед:	1450	53,78	48,60	195,09	1375,62	40,89	709,12	312,03	12,93	
	ВСЕГО:										
День 10											
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.					
Завтрак 7.30/2014	Икра из кабачков (консервы)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	11,00	24,60	9,00	0,42	
	338/2016	100	18,33	13,15	13,60	159,65	0,00	112,50	66,80	1,42	
	340/2016	180	6,60	5,76	42,28	225,03	0,00	145,06	9,59	0,96	
	18/2016	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
	19/2016	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80	
	429/2016	200	0,09	0,08	15,20	62,37	2,00	9,57	1,80	0,46	
	Итого завтрак:	620	31,84	25,13	108,74	682,05	13,00	314,13	123,19	5,82	
	Обед 59/2016	Салат из моркови с сахаром	100	1,17	0,09	10,20	47,46	4,50	24,42	34,20	0,64
		133/2015	250	14,86	13,98	23,15	244,06	5,36	123,31	17,49	0,64
		891/2022	200	4,73	12,58	30,08	272,58	10,40	198,25	18,06	1,02
18/2016		40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016		40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80	
484/2016		200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80	
Итого обед:		830	27,44	27,65	116,67	819,70	24,26	382,38	113,75	7,66	
ВСЕГО:		1450	59,28	52,78	225,42	1501,75	37,26	696,51	236,94	13,48	
ВСЕГО за 10 дней:		14750	549,53	494,95	2111,61	14405,93	1158,68	7015,40	2660,16	144,10	
СРЕДНЕ ЗА ДЕНЬ:		1475	54,95	49,49	211,16	1440,59	115,87	701,54	266,02	14,41	

*Овощи натуральные - допускается использование иных овощей; ** Фрукт свежий - допускается выдача иных фруктов; *** Кисломоломочный продукт - допускается использование иного кисломоломочного продукта.