Согласовано:

Директор МБОУ « Гимназия № 34 »

Ворошиловского района

г. Ростова- на-Дону

_____ Чередников И. А.

«01» 09 2023г.

Утверждаю:

Директор МУП « Школьное питание»

Ворошиловского района

г. Ростова- на-Дону

_____ Зоренко Н.А

«01» сентября 2023г.

Примерное 2-х недельное меню МУП «Школьное питание» на горячее питание для учащихся с 1 по 4 класс, завтрак стоимостью 76руб.45 коп., обед 107 руб. 03 коп. муниципальных школ Ворошиловского р-на г. Ростова-на-Дону на 2023-2024 г.

осенний, зимний период.

2023г.

День **: понедельник**
Неделя: первая
Сезон: осенний, зимний
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1(завтрак)									
/№291 М 2017	Плов из птицы (50/150)	200	18.000	8.94	36.450	298.6	36.09	46.16	54	1.87
/№52 М2017	Овощи по сезону	60	0.84	3.6	4.95	55.6	21.2	24.4	12.4	0.79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.8	11.0	37.0	14.5	0.69
/№375 / 376 М 2017	Напиток	200	0.05	0.015		60.0	9.99	2.52	1.26	0.25
										/
	Итого:	510	23.39	13.71	64.900	531.00				

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
/№103 М 2017	Суп картофельный с вермишелью	200	2.150	2.27	13.960	94.6	23.36	54.06	21.82	0
№455/587 сб 2004 Л	Котлеты рубл с бел капус(70/30)	100	9.25	9.6	12.76	185.9	27.4	22.57	1.53	67.3
№302 СБ 2017 М	Каша гречневая	150	8.590	6.12	38.640	243.8	14.82	203.8	135.7	4.5
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1.8	1.8	3.6	39.0	19.8	60.8	20.4	0.68
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	11.75	58.45	5.5	9.0	4.2	0.35
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
акт от 20,08,2022(техн)	Напиток	180	0.28	0.07	25.38	104.9	19.94	10.8	10.67	0.24
	Итого:	740	25.820	20.735	119.240	784.08				

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: ОСЕННИЙ, ЗИМНИЙ

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№14сб.2017г	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.0	2.4	3		0.02
/№315 сб 2004 Л	Запеканка рисовая с творог125/25	150	9.6	12.45	35.25	298.5	81.71	111.4	15.77	0.54
№432сб.2017г.	Булочка " Алтайская"	40	3.36	1.99	21.83	101.6	9.0	33.0	13.6	33.04
№375 / 376 сб2017 М	Напиток	200	0.07	0.02	15	60.0	11.1	2.8	1.4	0.28
таб. 24 сб. 1994г.	Фрукты	100	13.11	0.00	0.44	51.70				
/	Итого:	510	26.22	21.71	72.65	577.80				

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
/№88 2017 М	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.41	3.96	6.92	71.8	39.4	39.2	17.7	0.66
/№288 сб 2017 М	Птица отварная	90-100	23.46	25.82	0.5	328.0	56	167.1	20.28	1.82
/№312 2017 м	Пюре картофельное	150	3.06	4.8	20.43	137.3	36.97	86.59	27.85	1.01
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.84	4.8	4.9	55.2	2307.0	24.3	12.5	0.8
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.58	11.75	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
акт от 20.08.2022(техн)	Напиток	180	0.118	0.043	22.08	105.3	12.94	7.5	3.54	0.59
	Итого:	730	32.638	40.303	79.730	813.5				

День: среда
Неделя: первая
Сезон: осенний, зимний
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№280/330сб.2017г	Фрикадельки в соусе(55/50)	105	8.63	11.55	10.36	183.0	34.7	85.19	13.49	5.24
№302 СБ 2017 М	Каша пшеничная	150	6.3	4.54	38.85	221.3	24	158.85	34.2	2.64
/№52 сб 2017 М	Овощи по сезону	60	0.84	3.6	4.95	55.6	21.2	24.4	12.4	0.79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.9	14.11	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375/376 сб 2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.99	2.52	1.26	0.25
	Итого:	525	18.18	20.61	81.77	584.0				

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
/№102 сб 2017 М	Суп картофельный с горохом	200	4.39	4.21	13.228	118.6	34.14	70.48	28.46	1.64
/№496 сб 2004 Л	Котлета из филе птицы панирован	90	18.6	20.16	9	294.3	46.53	6.39	22.43	1.57
/№309 сб 2017 М	Макароны отварные	150	5.510	4.51	26.440	168.45	4.86	37.17	21.12	1.15
№47 сб 2017 М	Овощи по сезону	60	1.024	3.002	5.07	51.42	31.34	20.37	9.60	/0.4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№349 сб 2017 М	Напиток	180	0.59	0	25.81	119.32	29.23	21.09	15.71	/0.06
	Итого:	730	32.25	29.755	62.993	868.04				

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
/№14 СБ 2017 м	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.0	2.4	3.0	0	0.02
/№15 сб 2017 М	Сыр твердый	20	4.64	5.9	0	72.0	176.0	100.0	7.0	0.3
311,табл.4 2004г	Каша молочная геркулесовая с сах	250/10	8.31	13.12	37.63	303.0	149.62	234.98	70.82	0.42
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.7	0.9	14.1	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375 / 376 сб2017 М	Напиток	200	0.07	0.02	15	60.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	520	18.64	24.70	76.95	571.1				

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
/№82,2017г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1.440	3.94	8.75	83.0	39.8	43.68	20.9	0.98
/№259,СБ 2017 М	Жаркое по домашнему(40.160)	200	14.040	33.7	18.94	437.7	32.78	205.96	48.96	3.44
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1.5	1.5	3.0	32.5	16.51	60.8	20.4	0.68
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.3	14.1	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	30	1.8	0.3	15.78	69.0	11.5	53.0	12.5	1.6
акт от 20,08,2022(техн)	Напиток	180	0.28	0.07	25.38	104.9	19.94	10.8	10.67	0.24
	Итого:	700	21.42	39.94	99.03	788.5				

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№239/331 сб 2017г.	Тефтели рыбные(80/50)	130	9.08	8.85	12.9	168.0	70.2	134.6	22.4	0.68
/№304 сб 2017 М	Рис отварной	150	3.65	5.37	36.68	209.7	1.36	60.94	16.33	0.52
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1.05	2.05	6.48	44.5	10.0	31.0	10.0	0.3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.3	14.1	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375 / 376 сб2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	540	16.19	16.59	83.66	546.3				

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
/№99,2017г.	Суп из овощей	200	1.27	3.99	7.32	76.2	27.88	39.42	16.6	0.62
№290/330 сб 2017М	Птица тушен.в с/.соусе /филе/(50/50)	100	11.78	10.32	2.93	150.0	38.9	90.5	13.14	0.91
№302 сб 2017 М	Каша пшенная	150	6.600	5.70	37.800	229.5	134.4	134.4	47.25	1.54
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.4	0.05	0.85	6.5	11.5	12	7.0	0.3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№349 сб 2017 М	Напиток	180	0.59	0.08	25.81	119.3	29.23	21.09	15.71	0.062
	Итого:	730	24.39	21.015	89.035	784.1				

День: суббота
Неделя: первая
Сезон: осенний, зимний
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№455/587 сб.2004	Котлета рубл. С белокочан капустой	100	9.25	9.6	12,,76	185.9	27.4	94.66	35.4	1.78
№302 СБ 2017 м	Каша пшеничная	150	6.3	4.54	38.84	221.3	24	158.85	34.2	2.64
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.84	3.6	4.9	55.6	21.2	24.37	12.4	0.79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.7	0.9	1.42	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375 / 376 сб2017 М	Напиток(чай с сах)	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.99	2.52	1.26	0.25
	Итого:	520	19.14	23.25	75.69	586.9				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№88 сб 2017 М	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.412	3.96	6.92	71.8	39.4	39.2	17.7	0.66
№496 сб 2004г.	Котлета из филе птицы панирован	90	18.6	20.16	9	294.3	46.53	160.25	22.43	1.57
№302 сб 2017 М	Каша ячневая	150	4.78	4.43	30.87	182.5	39.15	164.4	23.7	0.85
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.95	4.45	3.85	59.5	20.5	18.5	7.5	0.35
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№375 / 376 сб2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.9	2.52	1.26	0.25
таб. 24 сб. 1994г.	Фрукты свежие	80-100	0.4	0.4	9.8	47.0	11	9	2.2	30
	Итого:	820	29.942	34.290	87.600	825.0				

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№294/330 сб 2017 М	Биточки рубл из птицы с соус(60/30)	90	53.57	11.08	9.5	182.5	42.01	52.67	14.4	1.04
№302 сб 2017 М	Гречневая каша	150	8.590	6.12	38.640	243.8	14.82	203.8	135.7	4.56
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.95	4.45	3.85	59.5	20.5	18.5	7.5	0.35
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.7	0.3	14.2	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375/376 сб 2017 М	Напиток	200	0.05	0.015	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	530	65.86	21.965	79.69	609.89				

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№96 Ссб 2017 М	Рассольник Ленинградский	200	1.61	4.07	9.58	85.8	23.32	45.38	19.34	0.74
№260 сб 2017 М	Гуляш (45/45)	90	10.640	28.190	2.890	309	20	128.62	22.39	2.21
табл24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.400	0.050	0.850	6.5	11.500	12	7	0.3
№309 сб 2017 М	Макароны отварные	150	5.51	4.51	26.44	168.4	4.86	37.17	21.12	1.15
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№№375/376 сб 2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.99	2.52	1.26	0.25
	Итого:	730	21.860	37.680	66.785	761.100				

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг-ческая цен-ть (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№291 сб 2017 М	Плов из птицы 50/150	200	18	8.94	36.45	298.6	36.09	200.22	54	1.87
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1.05	2.05	6.48	53.4	10.0	31.0	10.0	0.4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.7	0.69	14.1	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№769 сб 2004 Л	Булка домашняя	50	3.75	6.6	13.68	197.0	9.99	2.52	1.26	0.25
№375/376 сб 2017 М	Напиток	200	0.05	0.015	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	540	25.50	18.28	70.71	619.10				
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№82 сб 2017 М	Борщ с капустой и картофелем	200	1.440	3.94	8.75	83.0	39.8	43.68	20.9	0.98
№297 сб 2017 М	Фрикадельки из птицы (масло слив)	90/5	35	18.4	7.29	244.8	43.5	96.39	12.9	1
№302 сб 2017 М	Каша пшенная	150	6.6	5.7	37.8	229.5	16.6	134.4	34	1.55
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1	1.5	3	32.5	16.5	60.8	20.4	0.68
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
акт конт прораб 20,08,22	Напиток	180	0.28	0.07	25.38	104.9	19.94	10.8	10.67	0.24
	Итого:	735	47.970	30.455	95.745	821.3				

День: среда
Неделя: вторая
Сезон: осенний, зимний
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг-ческая цен-ть (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№288 сб 2017 М	Птица отварная	90	21.1	23.24	0.45	295.2	50.4	150.4	18.25	1.64
№304 сб 2017 М	Рис отварной	150	3.650	5.37	36.680	209.7	1.36	60.94	16.33	0.52
№47 сб 2017М	Овощи по сезону	60	1.024	3.002	5.073	51.4	31.3	20.4	9.6	0.4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.7	0.9	14.2	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375/376 сб 2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.99	2.52	1.26	0.25
	Итого:	510	28.52	32.53	69.90	673.7				

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№103 сб 2017 М	Суп картофельный с вермишелью	200	2.150	2.27	13.960	94.6	23.26	54.06	21.82	0
№234/330 сб 2017 М	Котлета рыбная (80/30)	110	9.5	7.6	13.2	158.1	54.2	122.8	20	0.97
№312 сб 2017 М	Пюре картофельное	150	3.06	4.8	20.43	137.3	36.97	86.59	27.85	1.01
№52 сб 2017	Овощи по сезону	60	0.84	3.6	4.95	55.6	21.2	24.4	12.4	0.79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	11.75	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№375/376 сб 2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.99	2.52	1.26	0.25
	Итого:	750	19.250	19.130	90.140	685.58				

День: четверг
Неделя: вторая
Сезон: осенний, зимний
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

	Прием пищи,	Масса	Пищевые			Энергети-ценность (ккал)	Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№279.331сб.2017	Тефтели (2ой вариант)	110	6.96	16.11	11.61	223.0	23.65	83.14	16.5	0.68
№ 309 сб.2017 г.	Макароны отварные	150	5.51	4.51	26.44	168.4	22.91	172.7	24.86	0.53
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.95	0.32	5.15	32.0	8.5	18.0	8.4	0.3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.7	0.9	14.2	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№379 сб 2017 М	Напиток	180	2.84	2.41	22.31	90.5	113.2	81	12.6	0.12
	Итого:	530	18.96	24.25	79.71	540.4				

	Прием пищи,	Масса	Пищевые			Энергети-ценность (ккал)	Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№99 сб2017г.	Суп из овощей	200	1.27	3.99	7.32	76.2	27.88	39.42	16.6	0.62
№268/331 сб 2017 М	Шницель гов (60/30)	90	12.96	18.44	10.8	263.5	15.73	103.71	20.52	1.63
№302 сб 2017 М	Каша пшеничная	150	6.3	4.54	38.85	221.25	24	158.5	135.7	4.5
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.4	0.05	0.85	6.5	11.5	12.0	7.0	0.3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	11.75	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№349сб 2017 М	Напиток	180	0.59	0.08	25.81	119.5	29.23	21.09	15.71	0.062
	Итого:	730	25.17	27.945	107.73	802.9				

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Возрастная категория:с 1 по 4 класс									
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№15 сб 2017 М	Сыр «Радонеж»	15	3.480	4.430	0.000	54.0	132.00	75.00	5.25	0.15
№14 сб 2017 М	Масло слив.	10	0.080	7.250	0.130	66.1	3.00		0.02	
№175 сб 2017 М	Каша молочная «Дружба»	200/10	6.08	11.18	33.48	260	133.38	156.72	37.22	0.8
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.37	0.25	14.49	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
№375/376 сб 2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.99	2.52	1.26	0.25
табл24 сб.1994г.	Фрукты свежие	100	10.4	0.4	9.8	47.0	11	9	2.2	30
	Итого:	520	22.46	23.525	71.4	539.55				
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№102 сб 2017 М	Суп картофельный с горохом	200	4.39	4.21	13.228	118.6	34.14	70.48	28.46	1.64
№294 сб 2017 М	Котлеты руб. из птицы	90	15.62	8.55	14.54	198.0	53.8	72	19.98	3.26
№302 сб 2017 М	Каша гречневая	150	8.590	6.12	38.640	243.8	14.82	203.8	135.7	4.5
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1.024	3.002	5.07	51.42	31.3	20.4	9.6	0.4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.58	11.75	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
акт конт прораб 20,08,22	Напиток	180	0.12	0.04	22.08	105.30	14.38	7.51	3.54	0.059
	Итого:	720	33.392	22.775	117.658	833.0				

День: суббота
Неделя: вторая
Сезон: осенний, зимний
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№289 сб 2017 М	Рагу из птицы (75/125)	200	14.64	12.16	17.36	237.7	32.66	157.82	41.14	2.08
№52 сб 2017	Овощи по сезону	60	0.84	3.6	4.95	55.6	21.2	24.4	12.4	0.79
№432 сб 2017гМ	Булочка алтайская	50	4.2	2.49	21.83	127.0	11.3	41.3	17	0.75
№375/376 сб 2017 М	Напиток	200	0.07	0.02	15	60.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	510	19.75	18.27	59.14	480.3				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№106/107 сб 2017 М	Суп карт. с рыбными фрикадельками	200/50	10.14	3.990	13.02	139.8	82.08	171.22	53.48	1.46
№204 сб 2017 М	Макароны отварные с сыром	150/20/5	11.810	13.930	43.800	292.6	258.3	40.04	17.78	1.07
Табл 24 сб 1994	Овощи по сезону	60	0.84	4.8	4.9	55.2	23.1	24.3	12.5	0.8
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1.4	0.27	12.35	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№375/376 сб 2017 М	Напиток	180	0.05	0.02	13.50	54.00	9.99	2.52	1.26	0.25
табл24 сб.1994г.	Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	11	9	2.2	30
	Итого:	785	26.89	23.980	98.545	704.53				