

УТВЕРЖДАЮ:

Директор УОУ "Школа №2 р.п. Новые Бурацы

Клиновского района Саратовской области имени

Героев Советского Союза М.С. Бочкарева"

С.Е.В. Шелова

Приказ № 335 от 29.08.2024 г



Десятидневное примерное меню

МОУ "Школа №2 р.п. Новые Бурацы Новобурасского района

Саратовской области имени Героя Советского Союза

М.С. Бочкарева"

на 2024/2025 учебный год

5-11 класс

Дет. 1

№ п/п	Выход	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
411/1	1/250/10	Квас мясной со сливочным маслом	5,1	4,6	0,3	125	22	0,18	0,08	0,77	0,21	0,04	0,26	0	0	0	2,9	
1010/2	1/215/7	Чай с лимоном и сахаром	0,103	0,007	14,15	90	2,82	0,0014	9,78	12,54	0	0	0	0	0	0	3	
428	1/50	Бульон слоеный (Выпечка)	7,74	7,5	56,88	326,33	12,18	10,11	53,15	0,8	0,02	0,2	1,46					
Итого			12,943	12,107	71,33	541,33	37	10,2914	63,01	14,11	0,23	0,24	1,72	5,9				

№ п/п	Выход	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
176	1/250/10	Борс с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	2,49	7,2	16,33	136	44,38	26,25	4,5	0	0,00	0,05	0,1	10,29				
442/443	1/200	Макаронные изделия отпарные	7,28	0,77	48,79	236	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,015				
632/3	80/75	Туши из говядины	19,72	17,89	4,76	168,2	24,36	26,01	194,69	2,32	0	0,17	0	1,28				
1009	1/215	Компот из сухофруктов	0	0	14,94	59,8	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9				
	1/150	Фрукт	0,6	0,6	14,7	70,5	1,6	2,3	1,4	12	0,6	2	2	11				
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0				
Итого			31,89	26,46	112,52	999,3	46,11	71,05	406,87	16,52	0,6	2,28	3,7	15,195				

№ п/п	Выход	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
1091	1/75	Пирожок с картошкой (Выпечка)	4,58	3,08	29,33	265,3	15,5	0,052	0,51	0,9	0,04	0,11	0,1	22,2				
1009	1/215	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9				
Итого			4,58	3,08	44,27	322,15	23,55	5,292	10,29	1,8	0,04	0,11	0,1	25,1				
Итого			45,46	41,59	228,67	1921,58	82,3	60,62	280,98	30,11	0,294	2,46	5,52	44,915				

День 2

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	A	B	PP	C
411	1/250/10	Каша геркулесовая со сливочным маслом	11,42	16,6	51,9	403,15	2,8	8,75	3,5	0,62	0,05	0,12	0	0	0	2,85		
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	0	0	2,9		
	1/40	Кондитерское изделие	69,72	5,28	25,4	166,8	1,16	2	4,4	4,8	0,3	1,6	3,8	0	0			
Итого			81,14	21,88	92,24	626,8	12,01	15,99	17,68	6,32	0,35	1,72	3,8	5,75				

Обед

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	A	B	PP	C
2007	1/250/10	Рассольник со сметаной	1,69	0,95	6,12	47,37	21,3	22,5	62,32	0,44	0,03	0,05	0,015	3,65				
7473	1/150	Рис отварной	3,82	6,32	38,62	231	18	33	0	1,2	0	0	0	0,5	0			
6973	75/50	Курочка отварная/соевое	18,33	15,8	9,77	254,51	0	0,1	1,2	23,3	0	0	0	0	2,9			
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	1/40	Хитидиосное изделие	1,1	5,23	17,89	123,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,03	0,4	0	0			
Итого			27,34	28,3	95,38	1112,88	27,7	39,1	63,52	24,24	0,03	0,1	0,915	7,75				

Полдник

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	A	B	PP	C
	1/50	Круточка сладкая (Вареница)	7,74	7,5	56,88	326,33	12,18	10,11	53,15	0,8	0,02	0,2	1,46	3				
1009	1/215	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	0	0			
Итого			7,74	7,5	71,82	383,18	20,23	15,35	62,93	1,7	0,02	0,2	1,46	5,9				
Итого			115,86	58,88	250,17	1922,7	345,96	78,44	528,13	32,75	0,44	1,99	6,23	50,57				

День 3

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C				
		Каши молочная (пшеница жесткая с маслом сливочным)	10,3	13,3	56,24	388,81	162,5	0,175	0,8	1,4	0,06	0,12	0,6	0,04				
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9				
1/3	30/10	Бульон с мясом	2,36	9,15	15,02	153,4	409,38	2,1	0	1,75	0	0,2	0	0,53				
Итого			12,66	22,45	86,2	599,06	579,93	7,515	10,58	4,05	0,06	0,32	0,6	3,47				

Обед

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C				
22/3	1/250	Суп картофельный с грибами	2,18	2,84	14,29	91,5	24	26,65	66,7	0,96	0	0,11	0,0	8,25				
745/3	1/150	Каши гречневая рассыпчатая	8,5	6,5	41,9	259,5	24,6	0,09	4,5	9,0	0	0,15	1,6	2,5				
658/3	50/50	Биточки мясные	7,07	12,8	14,59	202,11	0,05	0,055	0	8,47	0,04	0	0	0,655				
81	1/100	Салат из капусты	1,5	4,3	8,6	78,8	0,53	38,8	0,02	0,53	0,491	0,033	0,8204	31,1				
10011	1/200	Кисель	0,24	0	54,34	214	4,5	1	0	0	0,25	0	0,3	0,3				
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0				
Итого			21,29	26,44	146,72	1174,71	60,08	83,095	114,72	100,46	0,781	0,343	3,1204	42,805				

Полдник

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C				
1042/2	150/20	Блинчики со сметанным соусом	7	4,9	35,3	215,6	87,83	0	0	1,07	0	0,19	0	0,23				
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9				
Итого			7	4,9	50,24	272,45	95,88	5,24	9,78	1,97	0	0,19	0	3,13				
Итого			66,16	69,24	260,47	2020,53	745,71	38,11	230,49	13,34	0,2	0,85	4,22	22,92				

День 4

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества					Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C		
41/3	1/250/10	Каша молочная рисовая вязкая с маслом сливочным	5,6	12,8	42,3	165,5	124,9	0,14	0	0,7	0,06	0,12	0,6	0,6		
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9		
1/3	30/10	Бульон с мясом	11,63	24,74	26,76	345,2	409,38	0,23	44,8	1,75	0,1	0,2	0,02	0		
Итого			17,23	37,54	84,2	567,55	542,33	5,61	54,58	3,35	0,16	0,32	0,62	3,5		
Обед																

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества					Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C		
22/3	1/250/25	Суп картофельный с мясными фрикадельками	8,99	10,68	25,41	144,3	31,9	40,01	129,96	1,61	4,95	0,15	0,12	12,34		
430/3	1/150	Горох отварной	16,8	1,15	41,54	233	14	9	4,5	0	0	0,16	0,45	0,4		
541	1/50/75	Котлета рыбная соус	6,3	3	8,05	84,2	36,6	0,05	0,3	0,65	0,01	0,02	0	0,5		
349	1/215	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	0	0	0	0	0	0	0	2,8		
	1/40	кондитерское изделие	2,24	2	30,52	144,8	0,44	0,92	2,52	1,76	0	2,1	3	0		
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0		
Итого			36,13	16,83	128,5	1063,1	89,34	66,48	180,78	4,52	4,96	2,48	3,97	16,04		

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества					Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C		
1/2	40/10/20	Бульон с мясом и супом	11,63	24,74	26,76	381,17	409,38	0,08	44,8	1,75	0,1	0,18	0,02	0,53		
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9		
Итого			11,63	24,74	41,7	438,02	417,43	5,32	54,58	2,65	0,1	0,18	0,02	3,43		
Итого			57,21	72,32	260,02	1880,7	649,02	85,41	309,94	8,81	5,22	3,01	4,67	26,44		

День 5

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества							Витамины						
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	A	B	PP	C		
411/1	1/250/10	Каша манная со сливочным маслом	9,09	12,05	53,5	360,7	12,49	0,14	0	0,77	0,21	0,04	0,26	0						
	1/50	кондитерское изделие	69,72	5,28	24,5	195,1	1,16	2	4,4	4,8	0,3	1,6	3,8	0						
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	0				2,9		
Итого			78,81	17,33	92,94	612,65	21,7	7,38	14,18	6,47	0,51	1,64	4,06	2,9						

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества							Витамины						
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	A	B	PP	C		
197/3	1/250/10	Щи с капустой репчатой на мясной со сметаной	2,63	7,23	12,7	126	34,66	17,8	38,1	0,64	0	0,05	0	14,77						
53	1/60	Салат свежий с зеленым горошком	1,95	4,23	7,97	76,3	29,36	19,29	41,02	1,09	0	0,03	0	4,3						
642/3	1/225	Плов из говядины	14,48	16,69	51,24	417	38,3	18	78,6	0,9	0	0,05	1,6	9,1						
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	0	0	0	0	0	0	0	2,8						
	1/130	Фрукт	3	1	42	192	1,6	22	7	6,6	4,4	5,4	9	22						
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0						
Итого			24,46	29,15	136,89	1268,1	110,32	93,59	211,22	9,73	4,4	5,58	11	52,97						

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества							Витамины						
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	A	B	PP	C		
1104	1/50	Булочка сдобная	10,8	12,97	33,1	226,7	21	0,1	44,8	1,43	0,1	0,2	0,02	0,01						
1009	1/200	Снежок	19,8	0	35,6	220	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9						
Итого			30,6	12,97	68,7	446,7	29,05	5,34	54,58	2,33	0,1	0,2	0,02	2,91						
Итого			43,24	53,81	285,27	1576,54	138,6	90,26	241,34	13,47	4,56	5,87	11,8	55,18						

День 6

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
411/3	1/250/10	Какао молочный рисовый пудинг с маслом сливочным	5,6	12,8	42,5	266	124,9	0,14	0	0,7	0,06	0,12	0,6	0,6				
	40/10/20	Бульон с мясом и супом	11,63	24,74	26,76	381,17	409,38	0,23	44,8	1,75	0,1	0,2	0,02	0,53				
1009	1/200	Чай с супром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9				
Итого			17,23	37,54	84,2	704,02	542,33	5,61	54,58	3,35	0,16	0,32	0,62	4,03				

Обед

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
2012	1/250	Суп картофельный с говяжьими мякотью	6,33	5,6	25,35	84,85	58,9	0,1	4,95	1,525	0,23	0	0	5,81				
442/443	1/150	Мягкотельное отварное	7,28	0,77	48,79	316	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,015				
632/3	50/50	Утка из говядины отварная	10,19	13,04	5,31	179	1,94	0	0	0,76	0	0,04	0	0,40				
	1/130	Фрукт	2	0,22	20,68	103,4	8,8	5,5	3,96	1,32	2,64	12,76	3,1	8,8				
1009	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	0	0	0	0	0	0	0	2,8				
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0				
Итого			28,2	19,63	123,11	1140,05	79,8	43,1	205,41	3,945	2,87	12,87	4,8	17,425				

Полдник

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
428	к/п 50	Бульон сдобный (Выпечка)	7,74	7,5	56,88	326,33	12,18	10,11	53,15	0,8	0,02	0,2	1,46	3				
1025/3	1/200	Какао с молоком	6,8	8	30,9	117,06	254,6	0,32	2,71	0,78	0,21	0,03	0,26	0				
Итого			14,54	15,5	87,78	443,39	266,78	10,43	55,86	1,58	0,23	0,23	1,72	3				
Итого			48,99	53,41	281,99	1913,14	518,93	73,76	280,83	8,42	3,16	13,22	7,12	35,91				

День 7

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины									
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
223	1/265/220	Запеканка творожная со стручковой фасолью	15,78	10,42	16,67	232,32	129,32	21,41	183,98	0,62	0,05	0,27	0,55	0,21								
1025/3	1/200	Каша с молоком	6,8	8	30,9	233,5	254,6	0,33	2,71	0,78	0,21	0,03	0,26	2,71								
Итого			22,58	18,42	47,57	465,82	383,92	21,73	186,69	1,4	0,26	0,3	0,81	2,92								
Обез																						

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины									
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
228/3	1/250	Суп картофельный с клецками	3,74	7,13	27,31	189	38,08	35,3	87,18	2,03	0,23	0	0	5,81								
669/3	50/50	Выпечка из говядины с соусом	11,31	17,44	32,03	159,38	9	15,06	74,7	0,77	0,01	0,2	1,4	0								
747/3	1/150	Рис отварной	3,82	6,32	38,62	210	18	33	0	1,2	0	0	0,5	21,75								
349	1/200	Копченая свиная вырезка	0,6	0	16,5	128	0	0	0	0	0	0	0	2,8								
	1/40	Кондитерское изделие	2,4	9,6	19,6	174,4	0	0	0	0	0	0	0	0								
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0								
Итого			23,67	40,51	147,26	1189,58	53,48	66,86	205,38	3,3	0,24	0,25	2,3	30,36								

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины									
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
1010/2	1/215/7	Чай с лимоном и сахаром	0,103	0,007	14,15	90	2,82	0,0014	9,78	12,54	0	0	0	2,9								
428	1/100	Бульон куриный (Бульон)	7,34	7,5	56,88	326,33	12,18	10,11	53,15	0,8	0,02	0,2	1,46	3								
Итого			7,843	7,507	71,03	416,33	15	10,114	62,93	13,34	0,02	0,2	1,46	5,9								
Итого			54,09	66,43	265,86	1866,14	459,4	106,7	475	18,19	0,56	0,76	4,63	40,47								

№ п/п	Вид	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
4001	1/250/10	Кремль молочная "друзья" со сгущенным молоком	7	4,9	35,3	404	87,83	0	0	1,07	0	0,19	0	0	0,02	0	0,23	
	1/40/20	Быстропол с сахаром	11,2	14,2	23,6	245	305	0,24	44,26	1,75	0,1	0,2	0,02	0	0	0	2,9	
1009	1/215	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	0	0	0	0	
Итого			18,2	19,1	73,84	705,85	400,88	5,48	54,04	3,72	0,1	0,39	0,02	0	0	0	3,13	

№ п/п	Вид	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
2353	1/250	Сыр-лимон	4	3	15,7	87,85	0,95	0,025	0,55	29,7	0,02	0,05	0,015	0,5				
745/1	1/150	Кремль молочная десертная	8,5	6,5	41,9	259,5	24,6	0,09	0	4,5	0	0,15	1,6	2,5				
81	1/60	Салат из капусты	1,8	0,1	4,6	140,6	39,88	19,33	33,3	0,581	0,491	0,033	0,8204	32,96				
697/3	75/50	Курочка отпариваловое	18,33	15,8	9,77	157,75	0	0,1	1,2	23,3	0	2,86	2,2	12,32				
	1/130	Фрукт	0,88	0,66	22,66	103,4	4,18	6,6	4,4	28,6	0,44	2,86	2,2	12,32				
10011	1/200	Кисель	0,24	0	54,34	214	4,5	1	0	0	0,25	0	0,3	0,3				
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0				
Итого			35,55	26,06	161,97	1291,9	80,51	43,645	39,45	87,181	1,201	3,143	5,3354	48,58				

№ п/п	Вид	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
1091	1/75	Пирожок с повидлом (Булочка)	4,7	4,1	33,7	243	17,7	0,068	1,6	1,4	0,01	0,07	0,01	0,55				
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	0				
Итого			4,7	4,1	48,64	299,85	25,75	5,308	11,38	2,3	0,01	0,07	0,01	0,55				
Итого			49,37	44,21	236,47	1895,45	575,19	39,13	79,99	93,52	0,61	3,78	5,63	25,33				

День 9

Завтрак		Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества						Витамины					
№ п/п	Выход						Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	A	B	PP	C
4021	1/250/10	Каша молочная рисовая вязкая с маслом сливочным	5,6	12,8	42,5	266	124,9	0,14	0	0,7	0,06	0,12	0,6	0,6				
	1/50	кондитерское изделие	63,25	6,25	31,2	189,3	1,23	1,5	5,5	4,2	0,3	1,2	2,1	0				
1009	1/200	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9				
Итого			68,85	19,05	88,64	512,15	134,18	6,88	15,28	5,8	0,36	1,32	2,7	3,5				
Обед																		

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
176	1/250/10	Борщ с капустой на мясном бульоне со сметаной	2,49	7,2	16,33	104	44,38	26,25	53,23	1,19	0	0,05	0,01	10,29				
4303	1/150	Торшок отварной	16,8	1,15	41,54	130	1,4	9	4,5	0	0	0,16	0,45	0,4				
541	1/50/50	Котлета рыбная из минтая с соусом	6,3	3	8,05	84,2	36,6	0,05	0,3	0,65	0,01	0,02	0	0,5				
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	0	0	0	0	0	0	0	2,8				
	1/40	кондитерское изделие	1	9,2	22,8	178	0,2	1	3,96	3,12	0	0,52	2,72	0				
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0				
Итого			28,99	20,55	111,7	953	88,98	52,8	105,49	5,46	0,01	0,8	3,58	13,99				

№ п/п	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность	Минеральные вещества						Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
6005	1/150/20	Сырники из творога со сметаной и молоком	17,2	10,24	20,57	265,5	139,38	23,91	201,61	0,68	0,05	0,3	0,63	0,22				
1009	1/215	Чай с сахаром	0	0	14,94	55,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9				
Итого			17,2	10,24	35,51	322,35	147,43	29,15	211,39	1,58	0,05	0,3	0,63	3,12				
Итого			35,47	34,01	213,26	1552,8	241,16	78,02	149,45	36,71	0,55	3,79	6,44	36,71				

№	Выход	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергич. ценность	Минеральные вещества						Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C			
4171	1/250/10	Каши молочная пшеницы высшего сорта с добавлением сахара	10,3	13,3	56,24	330,2	162,5	0,175	0,8	1,4	0,06	0,12	0,6	0,04			
	40/20	Булочки с сахаром	8,06	8,15	14,94	168,6	306,3	4,23	8,12	0,3	0	0	0	0	2,9		
1009	1/215	Чай с сахаром	0	0	14,94	56,85	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9			
Итого			18,36	21,45	86,12	555,65	476,85	9,645	18,7	2,6	0,06	0,12	0,6	5,84			

№	Выход	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергич. ценность	Минеральные вещества						Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C			
234/3	1/250	Сыр купоросный с сахаром	2,97	5,42	22,4	38,75	29,7	0,025	0,95	0,55	0,23	0	0	5,81			
759/3	1/150	Картофельное пюре	4,1	6,6	24,3	163,4	57,3	0,16	18,24	1,4	0	0,05	1,6	9,1			
	1/60	Икра из кабачков, тоб	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89			
234/3	1/50/50	Котлеты мясные говя	18,8	14,1	12,5	120	14,3	5,3	17,1	0,1	0,04	0,03	1,6	3,2			
	1/130	Фрукты	3	1	42	192	1,6	22	7	6,6	4,4	5,4	9	22			
	2/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	328,8	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0			
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	0	0	0	0	0	0	0	2,8			
Итого			31,92	32,6	122,9	932,03	140,65	53,595	86,79	9,55	4,67	5,53	12,6	52			

№	Выход	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергич. ценность	Минеральные вещества						Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C			
453/3	1/40	Мясо вареное	5,1	4,6	0,3	63	22	0,18	0,08	0,77	0,21	0,04	0,26	0,08			
	1/200	Сметан	19,8	0	35,6	220	8,05	5,24	9,78	0,9	0	0	0	2,9			
428	1/50	Бульон студийный (Валеевский)	7,74	7,5	56,88	326,13	12,18	10,11	31,15	0,8	0,02	0,2	1,46	3			
Итого			32,64	12,1	92,78	609,33	42,23	15,53	63,01	2,47	0,23	0,24	1,72	5,98			
Итого			55,16	58	265,41	1815,41	348,2	69,29	160,38	25,96	4,96	5,89	14,92	60,84			