

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Школьное питание"
Колесатов Е.С.



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ Нюрдор-Котынская ООШ
Смирнова Л.А.

*Основное двенадцатидневное меню для организации питания детей
в летнем оздоровительном лагере дневного пребывания
МОУ "Нюрдор-Котынская ООШ"*

День недели	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
			7-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК											
	235/2021г	Каша рисовая молочная жидкая	150	200	3,75	5,00	4,77	6,36	23,55	33,40	152,13	202,84
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	6/2013г	Сыр порционный	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	450	8,68	10,69	7,97	9,64	53,60	66,40	320,85	395,12
	ОБЕД											
	13/2008г	Салат из свежей капусты	60	100	0,87	1,45	3,60	5,00	5,04	8,40	56,04	93,40
	47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	200	250	4,96	6,20	4,48	5,60	17,84	22,30	131,52	164,40
	211/2021г	Каша вязкая с овощами	150	200	3,60	4,80	3,28	4,30	35,63	47,50	185,93	247,90
	452/2004г	Биточки особые	90	100	12,15	13,50	18,90	21,00	8,91	9,90	254,34	282,60
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,60	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	1010	26,45	30,82	31,145	37,84	116,895	137,58	853,67	1014,15	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,13	41,51	39,12	47,48	170,50	203,98	1174,52	1409,27	
ВТОРНИК	ЗАВТРАК											
	106/2008г	Запеканка из творога	130	150	22,23	25,65	15,86	16,30	20,15	23,25	311,26	360,90
	ПП	Сгущенное молоко	10	10	0,50	0,50	0,85	0,85	5,60	5,60	32,05	32,05
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	370	400	25,11	29,30	16,95	19,47	51,70	59,75	459,78	531,42
	ОБЕД											
	ПП	Огурцы свежие порционно	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30
	60/2013г	Рассольник ленинградский со сметаной	200	250	1,81	2,29	5,85	5,86	13,46	16,78	104,73	128,96
	322/2021г	Рагу из овощей и мяса	250	280	17,00	18,04	17,00	19,04	17,00	19,04	289,00	313,68
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	870	990	24,63	27,37	22,95	26,06	90,08	96,20	665,39	728,82	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			49,74	56,67	39,90	45,53	141,78	155,95	1125,17	1260,24	
СРЕДА	ЗАВТРАК											
	235/2021г	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	5,25	7,00	6,90	9,20	25,05	33,40	185,5	244,40
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	ПП	Печенье сахарное для детского питания	30	30	2,31	2,31	4,83	4,83	20,61	20,61	195,15	195,15
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	410	470	10,17	12,69	11,97	14,35	75,71	89,01	451,25	595,95
	ОБЕД											
	32/2021г	Салат из свеклы с сыром	60	100	1,80	3,00	5,04	6,40	4,20	7,00	65,56	115,60
	41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	1,73	2,13	4,19	5,05	8,18	10,18	77,38	94,69
	97/2008г	Манарные изделия отварные	150	180	5,25	6,30	6,15	7,38	35,25	42,30	217,35	260,82
	494/2004г	Птица запеченная	90	100	16,83	18,78	13,77	15,30	0,54	0,60	193,41	214,90
	496/2021г	Напиток из порош. шиповника	200	200	0,68	0,68	0,28	0,28	18,97	18,97	81,13	81,13
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	990	31,09	35,61	30,37	37,35	105,52	117,43	819,78	948,32	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			41,26	48,30	42,34	51,70	181,23	206,44	1271,03	1484,27	

Неделя: первая, третья

Неделя: первая, третья

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
					Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.			
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК											
	523/2021г	Блинчики с повидлом	150	150	11,45	11,45	17,81	17,81	45,99	45,99	389,99	389,99
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
		ИТОГО ЗАВТРАК:	450	450	11,51	11,51	17,81	17,81	57,09	57,09	434,65	434,65
	ОБЕД											
	15/2013г	Салат "Тавалык"	60	100	0,65	1,08	5,99	9,99	5,39	8,98	78,09	130,15
	39/2008г	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	250	1,73	2,13	4,91	5,95	10,66	13,28	93,75	115,19
	510/2004г	Каша пшеничная вязкая	150	180	4,50	5,40	6,15	7,38	24,90	29,88	172,95	207,54
	469/2004г	Фрикадельки в соусе	90	100	8,82	9,80	9,81	10,90	11,34	12,60	168,93	187,70
459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	760	890	20,40	23,11	27,404	34,76	96,068	108,52	712,50	839,36	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			31,91	34,62	45,21	52,57	153,16	165,61	1147,15	1274,01	
ПЯТНИЦА	ЗАВТРАК											
	229/2021г	Каша "Дружба" вязкая	150	200	5,10	6,80	6,15	8,20	30,90	41,20	199,35	265,80
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	6/2013г	Сыр порционно	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	450	10,03	12,49	9,35	11,48	60,95	76,20	368,07	458,08
	ОБЕД											
	13/2008г	Салат из свежей капусты	60	100	0,87	1,45	3,60	6,00	5,04	8,40	56,04	93,40
	46/2008г	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	2,32	2,90	2,00	2,50	16,80	21,00	94,48	118,10
	92/2008г	Картофельное пюре	150	180	3,15	3,78	6,75	8,10	21,90	26,28	160,95	193,14
462/2004г	Тефтели 2-й вариант	90	100	5,70	6,33	13,19	14,65	9,50	10,55	179,43	199,37	
486/2021г	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	0,10	0,10	11,10	11,10	45,70	45,70	
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	990	16,94	19,36	26,575	32,29	102,72	115,71	717,78	830,89	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			26,97	31,85	35,93	43,77	163,67	191,91	1085,85	1288,97	
СУББОТА	ЗАВТРАК											
	232/2021г	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	5,10	6,80	6,75	9,00	24,90	33,20	180,75	241,00
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	5/2013г	Масло порционно	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,09	66,09
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	450	7,56	10,03	14,24	16,57	50,98	64,23	362,31	446,16
	ОБЕД											
	ПП	Огурцы свежие порционно	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30
	122/2021г	Суп с рыбными консервами	200	250	7,44	9,30	9,12	11,40	8,04	10,05	144,00	180,00
	329/2021г	Бигус (капуста тушеная с мясом)	250	270	18,28	19,74	15,75	17,01	15,68	16,93	277,55	299,75
495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70	
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	870	980	31,54	35,14	25,97	29,55	83,34	87,36	693,21	755,93	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			39,09	45,16	40,21	46,12	134,32	151,59	1055,52	1202,09	

Неделя: вторая, четвертая

День недели	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества:						Энергетическая ценность (ккал)	
					Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.			
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК											
	230/2021г	Каша манная молочная жидкая	150	200	4,55	6,06	4,82	6,42	22,85	30,46	152,90	203,86
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	ПП	Печенье сахарное для детского питания	40	30	3,08	2,31	6,44	4,83	27,48	20,61	180,20	135,15
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	420	470	10,00	11,52	11,50	11,57	76,28	81,97	448,56	478,08
	ОБЕД											
	ПП	Огурцы свежие порционно	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30
	62/2013г	Суп картофельный с крупой	200	250	2,24	2,80	2,62	3,28	13,12	16,40	85,02	106,28
	311/2004г	Каша пшеничная жидкая	150	180	4,28	5,13	4,88	5,85	24,45	29,34	158,78	190,53
	451/2004г	Шницель	80	100	12,72	15,90	11,52	14,40	12,80	16,00	205,76	257,20
	488/2021г	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	0,10	0,10	11,10	11,10	45,70	45,70
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	850	990	24,56	29,43	20,115	24,67	100,99	113,12	683,22	792,19	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			34,56	40,95	31,61	36,24	177,27	195,09	1131,78	1270,26	
ВТОРНИК	ЗАВТРАК											
	229/2021г	Каша "Дружба" вязкая	150	200	5,10	6,80	6,15	8,20	30,90	41,20	199,35	265,80
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	ПП	Повидло яблочное	10	10	0,0	0,0	0,0	0,0	6,10	6,10	24,40	24,40
	464/2021г	Кофейный напиток	200	200	1,40	1,40	1,20	1,20	11,40	11,40	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	450	8,81	11,28	7,59	9,72	63,25	78,50	356,55	446,60
	ОБЕД											
	15/2013г	Салат "Тазалии"	60	100	0,65	1,08	5,99	9,99	5,39	8,98	78,09	130,15
	39/2008г	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	250	1,73	2,13	4,91	5,95	10,66	13,28	93,75	115,19
	97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	180	5,25	6,30	6,15	7,38	35,25	42,30	217,35	260,82
	84/2008г	Рыба тушеная с овощами	90	100	22,32	24,80	14,94	16,50	5,49	6,10	245,70	273,00
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	990	34,81	39,18	32,934	40,86	106,27	120,14	860,74	1005,01	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,62	50,46	40,52	50,58	169,52	198,64	1217,29	1451,61	
СРЕДА	ЗАВТРАК											
	236/2021г	Каша рисовая молочная жидкая	150	200	3,75	5,00	4,77	6,36	23,55	31,40	152,13	202,84
	ПП	Хлеб пшеничный	30	40	2,31	3,08	0,24	0,32	14,85	19,80	70,80	94,40
	5/2013г	Масло порционно	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,09	66,09
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	390	450	6,21	8,23	12,26	13,93	49,63	62,43	333,69	408,00
	ОБЕД											
	15/2021г	Салат из свежих огурцов с луком	60	100	0,48	0,80	3,60	6,00	1,56	2,60	40,56	67,60
	50/2008г	Токмач (суп-лапша с картофелем и мясом)	200	250	10,96	13,70	8,00	10,00	17,44	21,80	185,60	232,00
	39/2008г	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	230	250	26,50	28,80	24,24	26,35	53,08	57,70	536,50	583,15
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
	ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38
	ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40
	ИТОГО ОБЕД:	850	960	43,04	48,40	36,782	43,29	125,66	135,68	1005,84	1125,93	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			49,24	56,63	49,04	57,22	175,29	198,11	1339,52	1533,93	

Неделя: вторая, четвертая

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
					Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.			
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК											
	112/2008г	Омлет натуральный	130	150	13,00	15,00	21,71	25,05	2,47	2,85	257,27	296,85
	ПП	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	2,31	0,24	0,24	14,85	14,85	70,80	70,80
	6/2013г	Сыр порционный	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	146/2008	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	370	390	17,93	19,92	24,91	28,25	32,52	32,90	425,99	465,53
	ОБЕД											
	4/2021г	Салат из напуста белокачанной и свеклы	60	100	0,84	1,40	3,66	6,10	2,82	4,70	47,58	79,30
	60/2013г	Рассольник ленинградский со сметаной	200	250	1,81	2,23	4,85	5,88	13,46	16,78	104,73	128,96
	389/2021г	Пюре из гороха с маслом	150	200	16,50	22,00	3,75	5,00	29,78	39,70	218,85	291,80
456/2004г	Эррзы рубленые	90	100	12,15	13,50	14,67	16,30	13,95	15,50	236,43	262,70	
495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70	
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	1010	36,70	44,53	27,97	34,32	118,485	135,16	872,47	1027,64	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			54,63	64,45	52,88	62,57	151,01	168,06	1298,46	1493,17	
ПЯТНИЦА	ЗАВТРАК											
	235/2021г	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	5,25	7,00	6,90	9,20	25,05	33,40	183,3	244,40
	ПП	Хлеб пшеничный	50	40	3,85	3,08	0,40	0,32	24,75	19,80	118,00	94,40
	ПП	Печенье сахарное для детского питания	30	30	2,31	2,31	4,83	4,83	20,61	20,61	135,15	135,15
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67
		ИТОГО ЗАВТРАК:	430	470	11,48	12,46	12,13	14,35	81,51	84,91	481,12	518,62
	ОБЕД											
	ПП	Огурцы свежие порционно	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30
	48/2008г	Суп крестьянский с крупой	200	250	1,73	2,13	4,19	5,05	8,18	10,18	77,35	94,69
	510/2004г	Каша гречневая вязкая	150	180	4,50	5,40	7,05	8,46	23,25	27,90	174,45	209,34
63/2008г	Гуляш	90	100	12,51	13,90	5,85	6,50	3,60	4,00	117,09	130,10	
496/2021г	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,68	0,68	0,28	0,28	18,97	18,97	81,13	81,13	
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	990	24,64	27,61	18,37	21,33	93,52	101,33	637,98	707,74	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			36,12	40,07	30,50	35,68	175,03	186,24	1119,10	1226,36	
СУББОТА	ЗАВТРАК											
	324/2021г	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	150	200	4,65	6,20	7,20	9,60	19,95	26,60	163,20	217,60
	ПП	Хлеб пшеничный	50	40	3,85	3,08	0,40	0,32	24,75	19,80	118,00	94,40
	6/2013г	Сыр порционно	10	10	2,32	2,31	2,96	2,96	0,0	0,0	35,92	35,88
	146/2008	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,0	0,00	15,20	15,20	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	410	450	11,12	11,89	10,56	12,88	59,90	61,60	379,12	409,88
	ОБЕД											
	15/2013г	Салат "Тазалык"	60	100	0,65	1,08	5,99	9,99	5,39	8,98	78,09	130,15
	47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	200	250	4,96	6,20	4,48	5,60	17,84	22,30	131,52	164,40
	215/2004г	Картофель тушеный с луком	150	180	3,15	3,78	13,95	16,74	15,60	18,72	200,55	240,66
77/2008г	Котлета "Здоровье"	90	100	13,59	15,10	10,08	11,20	5,76	6,40	168,12	186,80	
457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,07	0,07	0,00	0,00	11,10	11,10	44,67	44,67	
ПП	Фрукт	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ПП	Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,22	0,22	8,78	8,78	42,38	42,38	
ПП	Хлеб пшеничный	40	40	3,08	3,08	0,32	0,32	19,80	19,80	94,40	94,40	
	ИТОГО ОБЕД:	860	990	27,21	31,03	35,444	44,47	94,07	105,88	804,13	947,86	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,33	42,92	46,00	57,35	153,97	167,48	1183,25	1357,74	

Список литературы

2004г	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004г (Под общей редакцией В.Т. Лапшиной)
2008г	Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях УР. Ижевск 2008 г.
2013г	Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания детей в дошкольных организациях УР. Ижевск 2013 г.
2021г	Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, общеобразовательных школ. Уральский региональный центр питания. Пермь 2021 г. (Под общей редакцией А.Я. Превалова)