



Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена (руб)
			Б	Ж	У			
<b>Неделя 2</b>								
<b>6 день(пн)</b>	Салат из свеклы отварной	100	1,33	4,5	7,67	76	54-13з	15,43
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,78	7,03	7,15	115,25	54-1с-2020	16,15
	Плов из птицы или кролика	250	22,51	11,18	45,56	373,33	291	85,60
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	60	5,46	0,72	33,48	146,97		4,68
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
	<b>Итого:</b>		<b>860</b>	<b>35,15</b>	<b>23,45</b>	<b>108,9</b>	<b>771,55</b>	
<b>7 день(вт)</b>	Салат из белокачанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	59,6	45	12,4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,45	3,48	23,13	149,5	54-7с-2020	20,10
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	7,56	43,2	280,44	54-4г	26,46
	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	3,52	185	255	64,43
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	60	5,46	0,72	33,48	146,97		4,68
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>36,51</b>	<b>26,26</b>	<b>124,8</b>	<b>881,51</b>		<b>131,71</b>
<b>8 день(ср)</b>	Винегрет с растительным маслом	100	1	5,3	6,8	111,83	54-16а	24,85
	Суп гороховый	250	8,15	3,5	18,65	138,65	54-8с-2020	15,33
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г	30,84
	Тефтели 2-й вариант	150	12,46	12,92	14,74	224,97	279/331	85,10
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	60	5,46	0,72	33,48	146,97		4,68
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
<b>Итого:</b>		<b>940</b>	<b>30,98</b>	<b>28,7</b>	<b>112,4</b>	<b>849,7</b>		<b>164,44</b>
<b>9 день(чт)</b>	Салат из свеклы отварной	100	1,33	4,5	7,67	76	54-13з	15,43
	Рассольник ленинградский	250	8,73	9,66	11,98	175,25	54-3с2020	21,18
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	195,8	54-1г	11,93
	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	125,4	54-25м	58,33
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	60	5,46	0,72	33,48	146,97		4,68
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
<b>Итого:</b>		<b>860</b>	<b>35,09</b>	<b>25,5</b>	<b>105,3</b>	<b>781,42</b>		<b>115,19</b>
<b>10 день(пт)</b>	Икра морковная	100	2,02	0,1	20,55	91,2		17,17
	Борщ фасолью	250	7,6	7,28	15,88	159,48	54-19с-2020	16,65
	Плов из птицы, кролика или субпродуктов	200	14,35	13,39	17,37	248	289	63,03
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	60	5,46	0,72	33,48	146,97		4,68
	Кисель с витаминами и Кальцием "Витошка"	200			24	95		17,00
	<b>Итого:</b>		<b>810</b>	<b>29,43</b>	<b>21,49</b>	<b>111,3</b>	<b>740,65</b>	
<b>Итого за 10 дней:</b>		<b>8800</b>	<b>339,48</b>	<b>246,5</b>	<b>1144</b>	<b>8054,23</b>		<b>1380,59</b>
<b>Среднее значение</b>		<b>880</b>	<b>33,948</b>	<b>24,65</b>	<b>114,4</b>	<b>805,423</b>		<b>138,06</b>
Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях. :Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора,2022								
Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий Пермь 2021								
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4 классов ОО Новосибирск 2020								
*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011г.								