

Согласовано:
Директор МБОУ «Школа для детей с ОВЗ»
Волегова М.В. 



Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
Жакина Н.А. 



**Примерное 10-дневное меню
МБОУ «Школа для детей с ОВЗ»
для обеспечения питания учащихся
1 и 2 ступени**

1 неделя

Понедельник

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша рисовая с маслом	220	6,908	13,002	15,73	314,6	253
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Масло сливочное	10	0,05	7,2	0,08	74,8	105
Чай с/с	200	<u>0,2</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	500	12,408	22,232	66,79	632,8	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Щи из свежей капусты со сметаной	210	1,4	3,98	6,22	66,4	<u>142</u>
Котлета мясная	100	17,8	17,5	14,3	286	<u>381</u>
Макароны отварные	150	<u>5,65</u>	<u>0,67</u>	<u>29,04</u>	<u>144,9</u>	<u>291</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
<u>ИТОГО:</u>	720	<u>25,59</u>	<u>19,15</u>	<u>98,3</u>	<u>441,088</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша рисовая с маслом	250	7,85	14,775	46,25	349,25	268
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье	16	<u>0,7</u>	<u>0,62</u>	<u>8,9</u>	<u>50,04</u>	590
Сыр	20	<u>5,94</u>	<u>5,94</u>	<u>36,2</u>	<u>79,2</u>	100
Чай с/с	200	<u>0,2</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	556	19,94	23,365	142,33	721,89	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,75	4,975	7,775	8,25	<u>142</u>
Котлета мясная	100	17,8	17,5	14,3	286	<u>381</u>
Макароны отварные	180	<u>6,78</u>	<u>0,81</u>	<u>34,85</u>	<u>173,88</u>	<u>291</u>
Чай с/с	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	70	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
<u>Всего:</u>	800	<u>30,63</u>	<u>23,785</u>	<u>108,525</u>	<u>695,63</u>	

1 неделя

Вторник

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша Дружба с маслом	220	9,592	13,486	40,832	328,9	260
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье	16	0,7	0,62	8,9	50,04	590
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	506	15,642	16,136	100,712	622,34	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,7	2,85	18,82	111,25	<u>147</u>
Жаркое по – Домашнему с мясными консервами	200	17	17,6	14,3	284	<u>284</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	710	<u>24</u>	<u>20,95</u>	<u>84,72</u>	<u>622,75</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша Дружба с маслом	250	10,9	15,325	46,4	373,75	260
Батон нарезной	80	6	2,32	41,12	209,6	111
Сыр	20	<u>5,94</u>	<u>5,94</u>	<u>36,2</u>	<u>79,2</u>	100
Чай с/ с лимоном	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15,2</u>	<u>61</u>	494
ИТОГО:	550	22,94	23,585	138,92	723,55	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,24	3,42	22,584	133,5	<u>147</u>
Жаркое по – Домашнему с мясными консервами	220	18,7	19,36	15,73	312,4	<u>284</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	80	5,066	0,66	32,8	156,66	108/110
ИТОГО:	800	27,506	23,44	98,114	712,56	

1 неделя

Среда

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша манная с маслом	200	7,74	11,82	35,54	279,4	250
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье	32	1,41	1,12	17,85	100,08	590
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	502	14,5	14,97	104,37	622,88	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Суп овсяный	200	1,46	4	8,52	76	<u>155</u>
Биточек мясной	100	17,8	17,5	14,3	286	<u>381</u>
Капуста тушеная	150	<u>5,65</u>	<u>0,67</u>	<u>29,04</u>	<u>144,9</u>	<u>423</u>
Компот из свежих яблок	200	<u>0,25</u>	<u>0,1</u>	<u>11,55</u>	<u>48</u>	507/1
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	710	<u>28,96</u>	<u>22,77</u>	<u>88,01</u>	<u>672,4</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша манная с маслом	250	9,675	14,775	44,425	349,25	250
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Сыр	20	<u>5,94</u>	<u>5,94</u>	<u>36,2</u>	<u>79,2</u>	100
Печенье	16	0,7	0,62	8,9	50,04	590
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	556	22,37	23,365	140,505	721,89	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Суп овсяный	260	1,825	5	10,65	95	<u>155</u>
Биточек мясной	100	17,8	17,5	14,3	286	<u>381</u>
Капуста тушеная	180	<u>6,78</u>	<u>0,81</u>	<u>34,85</u>	<u>173,88</u>	<u>423</u>
Чай с/с с лимоном	200	<u>0,1</u>	-	<u>15,2</u>	<u>61</u>	494
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	800	30,305	23,81	99,6	733,38	

1 неделя

Четверг

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшеничная с маслом	200	8,66	11,9	38,04	293,8	256
Батон нарезной	40	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
Кофейный напиток	200	<u>2,4</u>	<u>2,03</u>	<u>11,9</u>	<u>59,25</u>	501
ИТОГО:	590	16,91	16,56	100,62	606,95	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	6,25	18,15	120,25	<u>144</u>
Плов из отварной курицы	200	11,36	10,08	5,44	157,6	<u>391</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	710	<u>18,86</u>	<u>16,83</u>	<u>63,19</u>	<u>455,35</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшеничная с маслом	200	8,66	11,9	38,04	293,8	256
Батон нарезной	40	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
Вафли	20	<u>2,56</u>	<u>3,65</u>	<u>15,45</u>	<u>70</u>	588
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	610	17,17	36,36	119,17	677,7	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Суп картофельный с бобовыми	300	4,32	7,5	21,78	144,3	<u>144</u>
Плов из отварной курицы	240	13,632	12,096	6,528	189,12	<u>391</u>
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
Итого:	800	<u>21,852</u>	<u>20,096</u>	<u>67,908</u>	<u>510,92</u>	

1 неделя

Пятница

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшенная с маслом	200	9,592	13,486	40,832	328,9	258
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье /Вафли	16/20	1,26	1,27	24,35	120,04	590/588
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	506	16,202	16,786	116,162	692,34	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Борщ из свежей капуст со сметаной	200	1,46	4	8,52	76	<u>128</u>
Фрикадельки мясные	100	14,2	12,6	6,8	197	<u>391</u>
Пюре гороховое	150	<u>14,61</u>	<u>1,44</u>	<u>29,05</u>	<u>174,6</u>	<u>417</u>
Напиток Витаминизированный	200	-	-	<u>18,4</u>	<u>74</u>	617
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	710	<u>34,07</u>	<u>18,54</u>	<u>87,37</u>	<u>639,1</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшенная с маслом	250	11,99	16,857	46,4	373,75	258
Батон нарезной	80	6	2,32	41,12	209,6	111
Сыр	20	<u>5,94</u>	<u>5,94</u>	<u>36,2</u>	<u>79,2</u>	100
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	550	24,03	25,117	138,72	722,55	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Борщ из свежей капусты со сметаной	260	1,825	5	10,65	95	<u>128</u>
Фрикадельки мясные	100	14,2	12,6	6,8	197	<u>391</u>
Пюре гороховое	180	<u>17,532</u>	<u>1,728</u>	<u>34,85</u>	<u>209,52</u>	<u>417</u>
Напиток Витаминизированный	200	-	-	<u>18,4</u>	<u>74</u>	617
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	800	37,357	19,828	95,3	693,02	

2 неделя

Понедельник

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша геркулесовая с маслом	200/5	8,56	14,29	31,52	287,4	247
Батон нарезной	80	6	2,32	41,12	209,6	111
Сыр	15	3,48	4,428	4,428	54,6	100
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	500	18,14	21,038	92,068	611,6	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Суп с рыбными консервами	200	7,749	3,25	14,85	88,83	<u>153</u>
Печень по-Строгановски	100	16,36	12,55	3,91	193,64	<u>398</u>
Макароны отварные	150	<u>5,655</u>	<u>0,675</u>	<u>29,04</u>	<u>144,9</u>	<u>291</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	710	<u>34,064</u>	<u>16,975</u>	<u>99,4</u>	<u>654,87</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша геркулесовая с маслом	250	10,7	17,86	39,4	359,25	247
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье /Вафли	16/20	1,26	1,27	24,35	120,04	590/588
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	556	17,31	21,16	114,73	722,69	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Суп с рыбными консервами	260	9,594	7,514	16,692	70,571	<u>153</u>
Печень по-Строгановски	100	16,36	12,55	3,91	193,64	<u>398</u>
Макароны отварные	180	<u>6,78</u>	<u>0,81</u>	<u>34,85</u>	<u>173,88</u>	<u>291</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	800	37,034	21,374	107,052	665,591	

2 неделя

Вторник

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшеничная с маслом	200	8,66	11,9	38,04	293,8	256
Батон нарезной	40	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	590	14,61	14,53	103,72	607,7	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,7	2,85	18,82	111,25	<u>147</u>
Рагу из птицы	200	15,78	16,46	18,18	283,42	<u>407</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
<u>ИТОГО:</u>	710	<u>22,78</u>	<u>19,81</u>	<u>88,6</u>	<u>622,17</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшеничная с маслом	200	8,66	11,9	38,04	293,8	256
Батон нарезной	40	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
Вафли	20	<u>2,56</u>	<u>3,65</u>	<u>15,45</u>	<u>70</u>	588
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	610	17,17	18,18	119,17	677,7	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,24	3,42	22,584	133,5	<u>147</u>
Рагу из птицы	240	18,936	19,752	21,816	340,104	<u>407</u>
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	800	26,076	23,672	84	651,104	

2 неделя

Среда

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша Дружба с маслом	200	5,26	11,66	25,06	226,2	260
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	300
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	510	15,71	18,29	76,34	532,6	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Суп овощной с фасолью	200	1,84	3,4	12,096	86,4	<u>143</u>
Фрикадельки мясные	100	14,2	12,6	6,8	197	<u>391</u>
Соус томатный	30	<u>0,32</u>	<u>1,11</u>	<u>2,08</u>	<u>19,68</u>	<u>453</u>
Рис отварной	150	<u>3,69</u>	<u>6,075</u>	<u>33,81</u>	<u>204,6</u>	<u>414</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	740	<u>24,35</u>	<u>23,685</u>	<u>106,386</u>	<u>735,18</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша Дружба с маслом	250	6,575	14,575	31,325	282,75	260
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	300
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	560	17,025	21,205	82,605	589,15	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Суп овощной с фасолью	250	2,116	3,91	13,91	99,36	<u>143</u>
Фрикадельки мясные	100	14,2	12,6	6,8	197	<u>391</u>
Соус томатный	30	<u>0,32</u>	<u>1,11</u>	<u>2,08</u>	<u>19,68</u>	<u>453</u>
Рис отварной	180	<u>4,43</u>	<u>7,29</u>	<u>40,57</u>	<u>245,52</u>	<u>414</u>
Компот из сухофруктов	200	<u>0,5</u>	<u>0</u>	<u>27</u>	<u>110</u>	<u>508</u>
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	820	25,366	25,41	114,96	789,06	

2 неделя

Четверг

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша ячневая с маслом	200	6,4	11,4	35,76	271,2	255
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье	32	1,4	1,24	17,8	100,08	590
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	502	13,15	14,67	104,54	554,68	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Рассольник Ленинградский со сметаной	200	1,64	4,2	13	97	<u>134</u>
Курица в соусе с томатом	100	13,6	13,5	4,1	192	<u>405</u>
Греча рассыпчатая	150	<u>8,55</u>	<u>7,845</u>	<u>37,08</u>	<u>253,05</u>	<u>237</u>
Кисель	200	<u>1,4</u>	<u>0</u>	<u>29</u>	<u>122</u>	503
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
<u>ИТОГО:</u>	710	<u>28,99</u>	<u>26,045</u>	<u>107,78</u>	<u>781,55</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша ячневая с маслом	250	8	14,25	44,7	339	255
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье	16	<u>0,7</u>	<u>0,62</u>	<u>8,9</u>	<u>50,04</u>	590
Сыр	20	<u>5,94</u>	<u>5,94</u>	<u>36,2</u>	<u>79,2</u>	100
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	556	19,99	22,84	140,78	711,64	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,05	5,25	16,25	121,25	<u>134</u>
Курица в соусе с томатом	100	13,6	13,5	4,1	192	<u>405</u>
Греча рассыпчатая	180	<u>10,26</u>	<u>9,44</u>	<u>44,496</u>	<u>303,66</u>	<u>237</u>
Кисель	200	<u>1,4</u>	<u>0</u>	<u>29</u>	<u>122</u>	503
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	70	4,43	0,583	28,7	137,08	108/110
<u>ИТОГО:</u>	800	<u>31,74</u>	<u>28,773</u>	<u>122,546</u>	<u>875,99</u>	

2 неделя

Пятница

Наименование блюда с 7до 11лет Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшенная с маслом	200	8,72	12,26	37,12	299	258
Батон нарезной	70	5,25	2,03	35,98	183,4	111
Печенье /Вафли	16/20	1,26	1,27	24,35	120,04	590/588
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	506	15,33	15,56	112,45	662,44	-
Наименование блюда с 7до 11лет Обед						-
Суп крестьянский	250	2,13	5,1	14,55	112,5	<u>154</u>
Фрикадельки мясные	100	14,2	12,6	6,8	197	<u>391</u>
Соус томатный	30	<u>0,32</u>	<u>1,11</u>	<u>2,08</u>	<u>19,68</u>	<u>453</u>
Пюре картофельное	150	1,77	3,36	15,53	107	<u>429</u>
Напиток Витаминизированный	200	-	-	<u>18,4</u>	<u>74</u>	617
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	790	<u>22,22</u>	<u>22,67</u>	<u>81,96</u>	<u>627,68</u>	
Наименование блюда с 11и старше Завтрак	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Каша пшенная с маслом	250	10,9	15,325	46,4	373,75	258
Батон нарезной	80	6	2,32	41,12	209,6	111
Сыр	20	<u>5,94</u>	<u>5,94</u>	<u>36,2</u>	<u>79,2</u>	100
Чай с/с	200	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	493
ИТОГО:	550	22,94	23,585	138,72	722,55	-
Наименование блюда с 11 и старше Обед	Выход	Бел.	Жир.	Угл.	ЭЦ	№ т/к
Суп крестьянский	250	2,13	5,1	14,55	112,5	<u>154</u>
Фрикадельки мясные	100	14,2	12,6	6,8	197	<u>391</u>
Соус томатный	30	<u>0,32</u>	<u>1,11</u>	<u>2,08</u>	<u>19,68</u>	<u>453</u>
Пюре картофельное	180	2,13	4,04	15,53	107	<u>429</u>
Напиток Витаминизированный	200	-	-	<u>18,4</u>	<u>74</u>	617
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	3,8	0,5	24,6	117,5	108/110
ИТОГО:	820	22,58	23,35	81,96	627,68	