

СОГЛАСОВАНО:

Директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №10»
города Канаш Чувашской Республики

Анна Сидорова

(фамилия, имя, отчество)

с марта 2024 года

(подпись)



**Примерное двухнедельное еженедельное меню
для обучающихся общеобразовательных учреждений города Канаш**

Возраст с 7-11 лет

МШ «Комбинат школьного питания» МО город Канаш ЧР

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МШ «Комбинат школьного
питания» МО г.Канаш Чувашской
Республики

Рускова М.Д.

(фамилия, имя, отчество)

с марта 2024 года

Рускова М.Д.

(подпись)



Меню составлено и соответствует рецептурам блюд из Сборника:
«Сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех
общеобразовательных учреждениях» М.П. Могилицкий, Тугельян В.А. изд. 2011 г
«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий ОП общеобразовательных школах изд. 2004 г
Третьи блюда витаминизированы витамином С

Для приготовления блюд использована йодированная соль

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

ПЕЧАТЬ: ПЕРВЫЙ (понедельник)

ПЕРВАЯ

7-11 ЛЕТ

Весенний

г.Канаш Чувашская республика

МГ"Комбинат Школьного питания"

с 2024г

| № | Дата | Наименование блюда | Масса | | Пищевые вещества | | Угле-ы | Энерг.д. | Вит.элементы(мг) | | | | | | | | | | |
|------|--------|------------------------------------|------------|---|------------------|--------------|---------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|-------------|--|--|--|
| | | | порции | г | белки | жиры | | | А | В | С | Е | Са | Мг | Р | Фо | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №20 | 2011 г | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ | 235 | | 5,15 | 4,47 | 16,88 | 141 | 31,26 | 0,083 | 0,76 | 0,36 | 153,2 | 25,07 | 128,7 | 0,62 | | | |
| №14 | 2011 г | МАСЛО ПОРЦИЕЙ | 5 | | 0,04 | 3,63 | 0,065 | 33 | 20 | 0 | 0 | 0,055 | 1,2 | 0 | 1,5 | 0,01 | | | |
| №14 | 2011 г | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | |
| №16 | 2011 г | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 75 | | 5,46 | 9,39 | 32,94 | 238,5 | 3 | 0,09 | 0 | 3,5 | 14,85 | 20,55 | 52,5 | 0,98 | | | |
| №24 | 2011 г | ИТОГО: | 530 | | 10,72 | 17,51 | 64,885 | 472,5 | 54,26 | 0,17 | 0,79 | 3,92 | 180 | 47 | 186 | 1,89 | | | |
| | | УПЛОТНЕННЫЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №71 | 2011г | ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЕЙ | 60 | | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | 0 | 0,024 | 2,94 | 0,06 | 10,2 | 8,4 | 18 | 0,3 | | | |
| №78 | 2011г | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ | 140(60/60) | | 7,83 | 8,75 | 10,25 | 151 | 33,92 | 0,05 | 0,72 | 0,55 | 27,95 | 18,33 | 88,37 | 0,87 | | | |
| №02 | 2011г | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 150 | | 8,6 | 6,09 | 38,64 | 243,8 | 0 | 0,2 | 0 | 0,6 | 14,82 | 135,8 | 203,9 | 4,56 | | | |
| №76 | 2011 г | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | |
| №128 | 2011 г | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 30 | | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 | | | |
| | | ИТОГО: | 565 | | 19,42 | 15,88 | 78,49 | 534,5 | 33,92 | 0,22 | 3,69 | 1,87 | 70,8 | 174 | 336 | 6,45 | | | |
| | | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №13 | 2011г | САЛАТ ИЗ ВАРеноЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №13 | 2011г | ГОРОШКОМ | 60 | | 0,99 | 2,47 | 4,38 | 43,74 | 0 | 0,03 | 4,12 | 1,13 | 17 | 11 | 12,48 | 0,73 | | | |
| №18 | 2011 г | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФ-М | 200 | | 1,41 | 3,96 | 6,32 | 71,8 | 0 | 0,05 | 12,62 | 1,88 | 39,4 | 17,7 | 39,2 | 0,66 | | | |
| №278 | 2011г | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ | 140(60/60) | | 7,83 | 8,75 | 10,25 | 151 | 33,92 | 0,05 | 0,72 | 0,55 | 27,95 | 18,33 | 88,37 | 0,87 | | | |
| №302 | 2011г | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 150 | | 8,6 | 6,09 | 38,64 | 243,8 | 0 | 0,2 | 0 | 0,6 | 14,82 | 135,8 | 203,9 | 4,56 | | | |
| №376 | 2011 г | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | |
| №378 | 2011 г | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | | |
| | | ИТОГО: | 795 | | 23,9 | 23,21 | 101,51 | 715,34 | 33,92 | 0,22 | 17,5 | 5,48 | 124 | 204 | 393 | 8,03 | | | |

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ: ВТОРОЙ(вторник)

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТ: 7-11 ЛЕТ

СЕЗОН: Весенний

г. Канаш Чувашская республика

МГТ"Комбинат Школьного питания" с 2024г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г | | | Энерг. ц. ккал | Витаминный(мг) | | | | | | | Минеральные вещества(мг) | | | | |
|------------|--|--------------|---------------------|-------|---------|----------------|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------------------------|--|--|--|--|
| | | | белки | жиры | угле-в. | | А | В | С | Е | Са | Мг | Р | Fe | | | | |
| №173 2011г | ЗАВТРАК КАША ТЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 210 | 8,64 | 6,16 | 39,38 | 249 | 15,54 | 0,189 | 1,01 | 0,54 | 154,6 | 74,34 | 243,6 | 1,8 | | | | |
| | ВЯЗКАЯ | 7 | 1,62 | 2,07 | 0 | 25,2 | 18,2 | 0 | 0,049 | 0,035 | 11,6 | 2,45 | 35 | 0,07 | | | | |
| №15 2011г | СЫР ПОРЦИЕЙ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | | |
| №376 2011г | ЧАЙ С САХАРОМ | 75 | 5,93 | 6,09 | 33,36 | 212,25 | 10,5 | 0,85 | 0 | 2,45 | 3,8 | 21,3 | 57,45 | 1,05 | | | | |
| №422 2011г | БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" | 507 | 16,26 | 14,34 | 87,74 | 546,45 | 44,24 | 1,039 | 1,09 | 3,03 | 214 | 99,49 | 338,85 | 3,2 | | | | |
| | ИТОГО: | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №71 2011г | УЛЮЩЕННЫЙ ЗАВТРАК ОВОЩИ С ФРЕЗКО ПОРЦИЕЙ | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 0 | 0,036 | 10,5 | 0,42 | 8,4 | 12 | 15,6 | 0,54 | | | | |
| №295 2011г | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 100(50/50) | 8,32 | 10,07 | 10,67 | 166,82 | 33,06 | 0,063 | 0,55 | 1,52 | 10,85 | 12,94 | 59,13 | 0,8 | | | | |
| №312 2011г | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 | 0 | 0,14 | 18,16 | 0,18 | 35,98 | 27,75 | 86,6 | 1 | | | | |
| №342 2011г | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки) | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 | 0 | 0,012 | 0,9 | 0,08 | 14,18 | 5,14 | 4,4 | 0,95 | | | | |
| №428 2011г | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 30 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 17,5 | 9,7 | 23,05 | 0,44 | | | | |
| | ИТОГО: | 540 | 14,7 | 16,11 | 74,73 | 504,42 | 33,06 | 0,296 | 30,1 | 2,85 | 107 | 67,53 | 188,78 | 3,73 | | | | |
| | ОБЕД САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ | 60 | 1,56 | 4,43 | 1,94 | 53,88 | 17,76 | 0,024 | 10,37 | 1,74 | 19,93 | 9,03 | 29,89 | 0,52 | | | | |
| №43 2011г | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНАМИ | 200 | 2,15 | 2,27 | 13,96 | 94,6 | 0 | 0,09 | 6,6 | 1,14 | 23,36 | 21,82 | 54,06 | 0,9 | | | | |
| №103 2011г | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 100(50/50) | 8,32 | 10,07 | 10,67 | 166,82 | 33,06 | 0,063 | 0,55 | 1,52 | 10,85 | 12,94 | 59,13 | 0,8 | | | | |
| №295 2011г | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 | 0 | 0,14 | 18,16 | 0,18 | 35,98 | 27,75 | 86,6 | 1 | | | | |
| №312 2011г | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки) | 180 | 0,144 | 0,144 | 25,09 | 103,14 | 0 | 0,011 | 0,81 | 0,072 | 12,76 | 4,63 | 3,96 | 0,86 | | | | |
| №342 2011г | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | | | |
| №428 2011г | ИТОГО: | 750 | 20,234 | 23,63 | 99,02 | 700,74 | 50,82 | 0,418 | 36,5 | 5,97 | 147 | 95,57 | 279,74 | 4,96 | | | | |

ПРИМЕРНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ: ТРЕТИЙ(среда)

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТ: 7-11 ЛЕТ

СЕЗОН: весенний

г. Канаш Чувашская республика

МГП"Комбинат школьного питания" с 2024г

| № рецептур | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность | Витамины(мг) | | | | | Минералы(мг) | | | | |
|------------|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--|--|
| | | | белки | жиры | угле-ль | | А | В | С | Е | Са | Мg | Р | Fe | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| №205 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 235 | 8,11 | 9,38 | 44,68 | 295,2 | 30,42 | 27,17 | 79,71 | 1,62 | 1,41 | 0 | 1,77 | 0,012 | | |
| №2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 50 | 2,36 | 0,24 | 27,77 | 123 | 0 | 0,040,1 | 0,1 | 0 | 8,8 | 6,6 | 21,3 | 0,59 | | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,1 | 2,8 | 0,28 | | |
| | ИТОГО: | 500 | 10,54 | 9,64 | 87,45 | 478,2 | 30,4 | 27,17 | 79,84 | 1,62 | 21,3 | 7 | 25,87 | 0,882 | | |
| | УПОТРЕБЛЕННЫЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| №71 | ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИИ | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | 0 | 0,024 | 2,94 | 0,06 | 10,2 | 6,1 | 18 | 0,3 | | |
| №268 | БИТОЧКИ ИЗ ТОВАРНЫХ С СОУСОМ | 90(50/40) | 8,7 | 9,75 | 9,39 | 161,5 | 11,52 | 0,04 | 0,13 | 1,787 | 31,54 | 19,06 | 103,74 | 1,417 | | |
| №174 | КАША РЫСОБАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ | 150 | 4,44 | 2,69 | 32,12 | 171 | 21,1 | 0,045 | 0,72 | 0,09 | 93,2 | 27,95 | 115,83 | 0,435 | | |
| №349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 32,48 | 17,46 | 23,44 | 0,7 | 29,23 | 16,75 | 21,1 | 0,63 | | |
| №428 | БЛЮЧКА ШКОЛЬНАЯ | 30 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 | | |
| | ИТОГО: | 530 | 16,72 | 13,55 | 88,12 | 545 | 65,1 | 17,61 | 27,23 | 3,297 | 171 | 80,3 | 281,7 | 3,222 | | |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| №63 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПРИПУЩЕННОЙ С КУРАТОМ | 60 | 1,02 | 0,83 | 9,91 | 51,18 | 0 | 0,005 | 1,14 | 8,64 | 24,84 | 20,62 | 38,07 | 0,6 | | |
| №99 | СУП ОВОЩНОЙ | 200 | 1,27 | 3,99 | 7,32 | 76,2 | 0 | 0,058 | 8,3 | 1,86 | 27,88 | 16,6 | 39,42 | 0,62 | | |
| №268 | БИТОЧКИ ИЗ ТОВАРНЫХ С СОУСОМ | 90(50/40) | 8,7 | 9,75 | 9,39 | 161,5 | 11,52 | 0,04 | 0,13 | 1,787 | 31,54 | 19,06 | 103,74 | 1,417 | | |
| №174 | КАША РЫСОБАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ | 150 | 4,44 | 2,69 | 32,12 | 171 | 21,1 | 0,045 | 0,72 | 0,09 | 93,2 | 27,95 | 115,83 | 0,435 | | |
| №349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 32,48 | 17,46 | 23,44 | 0,7 | 29,23 | 16,75 | 21,1 | 0,63 | | |
| №428 | БЛЮЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | |
| | ИТОГО: | 760 | 21,09 | 19,27 | 117,7 | 737,63 | 65,1 | 17,7 | 33,73 | 14,4 | 220 | 175 | 364,3 | 4,582 | | |

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРТЫЙ(четверг)
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ВОЗРАСТ: 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН: Весенний

г.Канаш Чувашская республика МТ"Комбинат ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ" с 2024г

| № рецептур. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г. | | | Энерг. ккал | Витамины(мг) | | | | | Минеральные вещества(мг) | | | | | | |
|-------------|-----------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------|---------------|-------------|--|--|--|--|
| | | | белки | жиры | угле-ы | | А | В | С | Е | Са | Мг | Р | Fe | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №181 | 2011г КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 210 | 6,33 | 3,64 | 33,86 | 194,25 | 18,9 | 0,084 | 1,17 | 1,23 | 137,97 | 21,32 | 120,9 | 0,47 | | | | |
| №15 | 2011г СЫР ПОРЦИЕЙ | 7 | 1,63 | 2,07 | 0 | 25,2 | 22,75 | 0 | 0,061 | 0,044 | 25,2 | 0 | 0,053 | 0,035 | | | | |
| №376 | 2011г ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | | |
| №422 | 2011г БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" | 75 | 5,93 | 6,09 | 33,36 | 212,25 | 10,5 | 0,85 | 0 | 2,45 | 16,8 | 21,3 | 57,45 | 1,05 | | | | |
| | Итого: | 507 | 13,96 | 11,82 | 82,22 | 491,7 | 52,15 | 0,934 | 1,26 | 3,72 | 191,1 | 44 | 181,2 | 1,84 | | | | |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №52 | 2011г САЛАТ ИЗ ВАРеной свеклы | 75 | 1,05 | 4,5 | 6,2 | 69,6 | 0 | 0,013 | 4,99 | 2,03 | 26,6 | 15,53 | 30,48 | 0,99 | | | | |
| №289 | 2011г РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 175(50/125) | 12,81 | 10,65 | 15,2 | 208 | 21 | 0,09 | 11,7 | 2 | 28,59 | 36 | 138,1 | 1,83 | | | | |
| №376 | 2011г ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | | |
| №428 | 2011г БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | | | |
| | Итого: | 525 | 18,93 | 17,09 | 63,32 | 482,6 | 21 | 0,193 | 16,7 | 5,35 | 79,79 | 72,3 | 217,43 | 3,98 | | | | |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №67 | 2011г БИНЕТРЕТ ОВОШНОЙ | 60 | 0,84 | 6 | 4,37 | 75,06 | 0,0 | 0,026 | 5,78 | 2,7 | 18,74 | 11,72 | 25,96 | 0,5 | | | | |
| №102 | 2011г СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ | 200 | 4,39 | 4,22 | 13,23 | 118,6 | 0 | 0,182 | 4,66 | 1,94 | 34,14 | 28,46 | 70,48 | 1,64 | | | | |
| №288 | 2011г ПТИЦА ОТВАРНАЯ С СУСКОМ | 90(45/45) | 11,18 | 14,23 | 2,86 | 184,35 | 60,53 | 0,057 | 2,14 | 0,49 | 34,68 | 15,08 | 121,77 | 1,263 | | | | |
| №303 | 2011г КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЗВРАЖАЯ | 150 | 4,58 | 5,01 | 20,52 | 145,5 | 0 | 0,12 | 0 | 0,34 | 8,45 | 72,03 | 108,87 | 2,42 | | | | |
| №376 | 2011г ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | | |
| №428 | 2011г БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | | | |
| | Итого: | 775 | 26,06 | 31,4 | 82,9 | 728,5 | 60,53 | 0,475 | 12,6 | 6,79 | 120,6 | 148 | 375,98 | 6,98 | | | | |

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ: ПЯТЫЙ(пятица)

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТ: 7-11 ЛЕТ

Сезон: Весенний

г. Канаш Чувашская республика

МГТ"Комбинат детского питания с 2024г

| № рецепт. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевая ценность | Белки, г | Жиры, г | Углеб-ы, г | Энерг.ц. ккал | Витамины: (мг) | | | Минеральные вещества(мг) | | | | |
|-----------|--|--------------|------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------------------|--------------|---------------|-------------|----|
| | | | | | | | | A | B | C | E | Ca | Mg | P | Fe |
| №183 | ЗАВТРАК КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 210 | 9,46 | 8,03 | 36,8 | 240,45 | 26,46 | 0,22 | 1,72 | 0,294 | 190,24 | 104,19 | 251,74 | 2,99 | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | |
| №424 | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 75 | 5,46 | 9,39 | 32,94 | 238,5 | 3 | 0,09 | 0 | 3,5 | 14,85 | 20,55 | 52,5 | 0,98 | |
| | Итого: | 500 | 14,99 | 17,4 | 84,74 | 538,95 | 29,46 | 0,31 | 1,75 | 3,79 | 216,19 | 126,1 | 307,04 | 4,25 | |
| №71 | УПЛОТНЕННЫЙ ЗАВТРАК ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЕЙ | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 0 | 0,036 | 0,5 | 0,42 | 8,4 | 12 | 15,6 | 0,54 | |
| №268 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ | 90(50/40) | 8,58 | 0,84 | 9,36 | 160 | 13,52 | 0,04 | 0,54 | 1,843 | 16,91 | 19,22 | 95,13 | 1,5 | |
| №303 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 4 | 4,24 | 24,56 | 152,4 | 0 | 0,08 | 0 | 0,67 | 15,7 | 21,6 | 100,95 | 1,7 | |
| №699 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 | 0 | 0 | 0,03 | 0,01 | 14,2 | 2,4 | 4,4 | 0,16 | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 30 | 2,5 | 4,06 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 | |
| | Итого: | 530 | 15,84 | 15 | 73,86 | 491,1 | 13,52 | 0,2 | 1,57 | 3,6 | 61,96 | 64,92 | 239,13 | 4,34 | |
| №42 | ОБЕД САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ И | 60 | 1,05 | 3,71 | 5,55 | 59,7 | 0 | 0,05 | 0,83 | 1,63 | 9,55 | 11,23 | 28,39 | 0,45 | |
| №82 | ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ | 200 | 1,44 | 0,94 | 8,75 | 83 | 0 | 0,04 | 0,54 | 1,92 | 39,78 | 20,9 | 43,68 | 0,98 | |
| №268 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 90(50/40) | 8,58 | 0,84 | 9,36 | 160 | 13,52 | 0,04 | 0,54 | 1,843 | 16,91 | 19,22 | 95,13 | 1,5 | |
| №303 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ | 150 | 4 | 4,24 | 24,56 | 152,4 | 0 | 0,08 | 0 | 0,67 | 15,7 | 21,6 | 100,95 | 1,7 | |
| №349 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 32,48 | 17,46 | 2,44 | 0,7 | 29,23 | 15,75 | 21,1 | 0,53 | |
| №428 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | |
| | Итого: | 760 | 20,73 | 23,5 | 107,15 | 732,9 | 46 | 17,8 | 4,35 | 8,08 | 124,67 | 108,1 | 335,35 | 6,14 | |

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ: ШЕСТОЙ(понедельник)
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ВОЗРАСТ: 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН: весенний

г.Канаш Чувашская республика

МГП"Комбинаг школьного питания" с 2024г

| № рецепт. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещ-а, г. | | | Энерг. ккал | Витамины(мг) | | | | | Минерные вещ-а(мг) | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|--------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------------|------------|-------------|--|--|
| | | | белки | жиры | угле-ы | | А | В | С | Е | Са | Мg | Р | Fe | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №174 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 220 | 6,52 | 3,95 | 47,1 | 250,8 | 16,28 | 0,066 | 1,06 | 0,132 | 141,1 | 40,1 | 169,9 | 0,63 | | |
| №14 | МАСЛО ПОРЦИЕЙ | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,065 | 33 | 20 | 0 | 0 | 0,055 | 1,2 | 0 | 1,5 | 0,01 | | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,23 | | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | |
| | ИТОГО: | 500 | 11,63 | 9,52 | 89,085 | 488,8 | 36,3 | 0,16 | 1,1 | 1,51 | 167 | 60,9 | 220 | 1,3 | | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №54 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ | 60 | 0,85 | 3,65 | 6,72 | 62,34 | 0 | 0,012 | 3,86 | 6,36 | 17,56 | 10,1 | 19,08 | 0,99 | | |
| №290 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 90(40/50) | 9,56 | 8,6 | 2,93 | 127,41 | 33,36 | 0,042 | 1,16 | 0,72 | 33,85 | 11,04 | 74,67 | 0,744 | | |
| №302 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 150 | 8,5 | 6,09 | 38,64 | 243,8 | 0 | 0,2 | 0 | 0,6 | 14,82 | 135,8 | 203,9 | 4,85 | | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 30 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 | | |
| | ИТОГО: | 545 | 21,38 | 19,32 | 76,75 | 566,05 | 33,4 | 0,3 | 5,1 | 8,34 | 84,1 | 168 | 324 | 6,91 | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОГУРЧНОЙ | 60 | 0,94 | 3,6 | 4,96 | 55,7 | 0 | 0,01 | 3,99 | 1,62 | 21,28 | 12,42 | 24,38 | 0,19 | | |
| №88 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЛЕМ | 200 | 1,41 | 3,96 | 6,32 | 71,8 | 0 | 0,05 | 12,6 | 1,88 | 39,4 | 17,7 | 39,2 | 0,83 | | |
| №290 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 90(40/50) | 9,56 | 8,6 | 2,93 | 127,41 | 33,36 | 0,042 | 1,16 | 0,72 | 33,85 | 11,04 | 74,67 | 0,744 | | |
| №302 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 150 | 8,5 | 6,09 | 38,64 | 243,8 | 0 | 0,2 | 0 | 0,6 | 14,82 | 135,8 | 203,9 | 4,85 | | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | |
| | ИТОГО: | 775 | 25,48 | 24,19 | 94,77 | 703,71 | 33,4 | 0,39 | 18 | 6,14 | 134 | 198 | 391 | 7,91 | | |

ПРИМЕРНОЕ ЦИФРОВОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ: СЕДЬМОИ (вторник)
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ВОЗРАСТ: 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН: весенний

г. Канаш Чувашская республика МГТ "Комбинат школьного питания" с 2024г.

| № рецепт. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г. | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | |
|--------------------------|--|--------------|----------------------|-------|-------|-------------------------|---------------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|-------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Угл-ы | | А | В | С | Е | Са | Мg | Р | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| №173 | 2011г Каша овсяная молочная вязкая | 200 | 8,56 | 3,81 | 44,2 | 243 | 14,8 | 0,14 | 0,96 | 0,035 | 144,4 | 44,33 | 218,3 | 2,32 |
| №376 | 2011г Чай с сахаром | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 |
| №410 | 2011г Ватрушка с кондитером | 60 | 3,57 | 2,38 | 35,3 | 177,3 | 14,4 | 0,064 | 0 | 0,69 | 12,48 | 13,92 | 34,24 | 0,86 |
| №428 | 2011г Булочки школьная | 30 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 |
| | Итого: | 505 | 14,7 | 7,17 | 108 | 555,1 | 29,2 | 0,249 | 0,99 | 1,39 | 175 | 69,4 | 278,4 | 3,9 |
| УЛАНЕННЫЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| №70 | 2011г Овощи консервированные порцией | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 5 | 0 | 0,012 | 2,1 | 0,06 | 13,8 | 8,4 | 14,4 | 0,36 |
| №280 | 2011г Фарш говяжий из говядины в соусе | 105(55/50) | 8,79 | 11,54 | 11,08 | 186 | 18,42 | 0,05 | 0,3 | 2,67 | 35,54 | 15,45 | 88 | 5,3 |
| №312 | 2011г Картофельное пюре | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 | 0 | 0,14 | 18,16 | 0,18 | 36,98 | 27,75 | 86,6 | 1 |
| №349 | 2011г Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,59 | 0,081 | 28,81 | 119,52 | 0 | 0,014 | 0,66 | 0,46 | 29,23 | 15,75 | 21,1 | 0,63 |
| №428 | 2011г Булочки школьная | 30 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 |
| | Итого: | 525 | 15,42 | 17,44 | 74,81 | 524,32 | 18,42 | 0,261 | 21,22 | 4,03 | 122 | 77,1 | 233,2 | 7,73 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| №75 | 2011г Икра корюшная | 60 | 1,21 | 6,12 | 12,33 | 54,72 | 0 | 0,026 | 2,53 | 12,18 | 27,92 | 19,35 | 36,55 | 0,6 |
| №102 | 2011г Суп картофельный с горохом | 200 | 4,39 | 4,22 | 13,23 | 118,6 | 0 | 0,182 | 4,66 | 1,94 | 34,14 | 28,46 | 70,48 | 1,64 |
| №280 | 2011г Фарш говяжий из говядины в соусе | 105(55/50) | 8,79 | 11,54 | 11,08 | 186 | 18,42 | 0,05 | 0,3 | 2,67 | 35,54 | 15,45 | 88 | 5,3 |
| №312 | 2011г Картофельное пюре | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 | 0 | 0,14 | 18,16 | 0,18 | 36,98 | 27,75 | 86,6 | 1 |
| №349 | 2011г Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,59 | 0,081 | 28,81 | 119,52 | 0 | 0,014 | 0,66 | 0,46 | 29,23 | 15,75 | 21,1 | 0,63 |
| №428 | 2011г Булочки школьная | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 |
| | Итого: | 755 | 23,04 | 28,68 | 112,8 | 761,14 | 18,42 | 0,502 | 26,31 | 18,8 | 177 | 126 | 348,8 | 10,05 |

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

ВОСЬМОЙ(среда)

ВТОРАЯ

7-11 ЛЕТ

весенний

г.Канаш Чувашская республика

МПП"Комбинат Школьного питания"

с 2024г

| № рецепт. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г. | | | Энерг.ц. ккал | Витамины(мг) | | | | | Минеральные вещества(мг) | | | | | | |
|-----------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------|------------|-------------|--|--|--|--|
| | | | белки | жиры | угле-ы | | A | B | C | E | Ca | Mg | P | Fe | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №173 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (взрасл) | 210 | 8,64 | 6,16 | 39,38 | 249 | 15,54 | 0,139 | 1,01 | 0,54 | 154,6 | 74,34 | 243,6 | 1,8 | | | | |
| №14 | МАСЛО ПОРШЕИ | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,065 | 33 | 20 | 0 | 0 | 0,055 | 1,2 | 0 | 1,5 | 0,01 | | | | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | | |
| №424 | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 75 | 5,46 | 9,39 | 32,94 | 238,5 | 3 | 0,09 | 0 | 3,5 | 14,85 | 20,55 | 52,5 | 0,98 | | | | |
| | ИТОГО: | 505 | 14,21 | 19,2 | 87,385 | 580,5 | 38,54 | 0,28 | 1,04 | 4,1 | 181,8 | 96,3 | 300 | 3,07 | | | | |
| | УЛЮТНЕННЫЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ПОРШЕИ | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | 0 | 0,024 | 2,94 | 0,06 | 10,2 | 8,4 | 18 | 0,3 | | | | |
| №281 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 90(50/40) | 7,42 | 8,43 | 7,59 | 125,38 | 19,85 | 0,052 | 0,243 | 0,386 | 45,83 | 17,43 | 95,44 | 0,97 | | | | |
| №173 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 6,42 | 2,86 | 33,15 | 184,5 | 11,1 | 0,1 | 0,72 | 0,026 | 108,3 | 33,24 | 163,7 | 1,74 | | | | |
| №342 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки) | 180 | 0,144 | 0,144 | 25,09 | 103,14 | 0 | 0,011 | 0,81 | 0,072 | 12,76 | 4,63 | 3,96 | 0,86 | | | | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 30 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 | | | | |
| | ИТОГО: | 510 | 16,904 | 12,45 | 80,43 | 492,72 | 30,95 | 0,23 | 4,71 | 1,2 | 183,8 | 73,4 | 304 | 4,01 | | | | |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №40 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 1,64 | 4,24 | 5,73 | 67,6 | 11,88 | 0,05 | 5,02 | 1,7 | 11,73 | 14,48 | 39,14 | 0,54 | | | | |
| №103 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНАМИ | 200 | 2,15 | 2,27 | 13,96 | 94,6 | 0 | 0,09 | 6,6 | 1,14 | 23,36 | 21,82 | 54,06 | 0,9 | | | | |
| №281 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №173 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 90(50/40) | 7,42 | 8,43 | 7,59 | 125,38 | 19,85 | 0,052 | 0,243 | 0,386 | 45,83 | 17,43 | 95,44 | 0,97 | | | | |
| №342 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки) | 180 | 0,144 | 0,144 | 25,09 | 103,14 | 0 | 0,011 | 0,81 | 0,072 | 12,76 | 4,63 | 3,96 | 0,86 | | | | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,98 | | | | |
| | ИТОГО: | 740 | 22,774 | 19,86 | 112,44 | 720,22 | 42,83 | 0,39 | 13,4 | 4,64 | 215,5 | 111 | 402 | 6,59 | | | | |

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ: Девятый(четверг)
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ВОЗРАСТ: 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН: Весенний

г. Канаш Чувашская республика МП "Комбинат школьного питания" с 2024г

| № рецепт. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г. | | | Энерг.д. ккал | Витамины(мг) | | | | | | | Минеральные вещества(мг) | | | | | |
|-----------|------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|--------------------------|--|--|--|--|--|
| | | | Белки | Жиры | Угле-ы | | А | В | С | Е | Са | Mg | P | Fe | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №181 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 210 | 6,33 | 3,64 | 33,86 | 194,25 | 18,9 | 0,084 | 1,23 | 0,44 | 138 | 21,32 | 121 | 0,47 | | | | | |
| №15 | СЫР ПОРЦИЕЙ | 7 | 1,62 | 2,07 | 0 | 25,2 | 18,2 | 0 | 0,049 | 0,035 | 61,6 | 2,45 | 35 | 0,07 | | | | | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | | | |
| №422 | БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" | 75 | 5,93 | 6,09 | 33,36 | 212,25 | 10,5 | 0,85 | 0 | 2,45 | 16,8 | 21,3 | 57,45 | 1,05 | | | | | |
| | Итого: | 507 | 13,95 | 11,82 | 82,22 | 491,7 | 47,6 | 0,934 | 1,309 | 2,925 | 227,5 | 46,5 | 216 | 1,87 | | | | | |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №67 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 60 | 0,84 | 6 | 4,37 | 75,06 | 0,0 | 0,026 | 5,78 | 2,7 | 18,74 | 11,72 | 25,96 | 0,5 | | | | | |
| №288 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ СОУСОМ | 90(45/45) | 11,18 | 14,23 | 2,86 | 184,38 | 60,53 | 0,056 | 2,14 | 0,489 | 32,22 | 15,08 | 121,09 | 1,26 | | | | | |
| №312 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 | 0 | 0,14 | 18,16 | 0,18 | 36,98 | 27,75 | 86,6 | 1 | | | | | |
| №376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 11,1 | 1,4 | 2,8 | 0,28 | | | | | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 30 | 2,5 | 0,96 | 13,46 | 72,5 | 0 | 0,045 | 0 | 0,66 | 6,75 | 9,7 | 23,05 | 0,44 | | | | | |
| | Итого: | 545 | 17,65 | 26,01 | 56,13 | 529,24 | 60,53 | 0,287 | 26,11 | 4,029 | 105,8 | 65,7 | 260 | 3,48 | | | | | |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №67 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 60 | 0,84 | 6 | 4,37 | 75,06 | 0,0 | 0,026 | 5,78 | 2,7 | 18,74 | 11,72 | 25,96 | 0,5 | | | | | |
| №96 | РАССОЛЫШНИК ЛЕНИНСКИЙ | 200 | 1,61 | 4,07 | 9,58 | 85,8 | 0 | 0,074 | 6,7 | 1,88 | 23,32 | 19,3 | 45,38 | 0,74 | | | | | |
| №297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 100(50/50) | 7,52 | 9,09 | 6,92 | 140,05 | 25,54 | 0,03 | 0,53 | 0,23 | 36,66 | 9,85 | 63,42 | 0,66 | | | | | |
| №312 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,3 | 0 | 0,14 | 18,16 | 0,18 | 36,98 | 27,75 | 86,6 | 1 | | | | | |
| №349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЦИТРУСОВЫХ ФРУКТОВ | 180 | 0,59 | 0,081 | 28,81 | 119,52 | 0 | 0,014 | 0,66 | 0,46 | 29,23 | 15,75 | 21,1 | 0,63 | | | | | |
| №428 | БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ | 60 | 5 | 1,92 | 26,92 | 145 | 0 | 0,09 | 0 | 1,32 | 13,5 | 19,4 | 46,1 | 0,88 | | | | | |
| | Итого: | 750 | 18,62 | 25,96 | 97,04 | 702,73 | 25,54 | 0,374 | 31,83 | 6,77 | 158,4 | 104 | 289 | 4,41 | | | | | |

