

Утверждаю
Общество с ограниченной ответственностью
«Агрофирма «Атлашевская»
/ Е.В.Мефодьева
«05» сентября 2024 г




Согласовано
Директор муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения «Чиршкасинская
основная общеобразовательная школа имени
Л.В.Пучкова» Чебоксарского муниципального округа
Чувашской Республики
«01» сентября 2024 г.



ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСЕННЕ-ЗИМНЕГО ПЕРИОДА 2024-2025 ГОДА
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ЧИРШКАСИНСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ Л.В. ПУЧКОВА»
ЧЕБОКСАРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

СОГЛАСОВАНО

Директор



Директор

«Агрофирма «Атлашевская»

Е.В. Мефодьева

Основное организационное двухдневное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений Чебоксарского муниципального округа

МЕНЮ НА 1 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	12,70	220/5	5,29	7,57	34,62	229,59	17,70	250/5	5,99	8,57	39,24	260,2
96*	Масло сливочное	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
378**	Чай с молоком	5,30	200	3,12	2,51	24,69	146,3	5,30	200	3,12	2,51	24,69	146,3
	ИТОГО	30,0	495,0	13,3	17,9	89,2	580,6	35,0	525,0	14,0	18,9	93,9	611,2
ОБЕД													
ГТК	Салат из свежей капусты	6,50	60	0,48	0,06	1,68	9	10,50	100	0,8	0,1	2,8	15
149*	Суп крестьянский с крупой на курин.булье	16,00	200	4,28	5,71	10,71	90,04	18,00	250	5,35	7,13	13,38	112,55
508*	Гречка отварная рассыпчатая	10,00	150	5,33	4,35	19,95	140,5	13,00	180	6,4	5,22	23,94	168,6
388*	Котлета куриная	32,00	100(60/40)	7,05	4,2	8,05	84,06	32,00	100(60/40)	7,05	4,2	8,05	84,06
639*	Компот из сухофруктов	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	73,0	770,0	26,0	25,4	121,0	663,1	82,0	890,0	28,4	27,8	128,7	719,7
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,0	1265,0	39,3	43,4	210,2	1243,7	117,0	1415,0	42,4	46,7	222,6	1330,9

МЕНЮ НА 2 день

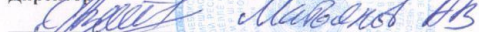
Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	12,00	230	6,86	12	29,25	252,81	13,00	250	7,45	13,04	31,7	274,79
693*	Какао с молоком	8,50	200	3,79	3,2	25,81	143	10,00	200	3,79	3,2	25,81	143
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
97*	Сыр порциями	5,50	10	6,75	5,97	0,5	90	8,00	15	6,75	5,97	0,3	90
	ИТОГО	30,0	500,0	22,2	21,8	85,4	624,4	35,0	525,0	22,8	22,8	87,6	646,4
ОБЕД													
78*	Помидор в нарезке	21,00	60	0,48	0,12	3,12	12	26,00	100	0,8	0,2	5,2	20
124*	Щи из свеж.капусты на курин.бульоне со сметаной	9,50	200/5	1,9	6,17	8,11	99,7	10,50	250/5	2,36	7,67	10,08	124,01
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	37,00	225	19,3	20,8	45,8	445	40,00	275	23,5	25,4	56	543
685*	Чай с сахаром	2,00	200	0,2		19,8	77	2,00	200	0,2		19,8	77
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	73,0	750,0	46,4	49,1	179,0	1331,6	82,0	890,0	52,0	56,4	195,5	1483,9
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,0	1250,0	68,6	70,9	264,4	1956,0	117,0	1415,0	74,8	79,2	283,1	2130,3

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖАЮ

Директор «Агрофирма «Атлашевская»

Е.В. Мефодьева

МЕНЮ НА 3 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	13,00	220/5	9,04	17,14	50,07	392,2	15,50	250/5	10,24	19,42	56,74	424,3
692*	Кофейный напиток	7,50	200	0,54	0,1	8,58	33	7,50	200	0,54	0,1	8,58	33
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
97*	Сыр порциями	5,50	10	6,75	5,97	0,5	90	8,00	15	6,75	5,97	0,5	90
	ИТОГО	30,00	500,00	21,13	23,81	88,95	653,80	35,00	530,00	22,33	26,09	95,62	685,90
ОБЕД													
39*	Салат Витаминный	11,50	60	0,78	4,44	4,68	60,6	23,50	100	1,3	7,4	7,8	101
140*	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	7,00	200	1,81	5,03	13,57	109,28	12,00	250	2,26	6,3	16,9	136,6
302*	Каша пшеничная вязкая	5,00	150	8,38	6,1	41,26	257,86	9,00	180	10,05	7,32	49,51	309,43
278**	Тефтели из говяд.рубленые	28,00	100(60/40)	17,6	17,6	3,41	236,5	28,00	100(60/40)	17,6	17,6	3,41	236,5
ТТК	Напиток лимонный	6,00	200	0,16	22	0,04	83,4	6,00	200	0,16	22	0,04	83,4
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126
ПР	Фрукт(Яблоко)	12	100	0,4	0,4	9,8	47	*	*	*	*	*	*
	ИТОГО	73,00	870,00	31,95	56,17	73,36	920,64	82,00	890,00	34,19	61,22	78,26	992,93
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1370,00	53,08	79,98	162,31	1574,44	117,00	1420,00	56,52	87,31	173,88	1678,83

МЕНЮ НА 4 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	14,00	225/5	5,59	8,58	38,23	261,74	19,00	250/5	6,19	9,32	42,38	290,19
96*	Масло сливочное	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
686*	Чай с лимоном	4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97	4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97
	ИТОГО	30,00	500,00	10,63	16,59	96,03	575,41	35,00	525,00	11,23	17,33	100,18	603,86
ОБЕД													
ТТК	Салат из капусты с огурцом	6,00	60	0,84	1,38	2,34	24,9	10,00	100	1,4	2,3	3,9	41,5
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	16,00	200	7,13	4,74	19,5	148,29	18,00	250	8,91	5,92	24,3	185,36
516*	Картофельное пюре	9,00	180	7,2	9,64	43,73	262,4	12,00	200	8	10,7	48,58	291,5
371*	Филе минтая тушеное с луком	32,50	100(60/40)	4,18	1,78	3,29	65,76	32,50	100(60/40)	9,29	1,78	3,29	65,76
631*	Компот из яблок	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126
	ИТОГО	73,00	800,00	22,27	18,17	84,45	684,20	82,00	910,00	30,52	21,33	95,66	766,97
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1300,00	32,90	34,76	180,48	1259,61	117,00	1435,00	41,75	38,66	195,84	1370,83

СОГЛАСОВАНО

Директор



МЕНЮ НА 5 день

Возрастная категория : 7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»

Е.В. Мефодьева

Возрастная категория : с 12 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная овсяная	16,00	220/5	10,4	11,31	38,29	251,74	21,00	250/5	11,78	12,81	43,39	285,3
97*	Сыр порциями	8,00	15	6,75	5,97	0,3	90	8,00	15	6,75	5,97	0,3	90
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
685*	Чай с сахаром	2,00	200	0,2		19,8	77	2,00	200	0,2		19,8	77
	ИТОГО	30,00	275,00	22,15	17,88	88,19	557,34	35,00	275,00	23,53	19,38	93,29	590,90
ОБЕД													
ГТК	Салат овощной	10,00	60	0,78	4,44	4,68	60,6	16,50	100	1,3	7,4	7,8	101
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметаной	18,00	200/5	2,5	6,04	20,91	154,01	19,00	250/5	3,1	7,51	26,01	191,57
302*	Каша гречневая вязкая	5,50	180	5,33	4,35	19,95	140,48	7,00	200	5,92	4,83	22,16	156,08
292**	Филе куриное с овощами в смет. соусе	32,00	100(60/40)	11,52	4,08	2,16	92,16	32,00	100(60/40)	11,52	4,08	2,16	92,16
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5
686*	Чай с лимоном	4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97	4,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97
	ИТОГО	73,00	805,00	22,63	19,34	92,37	629,72	82,00	915,00	24,34	24,25	102,80	723,28
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1080,00	44,78	37,22	180,56	1187,06	117,00	1190,00	47,87	43,63	196,09	1314,18

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
МЕНЮ НА 6 день													
Возрастная категория : 7-11 лет													
ЗАВТРАК													
333*	Макаронны отварные с сыром и маслом сливо	9,50	230(215/10/5)	9,7	9,22	27,69	233,83	13,00	250(230/15/5)	10,54	10,02	30,09	254,16
693*	Какао с молоком	8,50	200	5,79	3,2	25,81	143	10,00	200	5,79	3,2	25,81	143
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
96*	Масло сливочное	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	ИТОГО	30,00	500,00	20,37	20,27	83,43	581,53	35,00	520,00	21,21	21,07	85,83	601,86
ОБЕД													
50*	Салат из свеклы с сыром	6,50	60	1,81	4,65	5,72	63,91	10,50	100	3,01	7,75	9,53	106,52
149*	Суп Крестьянский с крупой на курин.бульоне	16,00	200	4,28	5,71	10,71	148,2	18,00	250	5,35	7,13	13,38	185,25
508*	Рис отварной рассыпчатый	10,00	180	3,96	0,9	44,82	208,8	13,00	200	4,4	1	49,8	232
388*	Котлета куриная	32,00	100(60/40)	7,05	4,2	8,05	84,06	32,00	100(60/40)	7,05	4,2	8,05	84,06
639*	Компот из сухофруктов	5,00	200	0,16	0,16	27,87	108,96	5,00	200	0,16	0,16	27,87	108,96
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	73,00	800,00	19,60	15,89	113,97	687,43	82,00	910,00	22,31	20,51	125,43	790,29
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1300,00	39,97	36,16	197,40	1268,96	117,00	1430,00	43,52	41,58	211,26	1392,15

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»

Е.В. Мефольева

МЕНЮ НА 7 день		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше					
Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
			белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал	
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	12,70	220/5	5,29	7,57	34,62	229,59	17,70	250/5	5,99	8,57	39,24	260,2
97*	Сыр порциями	8,00	15	5,75	5,97	0,3	90	8,00	15	5,75	5,97	0,3	90
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
685*	Чай с яблочным соком	5,30	200	40	10,2	13,8	23	5,30	200	40	10,2	13,8	23
	ИТОГО	30,00	500,00	55,84	24,34	78,52	481,19	35,00	530,00	56,54	25,34	83,14	511,80
ОБЕД													
39*	Салат Витаминный	11,50	60	0,78	4,44	4,68	60,6	11,50	60	0,78	4,44	4,68	60,6
110*	Борщ на мясном бульоне со сметаной	15,00	200/5	1,45	4,04	10,9	87,8	21,00	250/5	1,8	5,02	13,55	109,21
516*	Картофельное пюре	9,00	180	5,37	4,68	32,39	196,87	12,00	200	8	10,7	48,58	291,5
278**	Тефтели из говяд.рубленые	28,00	100(60/40)	17,6	17,6	3,41	236,5	28,00	100(60/40)	17,6	17,6	3,41	236,5
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5
631*	Компот из яблок	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85
	ИТОГО	73,00	805,00	27,64	31,06	83,17	712,12	82,00	915,00	30,62	38,06	102,01	828,16
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1305,00	83,48	55,40	161,69	1193,31	117,00	1445,00	87,16	63,40	185,15	1339,96

МЕНЮ НА 8 день		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше					
Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
			белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал	
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	10,50	215/5	9,04	17,14	50,07	392,2	16,00	255/5	10,24	19,42	56,74	424,3
96*	Масло сливочное	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	7,50	10	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
692*	Кофейный напиток	7,50	200	0,54	0,1	8,58	33	7,50	200	0,54	0,1	8,58	33
	ИТОГО	30,00	490,00	14,46	25,09	88,58	629,90	35,00	530,00	15,66	27,37	95,25	662,00
ОБЕД													
49*	Салат из моркови с яблоками	5,00	60	0,42	0,18	6,54	30,6	8,00	100	0,7	0,3	10,9	51,1
140*	Суп с макаронными изделиями на курин.буль	7,00	200	1,81	5,03	13,57	109,28	12,00	250	2,26	6,3	16,9	136,6
492*	Плов с филе куриным	39,50	225	20,3	11,8	47	375	52,50	275	24,8	14,4	57,4	458,3
ТТК	Напиток лимонный	6,00	200	0,16	22	0,04	83,4	6,00	200	0,16	22	0,04	83,4
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126	3,50	60	2,82	0,6	0,6	126
ПР	Фрукт(Апельсин)	12	100	0,4	0,4	9,8	47	*	*	*	*	*	*
	ИТОГО	73,00	845,00	25,91	40,01	77,55	771,28	82,00	885,00	30,74	43,60	85,84	855,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1335,00	40,37	65,10	166,13	1401,18	117,00	1415,00	46,40	70,97	181,09	1517,40

СОГЛАСОВАНО

Директор

Михайлов МВ

УТВЕРЖАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»

Е.В. Мефольева

МЕНЮ НА 9 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
			белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал	
ЗАВТРАК													
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	12,00	230	6,86	12	29,25	252,81	13,00	250	7,45	13,04	31,7	274,79
685*	Кисель из концентрата	6,00	200			14	52,4	6,00	200			14	52,4
96*	Масло сливочное	8,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	12,00	15	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
	ИТОГО	30,00	500,00	11,74	19,85	73,18	509,91	35,00	525,00	12,33	20,89	75,63	531,89
ОБЕД													
78*	Винегрет	10,00	60	0,88	3,05	5,39	51,42	14,00	100	1,4	5,08	8,98	85,7
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	16,00	200	7,13	4,74	19,5	148,29	18,00	250	8,91	5,92	24,3	185,36
302*	Каша пшениная вязкая	6,00	180	8,38	6,1	41,26	257,86	9,00	200	9,31	6,77	45,8	286,51
388*	Котлеты рыбные	32,50	100(60/40)	14,52	11,4	15,36	213	32,50	100(60/40)	14,52	11,4	15,36	213
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5
638*	Компот из изюма	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266
	ИТОГО	73,00	800,00	39,75	36,41	162,08	1010,07	82,00	910,00	42,98	40,29	175,01	1110,07
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1300,00	51,49	56,26	235,26	1519,98	117,00	1435,00	55,31	61,18	250,64	1641,96

МЕНЮ НА 10 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
			белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал	
ЗАВТРАК													
302*	Каша манная молочная с маслом сливочным	16,00	220/5	11,44	8,32	56,27	268,4	21,00	250/5	12,96	9,42	63,77	304,18
685*	Чай с сахаром	2,00	200	0,16	0,03	15,2	56,19	2,00	200	0,16	0,03	15,2	56,19
97*	Сыр порциями	8,00	15	5,75	5,97	0,3	90	8,00	15	5,75	5,97	0,3	90
ПР	Хлеб пшеничный	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
	ИТОГО	30,00	500,00	22,15	14,92	101,57	553,19	35,00	530,00	23,67	16,02	109,07	588,97
ОБЕД													
ТТК	Салат из свежей капусты	6,50	60	0,4	0,4	9,8	47	10,50	100	0,66	0,66	16,3	78,33
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со	18,00	200/5	3,5	2,48	20,91	154,01	19,00	250/5	4,35	3,08	26,01	191,57
516*	Макароны отварные	7,00	180	7,2	6,53	43,73	262,4	11,00	200	8	7,25	48,58	291,55
471*	Фрикадельки из говядины с соусом	32,00	100(60/40)	16,7	8,37	8,05	139,1	32,00	100(60/40)	16,7	8,37	8,05	139,1
ПР	Хлеб ржаной	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5	3,50	60	2,34	0,27	16,8	73,5
631*	Компот из яблок	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85
	ИТОГО	73,00	810,00	30,24	18,08	114,28	732,86	82,00	920,00	32,15	19,66	130,73	830,90
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	103,00	1310,00	52,39	33,00	215,85	1286,05	117,00	1450,00	55,82	35,68	239,80	1419,87
	Средняя фактическая норма за 10 дней			52,2	52,5	188,7	1332,1			52,5	56,3	203,8	1461
	Норма по СанПин 2.3/2.4.3590-20			38,5	39,5	167,5	1175			45	46	191,5	1360

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапишиной «Хлебпродинформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делприн, 2005,628 с.»