«СОГЛАСОВАНО»

Regermon account

основная

«1 » ceceurs ope 2024r

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

ООО «Фабрика питания»

Частикова С.В.

«01» сентября 2024г.

### ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ

с ограниченными возможностями здоровья

МОКУ ООШ с. Истобенск Оричевского района Кировской области

**НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД** 

в период осень-зима 2024-2025гг.

(возрастная группа 7-11 лет, школы полного цикла)

# ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 2024-2025г. с ограниченными возможностями здоровья (возрастная категория 7-11 лет)

Сезон: осень-зима Неделя: первая

День: 1 - понедельник

#### **3ABTPAK**

HCHD. I - II	онедельник			SADITAIL								
Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные веі	цества	Энергети	Витами	іны (мг)	Ми	неральные	вещества	(ML)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
260	Гуляш	90	8,57	18,42	3,54	237,16	0,4	1,32	11,51	84,55	12,02	0,8
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,37	5,57	34,05	227,42	0,3	0	20,445	0	1,065	4,755
494	Чай с сахаром и с лимоном	200/15/5	0,24	0	15,16	60,48	0	2,1	16,58	1,1	2,64	0,9
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	520	17,68	25,73	83,59	684,06	0,7	3,42	48,535	85,65	15,725	6,455
			дополнит	ельное пит	ание							
154	Суп крестьянский с крупой	200	4,52	5,38	18,7	121,48	0,075	20	31,5	57,9	18,075	0,775
1080	Компот из изюма	200	0,92	0,2	36,1	141,36	0,06	0	35,22	41,28	15,48	1
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100										
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1080	27,68	31,79	167,91	1087,9	0,835	23,42	115,255	184,83	49,28	8,23

Неделя: первая

День: 2 - вторник

#### ЗАВТРАК

торник			SAPITAN								
Прием пищи	Macca	Питат	ельные веі	щества	Энергети	Витами	іны (мг)	Ми	неральные	е вещества (мг)	
Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
Кнели из кур с рисом	90	10,77	8,78	6,23	141,94	0,063	1,539	8,856	158,022	77,562	1,287
Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,67	29,04	144,9	0,06	0,015	5,7	35,7	8,1	0,78
Соус красный основной	30	0,34	0,58	1,79	13,83	0,009	1,32	3,381	3,306	1,62	0,102
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,02	58,76	0	0,1	14,58	0	2,04	0,2
Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	545	21,46	11,77	82,92	518,43	0,132	2,974	32,517	197,028	89,322	2,369
		дополнит	ельное пит	ание							
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	5,4	6,3	20,58	128,35	0,05	19,9	50,8	40,8	20	1,1
Компот из свежих яблок	200	0,16	16	27,88	109,76	0,02	4	14,86	4,4	5,32	0,96
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
Свежий фрукт	100										
итого за день:	1115	31,58	34,55	160,9	897,54	0,202	26,874	98,177	242,228	114,642	4,429
	Прием пищи Наименование блюда  Кнели из кур с рисом Макаронные изделия отварные Соус красный основной Чай с сахаром Батон нарезной ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:  Борщ с капустой и картофелем со сметаной Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Свежий фрукт	Прием пищи Наименование блюда         Масса порции (г)           Кнели из кур с рисом         90           Макаронные изделия отварные         150           Соус красный основной         30           Чай с сахаром         200/15           Батон нарезной         60           ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:         545           Борщ с капустой и картофелем со сметаной         200/10           Компот из свежих яблок         200           Хлеб пшеничный         60           Свежий фрукт         100	Прием пищи Наименование блюда         Масса порции (r)         Питато           Кнели из кур с рисом         90         10,77           Макаронные изделия отварные         150         5,65           Соус красный основной         30         0,34           Чай с сахаром         200/15         0,2           Батон нарезной         60         4,5           ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:         545         21,46           Борщ с капустой и картофелем со сметаной         200/10         5,4           Компот из свежих яблок         200         0,16           Хлеб пшеничный         60         4,56           Свежий фрукт         100	Прием пищи         Масса порции (г)         Питательные вег порции (г)         Б         Ж           Кнели из кур с рисом         90         10,77         8,78           Макаронные изделия отварные         150         5,65         0,67           Соус красный основной         30         0,34         0,58           Чай с сахаром         200/15         0,2         0           Батон нарезной         60         4,5         1,74           ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:         545         21,46         11,77           Борщ с капустой и картофелем со сметаной         200/10         5,4         6,3           Компот из свежих яблок         200         0,16         16           Хлеб пшеничный         60         4,56         0,48           Свежий фрукт         100         —         —	Прием пищи Наименование блюдаМасса порции (г)Питательные веществаКнели из кур с рисом9010,778,786,23Макаронные изделия отварные1505,650,6729,04Соус красный основной300,340,581,79Чай с сахаром200/150,2015,02Батон нарезной604,51,7430,84ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:54521,4611,7782,92Борщ с капустой и картофелем со сметаной200/105,46,320,58Компот из свежих яблок2000,161627,88Хлеб пшеничный604,560,4829,52Свежий фрукт100——	Прием пищи Наименование блюдаМасса порции (г)Питательные веществаЭнергети ческая щенностьКнели из кур с рисом9010,778,786,23141,94Макаронные изделия отварные1505,650,6729,04144,9Соус красный основной300,340,581,7913,83Чай с сахаром200/150,2015,0258,76Батон нарезной604,51,7430,84159ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:54521,4611,7782,92518,43Борщ с капустой и картофелем со сметаной200/105,46,320,58128,35Компот из свежих яблок2000,161627,88109,76Хлеб пшеничный604,560,4829,52141Свежий фрукт100	Прием пищи Наименование блюда         Масса порции {r)         Питательные вещества         Энергети ческая ценность         Витами ческая ценность         В₁           Кнели из кур с рисом         90         10,77         8,78         6,23         141,94         0,063           Макаронные изделия отварные         150         5,65         0,67         29,04         144,9         0,06           Соус красный основной         30         0,34         0,58         1,79         13,83         0,009           Чай с сахаром         200/15         0,2         0         15,02         58,76         0           Батон нарезной         60         4,5         1,74         30,84         159         0           ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:         545         21,46         11,77         82,92         518,43         0,132           Борщ с капустой и картофелем со сметаной         200/10         5,4         6,3         20,58         128,35         0,05           Компот из свежих яблок         200         0,16         16         27,88         109,76         0,02           Хлеб пшеничный         60         4,56         0,48         29,52         141         0           Свежий фрукт         100         100         100	Прием пищи         Масса порции (г)         Питатъльные вещества         Энергети ческая ценность         Вн секная (мг)           Кнели из кур с рисом         90         10,77         8,78         6,23         141,94         0,063         1,539           Макаронные изделия отварные         150         5,65         0,67         29,04         144,9         0,06         0,015           Соус красный основной         30         0,34         0,58         1,79         13,83         0,009         1,32           Чай с сахаром         200/15         0,2         0         15,02         58,76         0         0,1           Батон нарезной         60         4,5         1,74         30,84         159         0         0           ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:         545         21,46         11,77         82,92         518,43         0,132         2,974           Дополнительное питативе           Борщ с капустой и картофелем со сметаной         200/10         5,4         6,3         20,58         128,35         0,05         19,9           Компот из свежих яблок         200         0,16         16         27,88         109,76         0,02         4	Прием пищи         Масса порции {г/}         Питат⊵ные вещетва         Энергети ческая ценность         Витамины (мг)         Ми именование (мг)         Ми именование блюда           Кнели из кур с рисом         90         10,77         8,78         6,23         141,94         0,063         1,539         8,856           Макаронные изделия отварные         150         5,65         0,67         29,04         144,9         0,06         0,015         5,7           Соус красный основной         30         0,34         0,58         1,79         13,83         0,009         1,32         3,381           Чай с сахаром         200/15         0,2         0         15,02         58,76         0         0,1         14,58           Батон нарезной         60         4,5         1,74         30,84         159         0         0         0           ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:         545         21,46         11,77         82,92         518,43         0,132         2,974         32,517           Ориц с капустой и картофелем со сметаной         200/10         5,4         6,3         20,58         128,35         0,05         19,9         50,8           Компот из свежих яблок         200         0,16         16 <t< td=""><td>Прием пищи         Масса порции (г)         Б         Ж         У         ценность ческая ценность         В₁         С         Са         Р           Кнели из кур с рисом         90         10,77         8,78         6,23         141,94         0,063         1,539         8,856         158,022           Макаронные изделия отварные         150         5,65         0,67         29,04         144,9         0,06         0,015         5,7         35,7           Соус красный основной         30         0,34         0,58         1,79         13,83         0,009         1,32         3,381         3,306           Чай с сахаром         200/15         0,2         0         15,02         58,76         0         0,1         14,58         0           Батон нарезной         60         4,5         1,74         30,84         159         0</td><td>Прием пищи Наименование блюда         Масса порции (г)         Питатъльные вешества (порции (г)         Энергет ческая ческая (шенность вешества)         Витамиты (мг)         Митатъльные вещества (шенность вешества)         Витамиты (шенность вешества)         Витами</td></t<>	Прием пищи         Масса порции (г)         Б         Ж         У         ценность ческая ценность         В₁         С         Са         Р           Кнели из кур с рисом         90         10,77         8,78         6,23         141,94         0,063         1,539         8,856         158,022           Макаронные изделия отварные         150         5,65         0,67         29,04         144,9         0,06         0,015         5,7         35,7           Соус красный основной         30         0,34         0,58         1,79         13,83         0,009         1,32         3,381         3,306           Чай с сахаром         200/15         0,2         0         15,02         58,76         0         0,1         14,58         0           Батон нарезной         60         4,5         1,74         30,84         159         0	Прием пищи Наименование блюда         Масса порции (г)         Питатъльные вешества (порции (г)         Энергет ческая ческая (шенность вешества)         Витамиты (мг)         Митатъльные вещества (шенность вешества)         Витамиты (шенность вешества)         Витами

еделя: первая

День:	3	-	среда
-------	---	---	-------

ЗАВТРАК

MCIID. 2	реда			5710117111								
- Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные веі	цества	Энергети	Витами	ны (мг)	Ми	неральные	вещества	(Mr)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
520	Каша рисовая вязкая со сливочным маслом и сахаром	200/14/12	10,24	15,2	37,9	331,62	0,06	0,6	129,98	156,14	36,64	0,62
494	Чай с сахаром и с лимоном	200/15/5	0,24	0	15,16	60,48	0	2,1	16,58	1,1	2,64	0,9
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	506	14,98	16,94	83,9	551,1	0,06	2,7	146,56	157,24	39,28	1,52
			дополнит	ельное пит	ание							
113	Суп лапша домашняя	200	3,28	8,43	21,4	112,55	0	1,5	16,475	5,8	3,775	0,15
1081	Компот из сухофруктов	200	0,16	0	27,2	103,6	0	0	18,6	0,02	4	0,06
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100										
	итого за день:	1066	22,98	25,85	162,02	908,25	0,06	4,2	181,635	163,06	47,055	1,73

Неделя: первая

День: 4 - ч	ерверг			ЗАВТРАК								
Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные веі	щества	Энергети	Витами	ины (мг)	Ми	неральные	е вещества	(WL)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
294	Котлета рубленая куриная	90	13,26	9,82	8,09	158,41	0,081	1,197	10,107	113,886	57,51	1,242
362	Пюре картофельное	150	3,27	4,92	21,83	145,06	0,165	25,635	41,415	73,515	29,145	1,185
493	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,02	58,76	0	0,1	14,58	٠0 -	2,04	0,2
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	515	21,23	16,48	75,78	521,23	0,246	26,932	66,102	187,401	88,695	2,627
			дополнит	ельное пит	ание							
134	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,28	10,4	26,7	186,2	0,1	16,8	35,025	48,875	20,65	0,9
1203	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	102,7	0	2,5	14,08	2,76	4,32	0,62
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100										
	итого за день:	1085	28,17	27,46	158,4	951,13	0,346	46,232	115,207	239,036	113,665	4,147

деля: первая

день: 5 - пятница

ЗАВТРАК

2.7				57.15117111								
Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные вец	цества	Энергети	Витами	ны (мг)	Ми	неральные	вещества	(Mr)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
795	Биточки мясные	90	10,07	18,14	7,82	271,78	0,495	0	10,026	97,236	12,87	1,107
291	Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,67	29,04	144,9	0,06	0,015	5,7	35,7	8,1	0,78
377	Соус красный основной	30	0,34	0,58	1,79	13,83	0,009	1,32	3,381	3,306	1,62	0,102
494	Чай с сахаром и с лимоном	200/15/5	0,24	0	15,16	60,48	0	2,1	16,58	1,1	2,64	0,9
1	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	139	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	550	20,8	21,13	84,65	629,99	0,564	3,435	35,687	137,342	25,23	2,889
			дополнит	ельное пит	ание							
142	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	2,2	6,45	17,2	118,56	0,075	20	31,5	57,9	18,075	0,775
1080	Компот из изюма	200	0,92	0,2	36,1	141,36	0,06	0	35,22	41,28	15,48	1
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,066	0	12	39	8,4	0,66
	Свежий фрукт	100					-					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1120	28,48	28,26	167,47	1030,91	0,765	23,435	114,407	275,522	67,185	5,324
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ:	1093,2	27,778	29,582	163,34	975,146	0,4416	24,8322	124,9362	220,9352	78,3654	4,772

## ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 2024-2025г. с ограниченными возможностями здоровья (возрастная категория 7-11 лет)

Сезон: осень-зима Неделя: вторая

День: 1 - понедельник

**3ABTPAK** 

день. т - п	онедельник			JADITAN						_		
Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные вец	щества	Энергети	Витами	іны (мг)	Ми	неральные	вещества	(Mr)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
880	Биточки куриные припущенные	90	11,27	8,92	8,09	150,32	0,081	1,197	10,107	113,886	57,51	1,242
304	Рис отварной	150	3,87	4,7	30,08	218,03	0,045	0	20,85	81,015	30,24	0,57
377	Соус красный основной	30	0,34	0,58	1,79	13,83	0,009	1,32	3,381	3,306	1,62	0,102
494	Чай с сахаром и с лимоном	200/15/5	0,24	0	15,16	60,48	0	2,1	16,58	1,1	2,64	0,9
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	550	20,22	15,94	85,96	601,66	0,135	4,617	50,918	199,307	92,01	2,814
			дополні	ительное п	итание							
144	Суп картофельный с бобовыми	200	5,38	9,45	21,87	156,3	0,2	15,4	88,4	0	0	2,55
1201	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	102,7	0	2,5	14,08	2,76	4,32	0,62
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100										
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1110	30,26	25,97	163,75	1001,66	0,335	22,517	153,398	202,067	96,33	5,984

Неделя: вторая

День: 2 - в	торник			<b>3ABTPAK</b>								
Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные веі	щества	Энергети	Витами	іны (мг)	Ми	неральные	вещества	Mr)
рецептур	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
260	Гуляш	90	8,57	18,42	3,54	237,16	0,4	1,32	11,51	84,55	12,02	0,8
291	Макаронные изделия отварные	150	5,66	0,68	29,04	144,9	0,06	0,015	5,7	35,7	8,1	0,78
493	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,02	58,76	0	0,1	14,58	0	2,04	0,86
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	515	18,93	20,84	78,44	599,82	0,46	1,435	31,79	120,25	22,16	2,44
			дополн	ительное п	итание							
274	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	5,4	6,3	20,58	128,35	0,05	19,9	50,8	40,8	20	1,1
1081	Компот из сухофруктов	200	0,16	0	27,2	103,6	0	0	18,6	0,02	4	0,06
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100										
	итого за день:	1085	29,05	27,62	155,74	972,77	0,51	21,335	101,19	161,07	46,16	3,6

деля: вторая

День: 3	-	среда
---------	---	-------

#### ЗАВТРАК

Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные вец	цества	Энергети	Витами	ны (мг)	Ми	неральные	вещества (	Mr)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
130	Курица тушеная с морковью	90	10,44	7,78	4,68	132,63	0,07	3,89	15,39	96,79	47,72	1,05
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,37	5,57	34,05	227,42	0,3	0	20,445	0	1,065	4,755
494	Чай с сахаром и с лимоном	200/15/5	0,24	0	15,16	60,48	0	2,1	16,58	1,1	2,64	0,9
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	520	19,55	<b>15,0</b> 9	84,73	579,53	0,37	<b>5,9</b> 9	52,415	97,89	51,425	6,705
			дополні	ительное п	итание							
134	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,28	10,4	26,7	186,2	0,1	16,8	35,025	48,875	20,65	0,9
1072	Компот из свежих яблок	200	0,16	16	27,88	109,76	0,02	4	14,86	4,4	5,32	0,96
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100										
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1090	26,55	41,97	168,83	1016,49	0,49	26,79	102,3	151,165	77,395	8,565

Неделя: вторая

День: 4 - четверг

#### ЗАВТРАК

<u>цень: 4 - ч</u>	етверг			SABIPAK				1				
Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные веі	щества	Энергети	Витамі	ины (мг)	Ми	неральные	е вещества	(Mr)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
297	Фрикадельки из кур	90	10,76	10,62	14,73	203,81	0	0	0,891	. 0	0,198	0
362	Пюре картофельное	150	3,29	4,92	21,83	145,06	0,15	25,485	41,64	93,99	32,295	1,185
493	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,02	58,76	0	0,1	14,58	0	2,04	0,86
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	515	18,75	17,28	82,42	566,63	0,15	25,585	57,111	93,99	34,533	2,045
			дополн	ительное п	итание							
154	Суп крестьянский с крупой	200	4,52	5,38	18,7	121,48	0,075	20	31,5	57,9	18,075	0,775
1201	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	24,44	96,4	0	6,4	16,76	3,52	4,06	0,18
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100	-			-						- 24
	итого за день:	1075	27,97	23,16	155,08	925,51	0,225	51,985	105,371	155,41	56,668	3

2,-

**г**деля: вторая

День: 5 - пятница

**3ABTPAK** 

Mellol o				JADII AII								
Nº	Прием пищи	Macca	Питат	ельные вег	цества	Энергети	Витами	іны (мг)	Ми	неральные	вещества (	(Mr)
рецептур ы	Наименование блюда	порции	Б	ж	У	ческая ценность	B <sub>1</sub>	С	Ca	Р	Mg	Fe
175	Каша "Дружба" с сахаром и сливочным маслом	200/12/14	11,35	14,8	36,28	292,12	0,16	1,3	138,08	0	0,64	0,98
494	Чай с сахаром и с лимоном	200/15/5	0,24	0	15,16	60,48	0	2,1	16,58	1,1	2,64	0,9
	Батон нарезной	60	4,5	1,74	30,84	159	0	0	0	0	0	0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	506	16,09	16,54	82,28	511,6	0,16	3,4	154,66	1,1	3,28	1,88
		_	дополн	ительное п	итание			_				
142	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	2,2	6,45	17,2	106,4	0,075	20	31,5	57,9	18,075	0,775
1080	Компот из изюма	200	0,92	0,2	36,1	141,36	0,06	0	35,22	41,28	15,48	1
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	0	0	0	0	0
	Свежий фрукт	100										
	итого за день:	1076	23,77	23,67	165,1	900,36	0,295	23,4	221,38	100,28	36,835	3,655
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ:	1087,2	27,52	28,478	161,7	963,358	0,371	29,2054	136,7278	153,9984	62,6776	4,9608

- \* Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва 2017 г.
- \* Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста
- \* Сборник рецептур на продукцию общественного питания. В 2 т. Т.1./М.П.Могильный 2016 г.
- \* Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений профессионального образования, специализир. учреждений д/несовершеннолетних, нуждающихся в соц. реабилитации
- \* Технологическая инструкцыя по производству кулинарной продуцции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (К ГОСТ 30390-95/ГОСТ) 50763-95
- \* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах , 2004 г.