



Утверждаю
директор школы Старостина С. В./

07 октября. 2022 года

На 7-10 лет

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
Завтрак														
93	Икра кабачковая консервированная	60	1,1	5,3	4,6	71,4	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8	
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,2	161,62	137,98	24,14	0,51	0,09	0,91	30,6	
332	Кисель	200	0,31		39,4	160	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	ИТОГО:		10,52	9,95	94,67	471,44	221,98	230,08	68,22	2,23	0,247	7,33	30,6	3,05
Стоимость- 63,72														
Обед														
23	Салат из свежих помидоров	90	1,1	5,3	4,6	71,4	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8	
96	Рассольник Ленинградский	200/40	1,8	4,92	10,93	100,99	49,73	26,1	49,97	1,2	0,05	10,68	0,03	
279	Тефтели	100	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16	
171	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7	4,8
868	Чай с сахаром	200	0,31		39,4	94	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	Хлеб пшеничный 1 сорта		74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,67
	Итого		74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,67
Стоимость- 69,62														

ответственная за питание / Лушкина Е. Р./



Утверждаю
директор школы / Старостина С. В./

07 октября 2022 года

На 11-17 лет

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины					
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E		
Завтрак																
23	Салат из свежих помидоров	100	1,11	6,18	4,62	78,56	17,21		17,62	0,83	0,09	20,3			3,37	
96	Рассольник Ленинградский	350	2	5,09	11,98	107,3	29,2	64,7	24,2	0,9	0,09	8,38	161,8		2,5	
279	Тефтели	120	16,88	10,88	165	31,2	16	114,4	1,44	0,93			16			
174	Каша рассыпчатая гречневая	250	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7		4,8	
868	Чай с сахаром	200	0,31		39,4	94	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4			0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,42	0,16	9,04	42,28	6,1	8,2	24	0,46	0,04				0,2	
	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01				0,8	
	Итого		74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1		11,67	
Стоимость- 68,44																

ответственная за питание / Лушкина Е. Р./