

## Меню на полуфабрикатах на 2024 учебный год.

### БОУ «Глуховская СОШ»

Согласовано:  
Директор БОУ «Глуховская СОШ»

*Квеш О.Н.*  
Квеш О.Н.  
«09» январь 2024 года.

Разработано:

ИП Голендяева И. А

«09» январь 2024 года.

№ тех. Карты	Наименование блюда	Вес в грам	цена	белки	жиры	Угле воды	ккал	наименование	Вес в гр	цена	белки	жиры	углево ды	ккал
<b>Начальное звено</b>								<b>Среднее звено</b>						
<b>1 день. Завтрак.*</b>														
390/4/246/2 004	Каша манная с маслом	210	20,25	7,13	13,77	34,93	284,10	Каша манная с маслом	210	25,31	7,13	13,77	34,93	284,10
пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6
54-3гн-2020	Чай черный с лимоном и сахаром	200	3,50	0,3	0,0	6,7	27,9	Чай черный с лимоном и сахаром	200	3,50	0,3	0,0	6,7	27,9
пром	йогурт	230	64,03	6,44	11,5	27,6	241,5	йогурт	230	64,03	6,44	11,5	27,6	241,5
Итого		670	90	16,3	25,57	83,87	626,1		670	95,06	16,3	25,57	83,87	626,1
<b>1 день. Обед.*</b>														
54-20з-2020	Горошек зеленый	40	8,20	1,2	0,1	2,4	14,8	Горошек зеленый	40	8,20	1,2	0,1	2,4	14,8
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,20	5,16	2,78	18,5	119,6	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	8,90	6,45	3,48	23,13	149,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	12,80	3,6	5,4	36,4	208,7	Рис отварной	200	17,10	4,8	7,2	48,6	278,3
608/1/312/2 004	Котлеты, биточки из рыбы п/ф	100	44,15	13,52	6,28	14,56	173,0	Котлеты, биточки из рыбы п/ф	100	44,15	13,52	6,28	14,56	173,0
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2
пром	Сок фруктовый на розлив	200	18	0,0	0,0	22,0	90,0	Сок фруктовый на розлив	200	18	0,0	0,0	22,0	90,0
	Итого:	750	96,07	28,07	15,22	122	745,9	Итого:	850	102,07	30,56	17,72	138,83	845,4
	Итого за день:	1420	186,07	44,37	40,79	205,87	1372,0	Итого за день:	1520	197,13	46,86	43,29	222,7	1471,5
<b>2 день. Завтрак.*</b>														
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	20	16,73	4,66	5,86	0	71,66	Сыр твердых сортов в нарезке	20	16,73	4,66	5,86	0	71,66
54-1г-2020	Макароны отварные	150	9,10	5,3	5,5	32,7	202	Макароны отварные	200	12,20	7,1	7,4	43,7	269,3
7/2010	Котлеты из курицы п/ф	105	41,35	18,75	18,49	16,25	316,50	Котлеты из курицы п/ф	105	41,35	18,75	18,49	16,25	316,50
54-3соус -	Соус красный	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93

220	основной														
пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
54-22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	16,60	3,5	3,3	22,3	133,4	Какао с молоком сгущенным	200	16,60	3,5	3,3	22,3	133,4	
	Итого:	535	90	35,63	34,26	88,56	818,09	Итого:	585	93,1	37,43	36,16	99,56	885,39	
<b>2 день обед.*</b>															
пром	Икра кабачковая	80	13,20	0	5,6	5,6	72,0	Икра кабачковая	100	16,30	0	7,0	7,0	90,0	
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	11,80	4,7	6,1	10,1	114,22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	14,70	5,88	7,63	12,63	142,78	
46/2010	Тефтели мясные п/ф в соусе	75/75	35,50	13,13	8,58	3,87	143,59	Тефтели мясные п/ф в соусе	100/75	49,50	18,73	11,68	4,22	194,59	
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	19,18	2,8	7,5	13,6	134,2	Рагу из овощей	200	24,50	3,8	10,1	18,2	179,0	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	7,70	0,5	0,0	19,8	81,0	Компот из смеси сухофруктов	200	7,70	0,5	0,0	19,8	81,0	
	Итого:	840	93,1	25,72	28,44	81,11	684,81	Итого:	985	118,42	33,5	37,07	89,99	827,17	
	Итого за день:	1375	183,10	61,35	62,7	169,67	1502,9	Итого за день:	1570	211,52	70,93	73,23	189,55	1712,56	
<b>3 день завтрак.*</b>															
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	14,50	3,1	6,0	19,7	145,8	Картофельное пюре	200	19,80	4,1	8,1	26,4	194,4	
19/388/312/2004	Котлета мясная п/ф	100	52,80	13,56	25,2	0	281,13	Котлета мясная п/ф	100	52,80	13,56	25,2	0	281,13	
54-3соус - 220	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	
пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
54-3гн-2020	Чай черный с лимоном и сахаром	200	3,50	0,3	0,0	6,7	27,9	Чай черный с лимоном и сахаром	200	3,50	0,3	0,0	6,7	27,9	
пром	Булочка мальшок	40	12,98	2,4	2,0	22,0	116,0								
	Итого:	550	90,0	22,78	34,31	65,71	665,36	Итого:	560	82,32	21,38	34,41	50,41	597,96	
<b>3 день обед.*</b>															
54-20з-2020	Горошек зеленый	40	8,20	1,2	0,1	2,4	14,8	Горошек зеленый	40	8,20	1,2	0,1	2,4	14,8	
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой /крупя перловая/	200	8,30	5,12	6,22	10,74	119,44	Суп крестьянский с крупой /крупя перловая/	250	10,40	6,4	7,78	13,43	149,3	
54-22м-2020	Рагу из курицы	200	55,70	21,0	7,0	17,5	217,4	Рагу из курицы	250	69,60	26,2	8,8	21,9	271,6	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
459	Кисель плодово-ягодный с концентрата	200	7,60	0,0	0,0	30,6	118,0	Кисель плодово-ягодный с концентрата	200	7,60	0,0	0,0	30,6	118,0	
	Итого:	700	85,52	31,91	13,98	89,38	609,44	Итого:	800	101,52	38,39	17,34	96,47	693,5	

	Итого за день	1250	175,52	54,69	48,2	155,09	1274,8	Итого за день:	1360	183,84	59,77	51,75	146,88	1291,46	
<b>4 день. Завтрак*</b>															
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	100	10,22	4,15	5,85	18,75	144,0	Каша вязкая молочная пшеничная	250	24,90	10,4	14,5	46,9	359,0	
358/2004/287	Сырники из творога п/ф	120	44,12	6,1	20,11	18,33	278,85	Сырники из творога п/ф	120	44,12	6,1	20,11	18,33	278,85	
пром	Повидло	20	3,60	0	0	18,3	72,0	повидло	20	3,60	0	0	18,3	72,0	
пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	
пром	Фрукт **	100	28,24	0,26	0,17	13,81	52,0								
	Итого:	570	90	13,14	26,43	90,33	646,25	Итого:	620	76,44	19,13	34,91	104,67	809,25	
<b>4 день обед.*</b>															
пром	Икра кабачковая	80	13,20	0	5,6	5,6	72,0	Икра кабачковая	100	16,30	0	7,0	7,0	90,0	
54-3с-2020	Рассольник ленинградский	200	16,10	4,74	6,24	13,6	129,38	Рассольник ленинградский	250	20,10	5,93	7,8	17,0	161,73	
1029	Фрикадельки мясные п/ф в соусе	65/50	41,25	5,61	24,52	13,36	298,78	Фрикадельки мясные п/ф в соусе	65/50	41,25	5,61	24,52	13,36	298,78	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,40	8,2	6,9	35,9	238,9	Каша гречневая рассыпчатая	200	19,30	11,0	9,3	47,9	318,5	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	9,90	0,6	0,2	15,2	65,3	Напиток из шиповника	200	9,90	0,6	0,2	15,2	65,3	
	Итого:	805	100,57	23,74	44,12	111,8	944,16	Итого:	925	112,57	27,73	49,48	128,6	1074,11	
	Итого за день	1375	190,57	36,88	70,55	202,13	1590,41	Итого за день:	1545	189,01	46,86	84,39	233,27	1883,36	
<b>5 день. Завтрак.*</b>															
54-6г-2020	Рис отварной	150	12,74	3,6	5,4	36,4	208,7	Рис отварной	200	17,10	4,8	7,2	48,6	278,3	
608/1/312/2004	Котлеты, биточки из рыбы п/ф (2 шт)	120	47,41	12,4	14,91	22,56	274,06	Котлеты, биточки из рыбы п/ф	120	47,41	12,4	14,91	22,56	274,06	
пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	
пром	Сок в и/у фруктовый	200	26,03	0	0	23	92,0								
	Итого:	700	90	18,63	20,61	103,1	674,16	Итого:	550	68,33	19,83	22,41	92,3	651,76	
<b>5 день обед.*</b>															
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	80	4,20	1,1	3,6	6,1	60,8	Салат из свеклы отварной	100	5,30	1,3	4,5	7,6	76,1	
54-2с-2020	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200	11,80	4,7	6,1	10,1	114,22	Борщ с капустой картофелем со сметаной	250	14,70	5,88	7,63	12,63	142,78	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	14,50	3,1	6,0	19,7	145,8	Картофельное пюре	200	19,80	4,1	8,1	26,4	194,4	

54-25м-2020	Курица тушеная с морковью	100	49,05	14,1	6,3	4,4	131,3	Курица тушеная с морковью	100	49,05	14,1	6,3	4,4	131,3	
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	7,70	0,5	0,0	19,8	81,0	Компот из смеси сухофруктов	200	7,70	0,5	0,0	19,8	81,0	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
	Итого:	790	92,97	28,09	22,66	88,24	672,92	Итого:	910	102,27	30,47	27,19	98,97	765,38	
	Итого за день:	1490	182,97	46,72	43,27	191,34	1347,08	Итого за день:	1460	170,60	50,3	49,6	191,27	1417,14	
<b>6 день. Завтрак.*</b>															
54-16к-2020	Каша Дружба	200	14,68	4,87	6,52	23,94	174,1	Каша Дружба	250	18,26	6,2	8,7	29,9	222,5	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	20	16,73	4,66	5,86	0	71,66	Сыр твердых сортов в нарезке	20	16,73	4,66	5,86	0	71,66	
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	17,36	4,6	4,4	12,5	107,2	Какао с молоком	200	17,36	4,6	4,4	12,5	107,2	
пром	Хлеб пшеничный	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб пшеничный	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Булочка малышок	40	12,98	2,4	2,0	22,0	116,0	Булочка малышок	40	12,98	2,4	2,0	22,0	116,0	
пром	Сок в и/у фруктовый	200	26,03	0	0	23	92,0								
	Итого:	690	90	18,96	19,08	96,08	633,56	Итого:	540	67,55	20,29	21,26	79,04	589,96	
<b>6 день обед.*</b>															
пром	Икра кабачковая	80	13,20	0	5,6	5,6	72,0	Икра кабачковая	100	16,30	0	7,0	7,0	90,0	
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,10	6,68	4,6	16,28	133,14	Суп картофельный с горохом	250	7,60	8,35	5,75	20,35	166,43	
19/388/312/2004	Котлета мясная п/ф	100	52,80	13,56	25,2	0	281,13	Котлета мясная п/ф	100	52,80	13,56	25,2	0	281,13	
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	8,0	4,4	5,9	30,5	192,9	Каша перловая рассыпчатая	200	10,90	5,9	7,9	40,6	257,2	
54-3 соус2020	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	
пром	Сок фруктовый на розлив	200	18,0	0,0	0,0	22,0	90,0	Сок фруктовый на розлив	200	18,0	0,0	0,0	22,0	90,0	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
	Итого:	820	107,82	30,22	42,77	105,19	930,9	Итого:	940	115,32	33,39	47,32	120,76	1046,49	
	Итого за день	1510	197,82	49,18	61,85	201,27	1564,46	Итого за день:	1480	182,87	53,68	68,58	199,8	1636,45	
<b>7 день. Завтрак*</b>															
54-20з-2020	Горошек зеленый	40	8,20	1,2	0,1	2,4	14,8	Горошек зеленый	40	8,20	1,2	0,1	2,4	14,8	
7/2010	Котлеты из курицы п/ф	105	41,35	18,75	18,49	16,25	316,50	Котлеты из курицы п/ф	105	41,35	18,75	18,49	16,25	316,50	
54-1г-2020	Макароньы отварные	150	9,10	5,3	5,5	32,7	202	Макароньы отварные	200	12,20	7,1	7,4	43,7	269,3	
54-3соус-	Соус красный	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	

2020	основной														
пром	Хлеб пшеничный	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб пшеничный	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	
пром	Фрукт *	100	23,53	0,26	0,17	13,81	52,0	Фрукт (**	100	23,53	0,26	0,17	13,81	52,0	
	Итого:	655	90	29,13	25,37	88,97	706,63	Итого:	705	93,1	30,93	27,27	99,97	773,93	
<b>7 день обед.*</b>															
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	80	4,20	1,1	3,6	6,1	60,8	Салат из свеклы отварной	100	5,30	1,3	4,5	7,6	76,1	
54-9с-20230	Суп картофельный с фасолью	200	8,60	6,78	4,58	14,4	125,9	Суп картофельный с фасолью	250	10,70	8,48	5,73	18,0	157,38	
54-6г-2020	Рис отварной	150	12,74	3,6	5,4	36,4	208,7	Рис отварной	200	17,10	4,8	7,2	48,6	278,3	
608/1/312/2004	Котлеты, биточки из рыбы п/ф (2 шт)	120	47,41	12,4	14,91	22,56	274,06	Котлеты, биточки из рыбы п/ф	120	47,41	12,4	14,91	22,56	274,06	
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	9,90	0,6	0,2	15,2	65,3	Напиток из шиповника	200	9,90	0,6	0,2	15,2	65,3	
	Итого:	840	92,57	30,06	30,16	125,47	896,49	Итого:	960	100,13	33,16	34,01	142,77	1012,87	
	Итого за день	1495	182,57	59,19	55,53	214,44	1603,12	Итого за день:	1665	193,23	64,09	61,28	242,74	1786,8	
<b>8 день завтрак.*</b>															
617	Голубцы ленивые запечённые п/ф	100	39,75	6,24	31,92	16,64	378,8	Голубцы ленивые запеченные п/ф	100	39,75	6,24	31,92	16,64	378,8	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	14,50	3,1	6,0	19,7	145,8	Картофельное пюре	200	19,80	4,1	8,1	26,4	194,4	
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	
54-3гн-2020	Чай черный с лимоном и сахаром	200	3,50	0,3	0,0	6,7	27,9	Чай черный с лимоном и сахаром	200	3,50	0,3	0,0	6,7	27,9	
пром	Хлеб пшеничный	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб пшеничный	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Сок в и/у фруктовый	200	26,03	0	0	23	92,0								
	Итого:	710	90,0	13,06	39,03	83,35	739,03	Итого:	560	69,27	14,06	41,13	67,05	695,63	
<b>8 день обед.*</b>															
пром	Икра кабачковая	80	13,20	0	5,6	5,6	72,0	Икра кабачковая	100	16,30	0	7,0	7,0	90,0	
54-11с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	200	9,0	4,94	6,22	11,24	120,74	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	250	11,20	6,18	7,78	14,05	150,93	
54-23г-2020	Горошница	150	4,30	14,5	1,3	33,8	204,8	Горошница	200	5,7	19,3	1,8	45,0	273,1	
46/2010	Тефтели мясные п/ф в соусе	75/75	35,50	13,13	8,58	3,87	143,59	Тефтели мясные п/ф в соусе	100/75	49,50	18,73	11,68	4,22	194,59	

Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
пром	Сок фруктовый на розлив	200	18,0	0,0	0,0	22,0	90,0	Сок фруктовый на розлив	200	18,0	0,0	0,0	22,0	90,0	
	Итого:	840	85,72	37,16	22,36	104,65	770,93	Итого:	785	106,42	48,8	28,92	120,41	938,42	
	Итого за день	1550	175,72	50,22	61,39	188,0	1509,96	Итого за день:	1345	175,69	62,86	70,05	187,46	1634,05	
<b>9 день завтрак.*</b>															
109	Гуляш из мяса кур	90	64,93	19,3	4,52	3,81	132,80	Гуляш из мяса кур	90	64,93	19,3	4,52	3,81	132,80	
54-1г-2020	Макароны отварные	150	9,10	5,3	5,5	32,7	202	Макароны отварные	200	12,20	7,1	7,4	43,7	269,3	
пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	Чай черный с сахаром	200	1,60	0,2	0,0	6,5	26,8	
пром	Булочка малышок	40	12,15	1,02	0,37	12,52	84,8	Булочка малышок	40	12,15	1,02	0,37	12,52	84,8	
	Итого:	510	90	28,25	10,69	70,17	519	Итого:	560	93,1	30,05	12,59	81,17	586,3	
<b>9 день обед.*</b>															
пром	Икра кабачковая	80	13,20	0	5,6	5,6	72,0	Икра кабачковая	100	16,30	0	7,0	7,0	90,0	
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой /крупя перловая/	200	8,30	5,12	6,22	10,74	119,44	Суп крестьянский с крупой /крупя перловая/	250	10,40	6,4	7,78	13,43	149,3	
19/388/312/2004	Котлета мясная п/ф	100	52,80	13,56	25,2	0	281,13	Котлета мясная п/ф	100	52,80	13,56	25,2	0	281,13	
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	19,18	2,8	7,5	13,6	134,2	Рагу из овощей	200	24,50	3,8	10,1	18,2	179,0	
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	9,90	0,6	0,2	15,2	65,3	Напиток из шиповника	200	9,90	0,6	0,2	15,2	65,3	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
	Итого:	790	109,1	26,67	45,38	73,28	811,87	Итого:	910	119,62	28,95	50,94	81,97	904,53	
	Итого за день	1300	199,1	54,92	56,07	143,45	1330,87	Итого за день:	1470	212,72	59,0	63,53	163,14	1490,83	
<b>10 день завтрак.*</b>															
14,03	Бедро куриное запеченное	90	50,98	14	15,8	0,2	198,90	Бедро куриное запеченное	90	50,98	14	15,8	0,2	198,90	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,40	8,2	6,9	35,9	238,9	Каша гречневая рассыпчатая	200	19,30	11,0	9,3	47,9	318,5	
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	Соус красный основной	30	4,0	0,99	0,81	2,67	21,93	
пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
54-5гн-2020	Чай с облепихой и сахаром	200	6,10	0,3	0,6	7,0	35,0	Чай с облепихой и сахаром	200	6,10	0,3	0,6	7,0	35,0	
пром	Кондитерское изделие (печенье)	40	12,30	2,8	5,6	27,6	172	Кондитерское изделие (печенье)	40	12,30	2,8	5,6	27,6	172	
	Итого:	540	90	28,72	30,01	88,01	739,33	Итого:	590	94,9	31,52	32,41	100,01	818,93	

10 день обед.*															
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	80	4,20	1,1	3,6	6,1	60,8	Салат из свеклы отварной	100	5,30	1,3	4,5	7,6	76,1	
54-2с-2020	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200	11,80	4,7	6,1	10,1	114,22	Борщ с капустой картофелем со сметаной	250	14,70	5,88	7,63	12,63	142,78	
54-6г-2020	Рис отварной	150	12,74	3,6	5,4	36,4	208,7	Рис отварной	200	17,10	4,8	7,2	48,6	278,3	
1029	Фрикадельки мясные п/ф в соусе	50/50	32,05	4,28	19,15	10,89	234,68	Фрикадельки мясные п/ф в соусе	65/50	41,25	5,61	24,52	13,36	298,78	
пром	Сок фруктовый на розлив	200	18,0	0,0	0,0	22,0	90,0	Сок фруктовый на розлив	200	18,0	0,0	0,0	22,0	90,0	
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб в ассортименте	30	2,22	2,43	0,3	14,64	72,6	
пром	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	Хлеб в ассортименте	30	3,50	2,16	0,36	13,5	67,2	
	Итого:	640	84,51	18,27	34,91	113,63	848,2	Итого:	725	102,07	22,18	44,51	132,33	1025,76	
	Итого за день:	1180	174,51	46,99	64,92	201,64	1587,53	Итого за день:	1315	196,97	53,7	76,92	232,34	1844,69	

\*\*Фрукт - возможна выдача другого фрукта или сока в индивидуальной упаковке 0,200 грамм (основание: М.Р. 24.0179-20.2.4. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. Утв. Главным гос. Санитарным врачом РФ. 18.05.2022 , Приложение 3)