

Утверждаю

Директор МБОУ Новоселовская школа

И.Г. Ерох Советского Союза Д.А. Кудрявицкого



И.В. Борипшкевич

2024г

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

**Для общеобразовательных учреждений Раздольненского района
Республики Крым
(для обучающихся с 1 лет и старше)**

ЗАВТРАК 1 День

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
125	Каша жидкая манная с слив маслом	200/10	4,67	11,64	32,22	264,60	0,25	33,17	60,00	0,38	32,26	129,37	46,74	1,89				
229	Какао с молоком	200	17,22	9,20	6,08	185,60	0,16	10,32	9,18	8,61	59,12	212,59	59,65	1,23				
389	Бутерброд с маслом	30/10	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80				
	Хлеб пшеничный	30	5,14	0,65	31,40	151,97	0,07	0	0	0	14,95	56,55	21,45	0,72				
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,90	31,80	7,50	0,93				
	Итого		30,77	22,4	118,49	824,29	0,61	63,91	69,18	9,52	160,83	482,06	165,79	10,72				

ОБЕД 1 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
82	Борщ картофельный с свежей капустой со сметаной	200/5	1,93	5,67	11,11	111,85	0,05	10,70	5,00	2,42	54,13	57,65	26,58	1,24				
203	Каша Артек с слив маслом	150/5	6,91	11,66	38,48	286,56	0,07	0	60,00	1,08	17,03	49,10	10,34	1,05				
260	Птица туш в сметаном соусе	50/30	17,46	20,15	3,47	265,20	0,04	1,10	0	3,13	26,17	184,98	26,44	3,67				
349	Чай с сахаром	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70				
	Хлеб пшеничный	30	5,53	0,70	33,81	163,66	0,07	0	0	0	16,10	60,90	23,10	0,77				
	Хлеб ржано- пшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30				
	Итого		35,32	39,21	151,39	1113,03	0,35	24,53	65	7,38	174,77	433,79	125,22	11,37				
	Итого за день		66,09	61,61	269,88	1937,32	0,96	88,44	134,18	16,9	335,6	915,85	291,01	22,09				

реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Са	Р	Мг	Fe

ЗАВТРАК 2 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Са	Р	Мг	Fe	
181	Отварной картофель с слив маслом	150/5	4,56	6,22	24,25	171,75	0,06	0,88	33,50	0,37	99,73	87,89	15,23	0,35					
382	Шницель рыбный в томат соусе	80/30	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,44	0	152,22	124,56	21,33	0,48					
118	Сок натуральный	200	2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0	40,00	0,44	8,40	22,50	4,20	0,35					
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,90	31,80	7,50	0,93					
4	Хлеб пшеничный	30	16,16	22,01	71,54	549,32	0,2	2,58	136,94	0,89	399,25	341,75	53,51	2,26					

ОБЕД 2 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Са	Р	Мг	Fe	
102	Россольник Ленинградский с сметан	200/5	5,12	5,35	16,14	133,25	0,16	5,81	0	2,44	50,28	137,98	38,30	1,81					
321	Плов с птицы	100/50	4,13	6,47	18,85	150,20	0,05	34,32	0	3,46	110,90	80,28	41,30	1,62					
317	Чай с сахаром	200	16,88	10,88	0	165,33	0,03	0	16,00	0,24	31,20	114,40	16,00	1,44					
	Хлеб пшеничный	30	5,53	0,70	33,81	163,66	0,07	0	0	0	16,10	60,90	23,10	0,77					
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30					
	Итого		34,3	38,38	105,01	903	0,37	42,96	96	6,35	237,14	448,48	131,6	7,34					
	Итого за день		50,46	60,39	176,55	1452,32	0,57	45,54	232,94	7,24	636,39	790,23	185,11	9,6					

ЗАВТРАК 3 день

№ рец.	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)						Минеральные вещества(мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
121	Творожная запеканка со сгущенкой	135/10	7,46	6,85	21,35	102,05	0,14	1,14	38,25	0,19	201,10	207,08	58,08	1,41				
217	Кофейный напиток с молоком	200	2,40	3,87	27,83	156,00	0,04	0,10	20,00	0,39	10,00	22,80	5,60	0,60				
4	Хлеб пшеничный	30	1,62	0,33	12,40	65,23	0,02	0	0	0	3,8	22,5	4,2	0,65				
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93				
	Итого	350	22,42	20,65	72,28	490,02	0,33	2,64	198,25	0,82	480	518,48	103,98	4,14				

ОБЕД 3 день

№ рец.	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)						Минеральные вещества(мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
95	Суп картофельный с бобовыми	200	8,60	8,41	14,33	167,25	0,10	9,11	15,00	0,88	45,30	176,53	47,35	1,27				
259	Отварные макароны с сл маслом	150/5	16,20	18,09	16,58	295,00	0,12	6,76	0	3,10	30,50	205,75	42,48	3,86				
389	Компот из смеси фруктов	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80				
	Хлеб пшеничный	30	5,53	0,70	33,81	163,66	0,07	0	0	0	16,10	60,90	23,10	0,77				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30				
	Итого		34,16	28,14	117,43	863,67	0,41	31,87	15	4,42	134,76	514,9	142,23	12,64				
	Итого за день		56,58	48,79	189,71	1353,69	0,74	34,51	213,25	5,24	614,76	1033,3	246,21	16,78				

ЗАВТРАК 4 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети - чeskая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
203	Птица тушенная с овощами	150/5	5,70	4,29	31,98	189,30	0,06	0	20,00	0,82	12,39	38,67	8,62	0,86		
260	Салат со свежей капусты с яблоками	60	17,46	20,15	3,47	265,2	0,04	1,1	0	3,13	26,17	184,98	26,44	3,67		
342	Чай с сахаром	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,90		
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,12	0	0	0	14,0	132	0,002	15,3	20,1	35,1	0,64		
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93		
	Итого		31,42	28,69	103,34	797,84	0,23	21,03	20	12,35	99,58	344,71	81,5	7,01		

ОБЕД 4 день

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети - чeskая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
88	Суп овощной со смет	200/5	1,90	5,70	8,08	97,85	0,06	15,80	5,0	2,37	53,65	52,05	22,58	0,84		
171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	150/5	4,56	11,50	47,17	310,20	0,04	0	60,00	0,33	21,17	99,76	33,47	0,71		
229	Птица отварная	50	20,44	10,93	7,22	220,40	0,19	12,26	10,91	10,22	70,21	252,45	70,83	1,46		
349	Чай с сахаром	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70		
	Хлеб пшеничный	40	5,53	0,70	33,81	163,66	0,07	0	0	0	16,10	60,90	23,10	0,77		
	Хлеб ржанпшеничный	28	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30		
	Итого		36,31	29,37	138,66	982,47	0,47	35,74	75,91	13,2	197,54	546,18	178,98	8,26		
	Итого за день		67,73	58,06	242	1780,31	0,7	56,77	95,91	25,55	297,12	890,89	260,48	15,27		

ЗАВТРАК 5 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
120	Отварные макароны с слив маслом	150	5,47	4,75	17,96	150,0	0,09	0,83	33,0	0,38	163,0	136,88	26,68	0,65				
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0	40,00	0,44	8,40	22,50	4,20	0,35				
15	Салат с отварной свеклы с зел горошком	60	3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,11	39,00	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15				
376	Кисель ягодный	200/15	0,07	0,02	15,0	60,00	0	0,03	0	0	11,1	0,28	1,4	0,28				
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93				
4	Хлеб пшеничн	30	15,26	19,54	66,8	517,14	0,21	4,61	173	2,61	231,4	287,43	52,08	3,56				

ОБЕД 5 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
99	Суп картофельный с рыбными консервами	200	1,59	4,99	9,15	95,25	0,07	10,38	0	2,33	34,85	49,28	20,75	0,78				
171			8,23	11,77	48,10	331,80	0,16	0	60,00	1,06	44,03	188,66	43,99	3,19				
260	Рагу овощное	150	17,46	20,15	3,47	265,20	0,04	1,10	0	3,13	26,17	184,98	26,44	3,67				
382	Чай с сахаром	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,44	0	152,22	124,56	21,33	0,48				
3	Хлеб пшеничный	30	5,53	0,70	33,81	163,66	0,07	0	0	0	16,10	60,90	23,10	0,77				
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30				
	Итого		39,88	56,59	144,88	1259,47	0,5	25,07	164,44	6,96	307,03	672,1	156,91	12,87				
	Итого за день		55,14	76,13	211,68	1776,61	0,71	29,68	337,44	9,57	538,43	959,53	208,99	16,43				

ЗАВТРАК 6 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
182	Каша жидкая молочная с крупой с маслом сливочным	200/10	7,51	11,72	37,05	285,00	0,19	1,17	58,0	0,21	138,10	184,37	47,60	1,23				
379	Чай с сахаром	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00	0	125,78	90,00	14,00	0,13				
3	Бутерброд с маслом	30/10	5,80	8,30	14,83	157,0	0,04	0,11	59,0	0,47	139,2	96,0	9,45	0,49				
	Хлеб ржанопшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93				
	Итого		18,16	23,03	82,65	611,57	0,31	2,58	137	0,68	409,98	402,17	78,55	2,78				

ОБЕД 6 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)											Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe								
96	Борщ с картофелем и свежей капустой со сметаной	200/5	2,23	5,87	16,77	128,85	0,10	7,56	5,00	2,41	30,85	75,00	26,36	0,98								
289	Птица тушеная в сметанном соусе	50/125	12,56	11,72	15,20	217,00	0,07	11,33	14,6	1,96	36,80	108,20	38,70	1,92								
342	Отварные макароны с маслом	150	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0	0,08	15,80	4,40	5,14	0,95								
	Компот с свежих плодов	200	0,25	15,2	13,45	23,12	0,05	0,35	25,3	15,3	0,23	1,25	4,53	0,32								
	Хлеб пшеничный	30	5,53	0,70	33,81	163,66	0,07	0	0	0	16,10	60,90	23,10	0,77								
	Хлеб ржанопшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30								
	Итого		23,47	22,69	116,34	765	0,42	22,88	19,6	4,7	127,01	310,44	113,79	6,38								
	Итого за день		41,63	45,72	198,99	1376,57	0,73	25,46	156,6	5,38	536,99	712,61	192,34	9,16								

ЗАВТРАК 7 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Мg	Fe			
																	Б	Ж	У
321	Капустга тушеная	150	4,13	6,47	18,85	150,2	0,05	34,32	0	3,46	110,9	80,28	41,3	1,62					
317	Птица отварная(филе)	50	21,1	13,6	0	206,67	0,03	0	20	0,3	39	143	20	1,8					
349	Сок натуральный	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70					
	Хлеб пшеничный	30	5,14	0,65	31,4	151,97	0,07	0	0	0	14,95	56,55	21,45	0,72					
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93					
	Итого		33,77	21,72	110,85	778,96	0,28	51,47	20	4,6	237,83	372,82	130,16	8,92					

ОБЕД 7 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
																Б	Ж	У	В1
102	Суп картофельный с рисовой крупой	200	5,49	5,27	16,54	148,25	0,23	5,83	0	2,43	42,68	88,10	35,58	2,05					
265	Каша гречневая с сливочным маслом	150	16,49	16,89	26,02	322,00	0,06	1,28	0	2,75	14,23	200,14	39,29	2,65					
377	Куриная котлета	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36					
	Чай с сахаром	200																	
	Хлеб пшеничный	30	5,93	0,75	36,23	175,35	0,08	0	0	17,25	65,25	24,75	0,83						
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30						
	Итого		31,03	38,37	126,76	992,56	0,47	21,94	80	5,63	122,02	421,61	123,32	9,87					
	Итого за день		64,8	60,09	237,61	1771,52	0,75	73,41	100	10,23	359,85	794,43	253,48	18,79					

ЗАВТРАК 8 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
125	Плов с говядины	150	4,67	11,64	32,22	264,60	0,25	33,17	60,00	0,38	32,26	129,37	46,74	1,89		
229	Компот фруктовый	200	17,22	9,20	6,08	185,60	0,16	10,32	9,18	8,61	59,12	212,59	59,65	1,23		
	Хлеб пшеничный	30	5,14	0,65	31,4	151,97	0,07	0	0	0	14,95	56,55	21,45	0,72		
	Хлеб ржанопшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93		
	Итого		31,52	25,57	123,44	875,09	0,6	77,09	69,18	17,83	172,2	486,37	169,68	10,79		

ОБЕД 8 день

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
101	Суп картофельный с бобовыми	200	1,97	2,73	14,58	90,75	0,10	8,25	0	1,26	23,05	62,55	25,00	0,88		
223	Птица туш в сметаном соусе с овощами	150	40,85	27,83	42,25	581,90	0,14	0,55	170,20	1,10	340,40	492,66	56,12	1,84		
			3,60	4,25	27,75	164,00	0,03	0,50	21,00	0,10	153,50	109,50	17,00	0,10		
379	Чай с сахаром	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00	0	125,78	90,00	14,00	0,13		
3	Хлеб пшеничный	30	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0	0	0	13,80	52,20	19,80	0,66		
4	Хлеб ржанопшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30		
	Итого		56,68	38,55	150,26	1174,09	0,43	10,6	211,2	2,46	666,19	851,43	142,42	4,91		

ЗАВТРАК 9 день

№ рел.	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)						Минеральные вещества(мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	150/5	8,81	5,92	39,79	247,00	0,21	0	20,00	0,45	25,19	208,85	140,52	4,72				
260	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/15	18,92	21,83	3,76	287,30	0,04	1,20	0	3,39	28,35	200,40	28,64	3,98				
52	Салат из свеклы отварной с растительным маслом	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79				
377	Чай с сахаром	200/8	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36				
	Хлеб пшеничный	30	5,14	0,65	31,4	151,97	0,07	0	0	0	14,95	56,55	21,45	0,72				
	Хлеб ржанопшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93				
	Итого		35,52	32,36	109,93	872,92	0,37	8,02	20	5,47	110,87	526,38	212,93	11,5				

ОБЕД 9 день

№ рел.	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)						Минеральные вещества(мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
103	Борщ с свежей капустой с сметаной	200/5	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	1,43	29,20	67,58	27,28	1,13				
292	Макаронны с сыром	150/15	8,13	1,97	13,88	105,65	0,09	6,16	9,13	0,29	27,72	104,35	33,12	1,21				
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0	0,08	15,80	4,40	5,14	0,95				
3	Хлеб пшеничный	30	5,53	0,70	33,81	163,66	0,07	0	0	0	16,10	60,90	23,10	0,77				
4	Хлеб ржанопшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30				
	Итого		18,86	6,13	113,78	598,72	0,34	15,31	9,13	1,8	98,48	281,75	99,14	5,36				
	Итого за день		54,38	38,49	223,71	1471,64	0,71	23,33	29,13	7,27	209,35	808,13	312,07	16,86				

№ рел.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
223	Жаркое по-домашнему	150	28,94	19,88	28,3	407,55	0,08	0,4	122,1	0,71	243,05	347	36,63	1,14				
	Овощи натур (свежие(соленые))	60	1,08	1,28	8,33	49,2	0,01	0,15	6,3	0,03	46,05	32,85	5,1	0,03				
338	Чай с сахаром	200	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,50	0	0,25	20,00	13,75	11,25	2,75				
3	Хлеб пшеничный	30	4,35	0,55	26,57	128,59	0,06	0	0	0	12,65	47,85	18,15	0,61				
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0	6,9	31,8	7,5	0,93				
	Итого		40,63	26,08	107,85	831,66	0,29	14,64	152,84	0,99	480,87	597,81	99,96	5,94				

ОБЕД 10 день

№ рел.	Наименование блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
82	Суп картофельный с рисовой крупой	200	1,93	5,67	11,11	111,85	0,05	10,70	5,00	2,42	54,13	57,65	26,58	1,24				
125	Каша Гречневая с слив маслом	150/5	3,68	11,47	25,25	228,60	0,20	25,96	60,00	0,33	26,03	102,22	36,58	1,49				
229	Пицца туш в сметаном соусе	50/50	20,44	10,93	7,22	220,40	0,19	12,26	10,91	10,22	70,21	252,45	70,83	1,46				
389	Чай с сахаром	200	1,00	0	20,20	84,80	0,02	4,00	0	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80				
	Хлеб пшеничный	30	5,93	0,75	36,23	175,35	0,08	0	0	0	17,25	65,25	24,75	0,83				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,35	0,46	20,75	96,56	0,06	0	0	0	9,66	44,52	10,50	1,30				
	Итого		36,38	29,88	134,93	987,66	0,67	69,6	75,91	13,51	224,83	572,89	199,44	12,36				
	Итого за день		77,01	55,96	242,78	1819,32	0,96	84,24	228,75	14,5	705,7	1170,7	299,4	18,3				

Меню разработано в соответствии сборников рецептов:

- сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. Могильного М.П., Тугельян В.А. 2015г
- сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, под ред. Могильного М.П., Тугельян В.А. 2015г

Пронумеровано и прошнуровано 10

(десять) листов

Директор МБОУ «Новосёловская школа
им. Героя Советского Союза
Д.А. Кудрявицкого»

В.А. Боришкевич

«09» 01 2023г.

