

Согласовано
Директор школы №

39 Кел

Утверждено
ИП

39

1 день, Вторник 9 января 2024 г.

МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-Имг	С мг	Арег.эвк/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
337	Яйцо вареное	45 (1шт)	21-42	5,08	4,6	0,28	63,0	0,05	0,6	12,0	1,14	10,4	28,93	11,6	0,64
15	Сыр порцирами	15	16-56	3,48	4,42	-	52,31	0,01	0,11	-	0,11	32,0	14,0	4,7	0,12
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	250/5 (255)	31-12	5,27	5,17	33,32	255,09	0,17	12,96	163	0,6	87,8	77,47	4,14	0,69
693	Какао с молоком	200	25-58	3,17	2,68	26,0	100,6	0,02	1,33	-	-	133,3	111,1	25,56	1,0
n/n	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
	Итого	565	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5/25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275	62,5	3,0

Завтрак 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-Имг	С мг	Арег.эвк/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
337	Яйцо вареное	45 (1шт)	21-42	5,08	4,6	0,28	63,0	0,05	0,6	12,0	1,14	10,4	28,93	11,6	0,64
15	Сыр порцирами	15	16-56	3,48	4,42	-	52,31	0,01	0,11	-	0,11	32,0	14,0	4,7	0,12
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	250/5 (255)	31-12	8,52	8,42	45,32	347,59	0,22	15,46	213	0,6	112,8	102,47	16,64	2,19
693	Какао с молоком	200	25-58	3,17	2,68	26,0	100,6	0,02	1,33	-	-	133,3	111,1	25,56	1,0
n/n	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
	Итого	565	100-00	22,5	23,0	95,75	680/25%	0,35	17,5	225	2,5	300	300	75,0	4,5

Обед 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-Имг	С мг	Арег.эвк/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
67	Винегрет овощной	60	11-52	0,79	1,95	3,88	44,06	0,02	6,99	-	1,16	15,26	21,38	1,1	0,4
139	Суп картофельный с бобовыми с говядиной	5/200 (205)	20-64	2,39	3,94	11,08	102,4	0,06	1,8	-	0,8	156	87,6	6,23	0,2
251	Поджарка из свинины	50/40 (90)	63-20	10,64	9,51	5,15	165,19	0,09	11,61	245	0,33	42,4	137,66	32,17	0,39
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	15-66	6,74	8,7	30,67	206,57	0,06	-	-	0,06	76,96	34,5	7,5	0,73
n/n	Сок фруктовый	200	37-70	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
n/n	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	56	5-96	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	811	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5/35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385	87,5	4,2

Обед 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-Имг	С мг	Арег.эвк/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
67	Винегрет овощной	100	19-20	1,02	3,2	4,42	73,4	0,03	7,2	-	1,16	20,4	25,6	1,1	0,4
139	Суп картофельный с бобовыми с говядиной	5/250 (255)	23-59	3,0	4,68	13,78	127,3	0,07	4,0	-	0,8	165,0	97,5	10,3	0,9
251	Поджарка из свинины	50/50(100)	63-26	12,82	10,84	9,68	170,75	0,12	12,7	315	0,33	60,08	149,64	43,6	1,68
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	18-79	8,27	9,93	39,7	276,27	0,08	-	-	0,06	80,14	43,4	9,5	0,84
n/n	Сок фруктовый	200	37-70	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
n/n	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	56	5-96	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	941	173-82	31,5	32,2	134,05	952,0/35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

Полдник 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-Имг	С мг	Арег.эвк/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
n/n	Кефир	200	21-00	5,8	5	8	118	0,06	1,4	40	-	74	55,5	8,5	0,2
410	Ватрушка с творогом	100	50-00	1,5	2,5	21,7	70	0,04	1,2	30	0,8	20	43,5	7,5	0,2
n/n	Фрукты в ассортименте	100	29-00	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	400	100-00	7,7	7,9	33,5	235,0/70%	0,12	6	70	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/70%	55,3/70%	234,5/70%	1645,0/70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

Полдник 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-Имг	С мг	Арег.эвк/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
n/n	Кефир	200	21-00	5,8	5	8	118	0,06	1,4	40,0	-	74	55,5	8,5	0,2
410	Ватрушка с творогом	100	50-00	2,8	3,8	26,5	107	0,06	2,2	50	0,8	30	53,5	12,5	0,8
n/n	Фрукты	100	29-00	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	400	100-00	9,0	9,2	38,3	272,0/10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/70%	64,4/70%	268,1/70%	1904,0/70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав.производством

Бухгалтер Свободный выбор блюд и буфетной продукции согласно прейскуранта

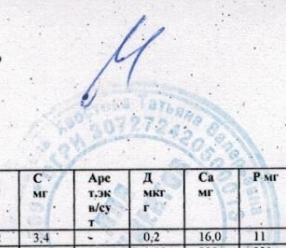
ИП Хвостова Т.В.
Цены проверены

Согласовано
Директор школы №

39 Клеф

3 день. Среда 10 января 2024 г.

Утверждено
ИП



МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.жв/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Фрукты в ассортименте	100	16-77	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
366	Запеканка из творога	150	60-56	14,2	19,05	32,57	331,9	0,26	1,88	155,4	1,82	239,68	221,98	35,17	0,57
п/п	Молоко густенное	40	17-43	3,0	0,08	22,72	102	-	9,45	19,6	0,22	1,12	2,49	-	0,28
685	Чай с сахаром	200	3-11	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	2-13	1,58	0,2	9,66	46,6	0,02	-	-	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	итого	510	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5/25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0

Завтрак 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.жв/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Фрукты в ассортименте	100	16-77	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
366	Запеканка из творога	200	80-75	17,45	22,3	44,57	424,4	0,31	4,38	205,4	1,82	264,68	246,98	47,67	2,07
п/п	Молоко густенное	40	17-43	3,0	0,08	22,72	102	-	9,45	19,6	0,22	1,12	2,49	-	0,28
685	Чай с сахаром	200	3-11	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	2-13	1,58	0,2	9,66	46,6	0,02	-	-	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	итого	560	120-19	22,5	23,0	95,75	680/25%	0,35	17,5	225	2,5	300	300	75,0	4,5

Обед 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.жв/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	11-79	0,36	3,81	3,16	48,24	0,02	7,8	-	0,68	15,26	21,38	11,3	0,3
148	Суп картофельный с лапшой с птицей	10/200 (210)	24-29	3,75	3,07	8,13	86,9	0,12	6,04	-	0,17	91,44	28,0	2,08	0,28
379	Поджарка рыбная	100	79-87	7,19	11,04	7,67	160,33	0,06	3,61	245	1,15	109,83	86,53	3,92	0,7
520	Картофельное пюре	150	24-85	8,6	6,09	20,01	174,75	0,1	2,75	-	0,15	138,25	100,23	6,7	0,46
639	Компот из смеси сухофруктов	200	7-92	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,8	-	0,2	5,84	46,0	33,0	0,18
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	5-96	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	826	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5/35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2

Обед 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.жв/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	19-65	0,9	6,35	5,26	80,4	0,02	8,3	-	0,68	19,43	25,63	13,0	0,4
148	Суп картофельный с лапшой с птицей	10/250 (260)	27-77	4,64	5,67	10,1	107,6	0,14	8,49	-	-0,17	94,62	38,68	16,48	-0,35
379	Поджарка рыбная	100	79-87	7,19	9,24	7,67	160,33	0,06	3,61	315	1,15	109,83	86,53	3,92	0,7
520	Картофельное пюре	180	29-89	11,72	7,3	32,74	251,39	0,15	3,3	-	0,15	165,9	120,3	8,1	2,39
639	Компот из смеси сухофруктов	200	7-92	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,8	-	0,2	5,84	46,0	33,0	0,18
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	5-96	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	946	176-38	31,5	32,2	134,05	952,0/35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

Полдник 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.жв/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Молоко (заводская упаковка)	250	45-00	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40,0	0,35	84	97	9,0	0,2
424	Булка с сыром	100	21-00	2,8	3,8	24,9	118	0,04	1,0	50	0,45	20	12	12	0,8
п/п	Фрукты в ассортименте	100	34-00	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	450	100-00	7,7	7,9	33,5	235,0/10%	0,12	6	70	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/70%	55,3/70%	234,5/70%	1645,0/70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

Полдник 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.жв/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Молоко (заводская упаковка)	250	45-00	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40	0,35	84,0	97	9,0	0,2
424	Булка с сыром	100	21-00	2,8	3,8	24,9	118	0,04	1,0	50	0,45	20	12	12	0,8
п/п	Фрукты	100	34-00	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	450	100-00	9,0	9,2	38,3	272,0/10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/70%	64,4/70%	268,1/70%	1904,0/70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав. производством _____ Бухгалтер _____
Свободный выбор блюд и буфетной продукции согласно прейскуранта

*ИП Хвостова Т.В.
проверены*

Согласовано

Директор школы №

4 день, 11 января 2024 г. Четверг

Утверждаю

ИП

МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход блюда, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арет.жкв/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Масло сливочное', 'Сыр порционными', and 'Каша жидкая молочная манная'.

Завтрак 12-18 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход блюда, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арет.жкв/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Масло сливочное', 'Сыр порционными', and 'Каша жидкая молочная манная'.

Обед 7-11 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход блюда, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арет.жкв/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Винегрет овощной', 'Рассольник ленинградский', and 'Котлета по-хлыновски'.

Обед 12-18 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход блюда, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арет.жкв/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Винегрет овощной', 'Рассольник ленинградский', and 'Котлета по-хлыновски'.

Полдник 7-11 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход блюда, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арет.жкв/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Йогурт фруктовый', 'Пирожки печеные с капустой'.

Полдник 12-18 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход блюда, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арет.жкв/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Йогурт фруктовый', 'Пирожки печеные с капустой'.

Зав. производством Бухгалтер Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

ИП Хвостова Т.В. Цены проверены

Согласовано

Директор школы №

5 день, Пятница 12 января 2024 г.



Handwritten signature

МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арег.эж/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Птица запеченная', 'Каша рисовая', 'Чай с сахаром', and a total row.

Завтрак 12-18 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арег.эж/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Птица запеченная', 'Каша рисовая', 'Чай с сахаром', and a total row.

Обед 7-11 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арег.эж/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Огурец соленый', 'Суп картофельный', 'Жаркое по-домашнему', and a total row.

Обед 12-18 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арег.эж/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Огурец соленый', 'Суп картофельный', 'Жаркое по-домашнему', and a total row.

Полдник 7-11 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арег.эж/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Пирожки печеные', 'Сок фруктовый', 'Фрукты', and a total row.

Полдник 12-18 лет

Table with 15 columns: № ТК, Наименование блюда, Выход, Цена, Белки, Жиры, Углеводы, Ккал, В-Имг, С мг, Арег.эж/сут, Д мкг, Са мг, Р мг, Mg мг, Fe мг. Rows include items like 'Пирожки печеные', 'Сок фруктовый', 'Фрукты', and a total row.

Зав. производством Бухгалтер Свобольный выбор блюд и буфетной продукции согласно прейскуранта

ИП Хвостова Т.В. Цены проверены

Согласовано
Директор/директор №

39 Кас

ИП



6 день. Суббота 13 января 2024 г.

МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет															
№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.эжв/сут	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
395	Вареники с творогом (промышленного производства) с маслом сливочным	150/10 (160)	60-43	16,98	17,03	45,63	387,3	0,24	11,33	175	1,78	236,2	207,07	28,57	0,63
685	Чай с сахаром	200	3-11	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,63	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	4-26	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	Фрукты в ассортименте	100	32-20	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	500	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5/25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0

Завтрак 12-18 лет															
№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.эжв/сут	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
395	Вареники с творогом (промышленного производства) с маслом сливочным	200/10 (210)	75-57	20,23	20,28	57,63	479,8	0,29	13,83	225	1,78	261,2	232,07	41,07	2,13
685	Чай с сахаром	200	3-11	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	4-26	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	Фрукты в ассортименте	100	32-20	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	550	115-14	22,5	23,0	95,75	680,0/25%	0,35	17,5	225	2,5	300	30	75,0	4,5

Обед 7-11 лет															
№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.эжв/сут	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
18	Салат из морской капусты	60	13-73	0,79	1,95	3,88	44,06	0,02	6,99	-	1,16	15,26	21,38	1,1	0,4
	Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной	10/200 (210)	27-21	2,45	5,64	11,08	82,4	0,06	1,8	-	0,77	151,35	85,17	6,23	0,2
382	Рыба, запеченная с яйцом	100	56-19	8,14	6,6	7,45	154,26	0,15	11,41	245	0,2	56,21	84,4	25,24	0,27
147	Картофель запеченный по-деревенски	150	27-84	9,07	9,79	23,48	193,1	0,07	-	-	0,02	96,96	45,19	16,13	0,69
352	Кисель из свежемороженой ягод	200	23-75	0,11	0,12	25,09	129,2	0,02	0,8	-	0,2	40,84	46,0	8,3	0,36
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	5-96	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	826	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5/35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2

Обед 12-18 лет															
№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.эжв/сут	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
18	Салат из морской капусты	100	22-88	1,02	3,2	4,42	73,4	0,03	7,2	-	1,16	20,4	25,6	1,1	0,4
	Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной	10/250 (260)	29-69	3,03	6,98	13,71	102,8	0,07	5,09	-	0,77	167,3	105,4	7,7	0,3
382	Рыба, запеченная с яйцом	100	56-19	8,14	6,6	7,45	154,26	0,15	11,41	315	0,2	56,21	84,4	25,24	0,27
147	Картофель запеченный по-деревенски	180	33-41	12,81	11,75	37,11	272,86	0,12	-	-	0,02	110,87	55,74	32,16	2,69
352	Кисель из свежемороженой ягод	200	23-75	0,11	0,12	25,09	129,2	0,02	0,8	-	0,2	40,84	46,0	8,3	0,36
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5-32	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	5-96	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	946	177-72	31,5	32,2	134,05	952,0/35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

Подзавтрак 7-11 лет															
№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.эжв/сут	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Сок фруктовый	200	37-70	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
406	Пирожки печеные с картофелем	100	33-00	7,3	7,5	9,5	103,2	0,01	2,0	70,0	0,8	24,0	98,0	6,0	0,2
	Фрукты в ассортименте	100	29-30	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	400	100-00	7,7	7,9	33,5	235,0/10%	0,12	6	70,0	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/70%	55,3/70%	234,5/70%	1645,0/70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

Подзавтрак 12-18 лет															
№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	В-1мг	С мг	Арет.эжв/сут	Д мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Сок фруктовый	200	37-70	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
406	Пирожки печеные с картофелем	100	33-00	8,6	8,8	14,3	140,2	0,03	3,0	90	0,8	34	108	11	0,8
	Фрукты в ассортименте	100	29-30	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16	11	9	0,8
	Итого	400	100-00	9,0	9,2	38,3	272,0/10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/70%	64,4/70%	268,1/70%	1904,0/70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав. производством

Бухгалтер

(Handwritten signature)

ИП Хвостова Т.В.
Цены проверены