

Приложение
к письму управления образования администрации
муниципального района «Корочанский район»
от 17 августа 2018 года № 1956

Согласовано:

Начальник территориального отдела Управления Федеральной
службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия
человека по Белгородской области в Губкинском районе

« 14 » августа 2018г.



Н.С. Имамеева

Утверждаю:

Начальник управления образования администрации
муниципального района «Корочанский район»

« 17 » августа 2018г.



Г.И. Крештель

**Перспективное меню завтраков, обедов и полдников
общеобразовательных учреждений муниципального района
«Корочанский район»
(осенне-зимний период)
на 2018-2019 учебный год**

ЗАВТРАК

Энергетическая ценность завтрака по программе «Школьное молоко»

Наименование блюд	Возраст		Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Ккал
	7-10 лет	11-18 лет	Б	Ж	У	В-1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Понедельник														
Молоко в индивидуальной упаковке	200	200	5,6	5	9,4	0,04	1,2	0,04	-	248,2	184,0	28,0	0,2	106
Суп молочный рисовый с маслом и сахаром (№236)	150	200	3,7/ 2,8	3,7/ 2,8	15,6/ 11,7	0,041/ 0,030	0,75/ 1,0	0,06/ 0,08	0,45/ 0,6	94,5/ 126,5	78,45/ 104,6	12,6/16,8	0,27/ 0,366	110,6/ 82,95
Пряник, мёд	50/10	50/10	2,83	2,55	45,73	0,1	-	-	-	10,4				215,3
Яблоко свежее	100	100	0,58	0,44	10,83	0,03	13,0	0,01	-	16,0	1 1,0	9,0	2,2	49,69
Всего:			12,71/ 11,21	11,69/ 10,79	81,56/ 77,66	0,211/ 0,200	14,95/ 15,2	0,11/ 0,13	0,45/ 0,6	369,1/ 401,1	273,45/ 299,6	49,6/ 53,8	2,670/ 2,766	481,59/ 453,94
Вторник														
Молоко в индивидуальной упаковке	200	200	5,6	5	9,4	0,04	1,2	0,04	-	248,2	184,0	28,0	0,2	106
Запеканка творожная с маслом (№ 469), мёд	100/10	150/10	17,3/ 26,0	19,3/ 25,3	23,3/ 30,8	0,102/ 0,060	0,476/ 0,715	0,210/ 0,316	0,06/ 0,09	148,4/ 222,7	220,2/ 330,4	25,2/ 37,9	0,64/ 0,96	454,2/ 336
Яблоко свежее	100	100	0,58	0,44	10,83	0,03	13,0	0,01		16,0	11,0	9,0	2,2	49,69
Всего:			23,48/ 32,18	24,74/ 30,74	43,53/ 51,03	0,172/ 0,13	14,67/ 14,915	0,260/ 0,366	0,06/ 0,09	412,6/ 486,9	415,2/ 525,4	62,2/ 74,9	3,04/ 3,36	609,89/ 491,69
Среда														
Молоко в индивидуальной упаковке	200	200	5,6	5	9,4	0,04	1,2	0,04	-	248,2	184,0	28,0	0,2	106
Омлет натуральный с колбасными продуктами (№ 443)	130/6	200/10	18,07/ 27,8	26,1/ 39,6	0,1/ 0,065	0,473/ 0,307	0,19/ 0,3	0,21/ 0,324	0,58/ 0,9	54,47/ 83,8	145,9/ 224,5	34,58/ 53,2	1,79/ 2,761	307,5/ 468,2
Хлеб, мёд	33/10	40/10	2,6/ 3,2	1,0/ 1,2	13,9/ 16,8	0,027/ 0,022	-	-	0,60/ 0,73	5,7/ 7,0	23,67/ 28,7	5,19/ 6,3	0,54/ 0,66	74,9/ 90,8
Яблоко свежее	100	100	0,58	0,44	10,83	0,03	13,0	0,01	-	16,0	11,0	9,0	2,2	49,69
Всего:			26,85/ 37,18	32,54/ 46,24	34,23/ 37,13	0,57/ 0,40	14,39/ 14,5	0,26/ 0,37	1,18/ 1,63	324,37/ 355,00	364,57/ 448,20	76,77/ 96,50	4,73/ 5,82	538,1/ 714,7
Четверг														
Молоко в индивидуальной упаковке	200	200	5,6	5	9,4	0,04	1,2	0,04	-	248,2	184,0	28,0	0,2	106
Сырники из творога (№463), мёд	100/10	150/10	15,8/ 23,8	21,8/ 32,8	19,3/ 29,9	0,076/ 0,115	0,56/ 0,85	0,172/ 0,258	0,06/ 0,09	156,1/ 234,2	235,8/ 353,8	27,86/ 41,8	0,89/ 1,335	245,13/ 367,70
Яблоко свежее	100	100	0,58	0,44	10,83	0,03	13,0	0,01	-	16,0	11,0	9,0	2,2	49,69
Всего:			21,98/2 9,98	27,24/3 8,24	39,53/5 0,13	0,146/0 ,185	14,76/15, 05	0,22/0,30 8	0,06/0, 09	420,3/49 8,4	430,8/54 8,8	64,83/78, 8	3,29/3,73 5	400,82/ 523,39
Пятница														

Молоко в индивидуальной упаковке	200	200	5,6	5	9,4	0,04	1,2	0,04	-	248,2	184,0	28,0	0,2	106
Суп молочный с макаронными изделиями (№235)	150	200	4,53/ 6,04	4,2/ 5,6	13,68/ 18,24	0,06/ 0,08	0,69/ 0,92	0,078/ 0,104	0,45/ 0,60	123,55/ 164,74	28,88/ 38,00	68,40/ 90,00	0,41/ 0,54	110,7/ 147,6
Бутерброд с сыром (№3), мёд	30/16/5	30/16/5	6,6	9	13	0,0588	0,24	0,099	0,781	158,6	109,67	18,54	0,534	159,4
Яблоко свежее	100	100	0,58	0,44	10,83	0,03	13,0	0,01	-	16,0	11,0	9,0	2,2	49,69
Всего:			17,31/1 8,82	18,64/2 0,04	46,91/5 1,47	0,19/0, 21	15,13/15, 36	0,227/0,2 53	1,231/1 ,381	546,35/5 87,54	333,55/3 42,67	123,94/1 45,54	3,344/3,4 74	425,79/ 462,69

ОБЕД

1-я неделя

Энергетическая ценность обеда (за родительскую плату и многодетные)

Наименование блюд	Возраст		Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Ккал
	7-10 лет	11-18 лет	Б	Ж	У	В-1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Понедельник														
Салат из свежей моркови с маслом растительным (№52)	60	100	0,72/ 1,20	4,08/ 6,8	3,84/ 6,4	0,033/ 0,055	2,598/ 4,330	4,653/ 7,755	2,01/ 3,35	32,976/ 54,96	28,92/ 48,2	24,78/ 41,30	4,280/ 7,147	55,2/ 92,0
Борщ с капустой и картофелем (№170)	200\10	250\10	1,90/ 2,25	6,0/ 9,5	9,1/ 11,3	0,074/ 0,088	14,128/ 17,660	1,039/ 1,299	0,32/ 0,40	31,54/ 39,43	56,16/ 70,20	28,56/ 35,70	1,136/ 1,420	102,57/ 145,59
Сосиска отварная (№536)	75	100	16,95/ 22,60	12,75/ 17,00	-	0,3/ 0,4	-	-	-	24,75/ 33,00	157,50/ 210,00	18,75/ 25,00	1,2/ 1,6	193,8/ 276,9
Макаронные изделия отварные (№688)	150	200	5,7/ 7,6	4,3/ 6,0	39,4/ 52,0	0,081/ 0,108	-	0,026/ 0,035	0,075/ 0,1	9,37/ 12,5	41,85/ 55,80	7,65/ 10,2	0,5745/ 0,766	219,3/ 292,3
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,140	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/ 10,0	0,792/ 1,056	120/ 160
Чай с сахаром (№943)	200\15	200\15	-	-	14,9	-	-	-	-	12,0	8,0	6,0	0,8	59,4
Всего:			29,23/ 38,93	27,79/4 0,18	91,84/ 117,4	0,596/ 0,791	16,726/ 21,99	5,718/ 9,089	3,725/ 5,61	116,25/ 158,11	329,16/ 437,32	85,59/ 128,20	8,78/ 12,79	750,2/ 1026,2
Вторник														
Салат из свежей белокочанной капусты (№79)	60	100	1,2/ 1,9	3/5	3,7/ 5,9	0,0318/ 0,053	23,97/ 39,95	0,549/ 0,916	2,01/ 3,35	25,86/ 43,1	18,0/ 30,0	9,84/ 16,4	0,554/ 0,924	46,4/ 76,3
Суп картофельный с макаронными изделиями (№208)	200	250	2,15/2, 69	2,27/2, 84	13,71/17, 14	0,09/0,11	6,60/8,2 5	-	0,24/0,3 2	19,68/24,6 0	53,32/66,6 5	21,60/27, 00	0,87/1,0 9	83,80/1 04,75
Рыба тушеная в томате с овощами (№486)	120	150	13,5/ 16,5	6,4/ 8	5,82/ 7,16	0,129/ 0,162	8,34/ 10,425	3,67/ 4,59	1,38/ 1,72	28,32/ 35,4	34,08/ 42,6	78,06/ 98,7	1,83/ 2,29	138,65/ 164,09

Пюре картофельное (№694)	150	200	3,3/4,3	4,5/6	26,7/ 35,2	0,122/ 0,163	25,8/ 34,4	0,062/ 0,083	0,075/ 0,1	37,2/ 49,6	86,4/ 115,2	29,55/ 39,40	1,068/ 1,425	160,6/ 212,1
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,14	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/ 10	0,792/ 1,056	120/ 160
Кисель из концентрата (№882) (С-витаминизация)	200	200	0,4	-	30,0	-	4,4	0,04	-	22,0	18,0	6,0	0,2	156,0
Всего:			24,51/ 31,07	16,83/2 2,72	104,53/1 28,20	0,4808/0,6 28	69,11/9 7,425	4,321/5,6 29	5,025/7, 25	141,40/18 5,82	244,24/318 37	152,55/1 97,50	5,314/6, 985	705,45/ 873,24
Среда														
Салат из отварной свёклы (№25)	60	100	1,4/1,7	8/10	10,1/ 12,7	0,012/ 0,02	6,0/ 10,0	0,006/ 0,01	2,01/ 3,35	22,2/ 37,0	25,8/ 43,0	12,6/ 21	0,84/ 1,406	116,6/ 146,4
Щи из свежей капусты с картофелем (№ 187)	200\10	250\10	1,87/ 2,23	6/7	9,21/ 11,49	0,065/ 0,082	26,12/ 32,66	0,928/ 1,161	0,32/ 0,4	36,08/ 45,1	41,28/ 51,6	17,52/ 21,9	4,41/ 5,52	99,6/ 117,52
Птица тушеная в соусе (№643)	50/50	75/75	13,17/ 19,85	12,6 /19,0	4,00/ 6,03	0,082/ 0,124	2,1/ 3,2	0,650/ 0,977	0,13/ 0,20	15,3/ 23,0	220,6/ 330,1	27,6/ 41,4	1,744/ 2,616	181,6/ 274,7
Каша гречневая рассыпчатая (№679)	150	200	9,1/ 12,0	5,7/ 7,6	49,0/ 64,7	0,33/ 0,44	-	-	0,6/ 0,8	43,65/ 58,2	185,7/ 247,6	61,05/ 81,4	4,95/ 6,6	284,1/ 374,9
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,140	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/ 10,0	0,792/ 1,056	120/ 160
Компот из с\фруктов (№868)	200	200	0,6	-	31,6	0,04	0,03	0,12	-	24,0	22,0	16,0	0,8	130,0
Всего			30,1/41 6,66	32,96/4 4,48	128,51/1 59,32	0,637/0,84 6	34,25/4 5,89	1,704/2,2 68	4,38/6,5 1	149,57/19 8,42	529,82/7 40,22	142,27/191, 70	13,536/ 17,998	931,901 203,52
Четверг														
Капуста тушеная (№315)	60	100	1,36/ 2,25	2,12/ 3,60	6,48/ 10,75	0,0378/ 0,0630	9,47/ 15,78	0,166/ 0,277	0,260/ 0,435	28,77/ 47,95	13,05/ 21,75	27,6/ 46,0	0,665/ 1,109	50,48/ 84,50
Суп картофельный с крупой рисовой (№204)	200	250	2/2,6	2,3/2,9	17,6/ 22,0	0,0872/ 0,109	13,2/ 16,5	0,732/ 0,915	0,296/ 0,370	14,48/ 18,1	32,4/ 40,5	19,68/ 24,6	0,904/ 1,13	99,1/ 123,9
Тeffтели (№619)	80	100	11,6/ 14,4	14/17,1	11,1/ 13,6	0,044/ 0,055	2,34/ 2,93	0,43/ 0,54	2,88/ 3,6	12,08/ 15,1	82,72/ 103,4	11,84/ 14,80	1,474/ 1,792	219,4/ 269,2
Пюре картофельное (№694)	150	200	3,3/4,3	4,5/6	26,7/ 35,2	0,122/ 0,163	25,8/ 34,4	0,062/ 0,083	0,075/ 0,1	37,2/ 49,6	86,4/ 115,2	29,55/ 39,40	1,068/ 1,425	160,6/ 212,1
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,14/ 0,108	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	57,4	7,5/ 10	0,792/ 1,056	120/ 160
Кефир	200	200	5,8	5	7,8	-	0,08	1,4	0,04	240	180	0,012	0,2	106
Всего			28,02/3 4,63	25,58/3 5,48	94,28/12 2,15	0,431/0,49 8	50,89/6 9,69	2,79/3,21 5	4,874/6, 305	340,87/381, 87	451,97/51 8,25	96,182/12 4,812	5,103/6, 712	755,58/ 955,70
Пятница														
Салат из свежей белокочанной капусты (№79)	60	100	1,2/ 1,9	3/5	3,7/ 5,9	0,0318/ 0,053	23,97/ 39,95	0,549/ 0,916	2,01/ 3,35	25,86/ 43,1	18,0/ 30,0	9,84/ 16,4	0,554/ 0,924	46,4/ 76,3
Суп картофельный с горохом (№206)	200	250	4,7/5,9	4,3/5,4	18,4/ 23,0	0,193/ 0,241	7,7/ 9,63	0,918/ 1,148	0,32/ 0,4	25,04/ 31,3	48,16/ 60,2	26,4/ 33,0	1,592/ 1,99	131,3/ 164,1
Плов из птицы (№646)	150	200	11,5/ 13,0/	13,0/	20,2/	0,093/	2,4/	0,732/	1,8/	17,25/	247,57/	31,05/	1,960/	243,8/

			15,4	17,7	26,8	0,124	3,2	0,977	2,4	23,00	330,10	41,40	2,616	328,2
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,140	-	-	1,46	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/10	0,792/ 1,056	120/ 160
Сок фруктовый	200	200	1	-	25,06	0,004	0,8	0,26	-	0,6	3,6	-	0,04	104,8
Всего	-		22,36/2 9,48	20,96/2 8,96	91,96/11 3,56	0,4298/0,5 62	34,87/5 3,58	2,459/3,3 01	5,59/7,6 1	77,09/109, 12	351,77/46 9,82	74,79/100 ,80	4,938/6, 626	646,30/ 833,40

2-я неделя

Понедельник

Наименование блюд	Возраст		Пищевые вещества(г.)			Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)				Ккал
	7-10 лет	11-18 лет	Б	Ж	У	В-1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Салат из отварной свёклы (№25)	60	100	1,4/1,7	8/10	10,1/ 12,7	0,012/ 0,02	6,0/ 10,0	0,006/ 0,01	2,01/ 3,35	22,2/ 37,0	25,8/ 43,0	12,6/ 21	0,84/ 1,406	116,6/ 146,4
Щи из свежей капусты с картофелем (№ 187)	200\10	250\10	1,87/ 2,23	6,0/ 7,0	9,39/ 11,31	0,065/ 0,082	26,12/ 32,66	0,928/ 1,161	0,32/ 0,40	36,08/ 45,1	41,28/ 51,6	17,52/ 21,9	4,41/ 5,52	99,60/ 117,52
Котлета (№608)	80	100	14,2/ 17,8	13,4/ 16,8	12,5/ 15,6	0,066/ 0,083	0,0576/ 0,072	0,0568/ 0,071	0,536/ 0,67	27,44/ 34,3	162,08/ 202,6	17,52/ 21,9	1,80/ 2,25	227,2/ 284,7
Пюре картофельное (№694)	150	200	3,3/ 4,3	4,5/ 6,0	26,7/ 35,2	0,122/ 0,163	25,8/ 34,4	0,062/ 0,083	0,075/ 0,1	37,2/ 49,6	86,4/ 115,2	29,55/ 39,4	1,068/ 1,425	160,6/ 212,1
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,140/ 0,108	-	-	1,46	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/ 10,0	0,792/ 1,056	120/ 160
Кисель из концентрата(№882) (С-витаминизация)	200	200	0,4	-	30,0	-	4,4	0,04	-	22,0	18,0	6,0	0,2	156,0
Всего			25,13/3 1,71	32,56/4 0,68	113,29/1 37,61	0,405/0,45 6	62,3776/ 81,532	1,0927/ 1,365	4,401/5,9 8	153,26/199, 12	368/476, 32	90,69/12 0,20	9,11/11, 857	880,00/ 1076,72

Вторник

Салат из свежей белокочанной капусты (№79)	60	100	1,2/1,9	3,0/5,0	3,7/5,9	0,0318/ 0,053	23,97/ 39,95	0,549/ 0,916	2,01/ 3,35	25,86/ 43,1	18,0/ 30,0	9,84/ 16,4	0,554/ 0,924	46,4/ 76,3
Суп картофельный с макаронными изделиями (№208)	200	250	2,15/2,6 9	2,27/2, 84	13,71/17, 14	0,09/0,11	6,60/8,25	-	0,24/0,32	19,68/24,6 0	53,32/66, 65	21,60/27, 00	0,87/1,0 9	83,80/1 04,75
Птица отварная (№536)	75	100	16,95/ 22,60	12,75/ 17,00	-	0,3/ 0,4	-	-	-	24,75/ 33,00	157,50/ 210,00	18,75/ 25,00	1,2/ 1,6	193,8/ 276,9
Каша рисовая рассыпчатая (№378)	150	200	3,67/ 4,84	5,37/ 7,16	44,21/ 59,00	0,03/ 0,04	-	-	0,243/ 0,324	1,365/ 1,820	-	27,00/ 36,00	0,525/ 0,700	214,06/ 287,67
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,14	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/10	0,792/ 1,056	120/ 160
Компот из с/фруктов (№868)	200	200	0,6	-	31,6	0,04	0,03	0,12	-	24,0	22,0	16,0	0,8	130,0
Всего			28,53/3	24,05/3	117,82/1	0,5998/0,7	30,60/48,	0,669/1	3,813/5,7	103,995/13	285,26/37	100,69/1	4,741/6,	788,06/

			7,91	2,88	46,44	83	23	,036	54	7,64	4,58	30,40	17	1035,62
Среда														
Капуста тушеная (№315)	60	100	1,36/ 2,25	2,12/ 3,60	6,48/ 10,75	0,0378/ 0,0630	9,47/ 15,78	0,166/ 0,277	0,260/ 0,435	28,77/ 47,95	13,05/ 21,75	27,6/ 46,0	0,665/ 1,109	50,48/ 84,50
Борщ из капусты с картофелем (№170)	200\10	250\10	1,9/ 2,25	6,0/ 9,5	9,1/ 11,3	0,0704/ 0,0880	14,128/ 17,66	1,039/ 1,299	0,32/ 0,4	31,54/ 39,43	56,16/ 70,2	28,56/ 35,70	1,136/ 1,420	102,57/ 145,59
Гуляш (№591)	50/75	75/100	16,0/ 24,0	14,9/ 22,3	6,52/ 9,69	0,08/ 0,12	4,62/ 6,16	0,216/ 0,288	4,3/ 5,73	14,9/ 19,8	177,0/ 236,0	19,3/ 25,7	2,46/ 3,28	224,05/ 336,02
Каша гречневая рассыпчатая (№679)	150	200	9,1/ 12,0	5,7/ 7,6	49,0/ 64,7	0,33/ 0,44	-	-	0,6/ 0,8	43,65/ 58,2	185,7/ 247,6	61,05/ 81,40	4,95/ 6,6	284,1/ 374,9
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,14	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/10	0,792/ 1,056	120/ 160
Кефир	200	200	5,8	5,0	7,8	0,08	1,4	0,4	-	240	180	0,012	0,2	106
Всего			38,12/5 1,58	34,38/4 8,88	103,50/1 37,04	0,7062/0, 931	29,618/41, 00	1,821/2, 264	6,8/9,125	267,20/4 16,50	646,35/621 ,47	144,022 /198,81	10,203/ 13,665	887,20/12 07,01
Четверг														
Салат из сежей моркови с маслом растительным (№52)	60	100	0,72/ 1,20	4,08/ 6,8	3,84/ 6,4	0,033/ 0,055	2,598/ 4,330	4,653/ 7,755	2,01/ 3,35	32,976/ 54,96	28,92/ 48,2	24,78/ 41,30	4,280/ 7,147	55,2/ 92,0
Суп картофельный с крупой рисовой(№204)	200	250	2/2,6	2,3/2,9	17,6/ 22,0	0,0872/ 0,109	13,2/ 16,5	0,732/ 0,915	0,296/ 0,37	14,48/ 18,1	32,4/ 40,5	19,68/ 24,60	0,904/ 1,13	99,1/ 123,9
Котлеты рыбные (№510)	80	100	11,7/ 14,6	6,6/ 8,3	12,4/ 15,2	0,0938/ 0,1173	0,269/ 0,337	0,040/ 0,0506	2,453/ 3,06	41,49/ 51,86	46,18/ 57,70	47,46/ 59,30	0,87/ 1,09	156,2/ 193,5
Пюре картофельное (№694)	150	200	3,3/ 4,3	4,5/ 6,0	26,7/ 35,2	0,122/ 0,163	25,8/ 34,4	0,062/ 0,083	0,075/ 0,1	37,2/ 49,6	86,4/ 115,2	29,55/ 39,4	1,068/ 1,425	160,6/ 212,1
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,14	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/10,0	0,792/ 1,32	120/ 160
Сок фруктовый	200	200	1	-	25,06	0,004	0,8	0,26	-	0,6	3,6	-	0,04	104,8
Всего			22,68/2 8,98	18,14/2 4,88	110,20/13 6,66	0,448/0,5 883	42,667/56, 367	5,747/9 ,8106	7,914/8,6 4	135,086/1 86,24	231,94/3 11,12	128,97/1 74,60	7,954/1 2,152	695,90/886 ,30
Пятница														
Салат из свежей белокочанной капусты (№79)	60	100	1,2/1,9	3,0/5,0	3,7/5,9	0,0318/ 0,053	23,97/ 39,95	0,549/ 0,916	2,01/ 3,35	25,86/ 43,10	18,0/ 30,0	9,84/ 16,4	0,554/ 0,924	46,4/ 76,3
Суп картофельный с горохом (№206)	200	250	4,7/ 5,9	4,3/5,4	18,4/ 23,0	0,193/ 0,241	7,7/ 9,63	0,918/ 1,148	0,32/ 0,4	25,04/ 31,30	48,16/ 60,20	26,4/ 33,0	1,592/ 1,990	131,3/ 164,1
Шницель (№608)	80	100	15,2/19	13/16,3	6,3/ 7,8	0,066/ 0,083	0,0576/ 0,072	0,0568/ 0,071	0,536/ 0,67	27,44/ 34,3	162,08/ 202,6	17,52/ 21,9	1,8/ 2,25	205,2/ 253,6
Макаронные изделия отварные (№688)	150	200	5,7/ 7,6	4,3/ 6,0	39,4/ 52,0	0,081/ 0,108	-	0,026/ 0,035	0,075/ 0,1	9,37/ 12,5	41,85/ 55,80	7,65/ 10,2	0,5745/ 0,766	219,3/ 292,3
Хлеб	60	80	3,96/ 5,28	0,66/ 0,88	24,6/ 32,8	0,108/ 0,140	-	-	1,32/ 1,76	8,34/ 11,12	34,44/ 45,92	7,5/ 10,0	0,792/ 1,320	120/ 160

Чай с сахаром (№943)	200\15	200\15	-	-	14,9	-	-	-	-	12,0	8,0	6,0	0,8	59,4
Всего			30,76/3	25,26/3	107,30/1	0,4798/0,6	31,7276/49	1,5488/	4,261/6,2	108,05/1	312,53/4	74,91/97,	6,1125/8,	781,60/10
			9,68	3,58	36,40	25	,652	2,17	8	44,32	02,52	50	05	05,70
Полдник (группа продлённого дня)														
Понедельник	Вторник				Среда				Четверг				Пятница	
Пирожок с повидлом (№ 1026)	Булочка				Ватрушка с повидлом				Булочка сдобная				Сдоба обыкновенная	
Кисель из концентрата (№882) (С-витаминизация)	Кефир				Сок фруктовый				Какао с молоком (№959)				Чай с сахаром(№943)	

Примечание: Исходя из наличия продуктов, в примерном меню возможны изменения, согласно таблице взаимозаменяемости продуктов.

(№—) - рецептура, согласно «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий» для предприятий общественного питания.

Авторы-составители: А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко. – К.: «Издательство Арий», М.:ИКТЦ «Лада», 2009.-680с.; № 25 –рецептура, согласно

«Рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений города Москвы. Вып.4:справочник» Авторы – составители:

Л.И.Сорокина, Г.В. Александрова, Л.Л. Барсукова, И.В. Борисова; под ред. В.Л. Варфоломеевой. – М.: «Ресторанные ведомости»,2003.-312с.

№ 79, 85 – рецептура, согласно«Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников»/ Под ред.

М. П. Могильного. – М.:ДеЛипринт, 2005.