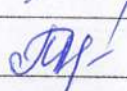


	Завтрак					
54-1г	Макаронны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
293	Курица запеченая (голень курицы)	90	32,7	9,7	39,9	377,6
54-11гн	Чай с медом	200	0,3	0	7,4	30,9
Пром.	Апельсин	100	1,1	0,2	9,7	45,4
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	570	32,2	8,8	71	492,2
	Итого за день	570	32,2	8,8	71	492,2
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	4,6	5,9	0	71,7
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-4м	Котлета из говядины	90	16,4	15,7	14,8	265,7
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого за Завтрак	515	33,2	29,2	64,4	653,9
	Итого за день	515	33,2	29,2	64,4	653,9
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	7	8,9	0	107,5
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	150	4	4,1	21,5	138,4
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Груша	100	0,4	0,3	10,3	45,5
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
	Итого за Завтрак	535	19,6	24,5	66,5	563,4
	Итого за день	535	19,6	24,5	66,5	563,4
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12,5	6,7	5,6	132
648	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экст	200	0	0	30,1	120,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	500	25	21,5	95,2	674,1
	Итого за день	500	25	21,5	95,2	674,1
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	7	8,9	0	107,5
54-10м	Капуста тушеная с мясом	180	22	22	13,3	339,4
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Итого за Завтрак	610	40,4	17,2	58,1	548,1
	Итого за день	610	40,4	17,2	58,1	548,1
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-1г	Макаронны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
293	Курица запеченая (голень курицы)	90	32,7	9,7	39,9	377,6
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1

Пром.	Хлеб пшеничный	27	1,7	0,2	11,3	53,9
	Итого за Завтрак	517	23,5	25,7	54,6	543,8
	Итого за день	517	23,5	25,7	54,6	543,8
	ИТОГО за 10 дней:					
	ИТОГО за 1 день:					
		Масса	Белки	Жиры	Углеводы	ая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Средние показатели за Завтрак	534,8	27,49	21,79	71,43	591,35
	Средние показатели за период	534,8	27,5	21,8	71,4	591,4

Технолог  Анищенко Н.Н.

Повар  Кирман М.В.

При составлении меню использованы сборники рецептов:

1. Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.
2. Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для детей в дошкольных организациях(от 1 до 7 лет) /Новосибирск, 2021 г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий общественного питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ»,2004г