

Утверждено

Директор МБОУ Каспьянской СШ

Кривцов И.М.

Приказ № 98 от 30.08.2024г



МЕНЮ
приготовленных блюд для организации
для обучающихся 5-11 классов
(дети с ОВЗ и инвалиды)
на 2024-2025 учебный год

День 1 Понедельник (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
61.	Салат из свежих помидоров	90,00	1,08	8,47	4,60	100,00	17,21	17,62	32,12	0,83	0,09	20,30	0,00
265.	Макароны с сыром	200,00/20	12,14	14,96	47,96	382,00	224,22	41,86	191,10	1,32	0,18	0,32	0,10
382	Какао с молоком	200,00	3,78	0,67	26,00	125,11	133,33	25,56	111,11	2,00	0,02	1,33	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Плетенка	30,00	2,36	9,15	15,02	153,00	7,80	9,94	27,40	0,62	0,04	0,00	0,05
	ВСЕГО:		21,60	33,69	113,34	852,07	391,76	104,98	404,13	6,01	0,37	21,95	0,15

День 1 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
118	Суп картофельный с горохом	250,00	5,48	4,74	19,74	146,00	43,84	40,30	109,42	2,02	0,23	15,25	0,02
330	Каша рисовая с маслом	200,00	4,98	11,80	32,14	256,00	129,80	29,44	138,40	0,42	0,06	1,32	0,06
433	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	ХЛЕБ пшеничный(батон)	40,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
207	Куры отварные	90,00	15,28	5,90	0,56	117,00	15,63	15,46	137,67	1,18	0,05	0,15	0,05
	ВСЕГО:		31,34	23,33	106,53	761,49	212,92	112,80	470,93	5,76	0,42	16,82	0,13

День 2 Вторник (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
317	Овощное рагу	200,00	3,66	7,98	1,90	174,00	69,56	44,44	94,70	1,52	0,12	47,58	0,04
433	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	Кондитерские изделия (печенье)	50,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00
	ВСЕГО:		9,28	12,17	56,01	718,49	93,69	72,04	180,90	3,66	0,20	47,68	0,04

День 2 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
96	Борщ из свежей капусты	250,00	2,06	5,27	13,01	108,00	42,89	22,33	55,50	1,20	0,05	20,46	0,03
327	Каша " Дружба"	200,00	5,86	12,04	33,16	264,00	125,24	36,32	152,66	0,78	0,12	1,22	0,06
433	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
88	Бутерброд с маслом 40/10	40-10	2,36	9,15	15,02	153,00	7,80	9,94	27,40	0,62	0,04	0,00	0,05
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
	ВСЕГО:		12,72	26,95	95,96	673,96	190,38	82,99	286,20	4,70	0,25	21,78	0,14

День 3 среда (завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
12	Огурец свежий	50,00	4,00	0,05	1,30	7,00	11,50	7,00	21,00	0,30	0,01	5,00	0,00
238	Рыба припущенная	90,00	19,56	0,72	0,36	86,00	35,42	37,38	258,52	0,84	0,10	1,62	0,00
443	Пюре картофельное	200,00	4,32	7,46	29,40	208,00	92,66	45,98	128,94	1,86	0,20	34,60	0,04
395.	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	9,98	104,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00
89.	Бутерброд с повидлом 30-20	30-20	2,39	0,90	28,00	129,00	9,40	11,30	27,30	0,86	0,05	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
	ВСЕГО:		32,51	9,57	88,80	625,96	158,38	111,66	478,16	5,13	0,40	41,32	0,04

День 3 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
119	Суп картоф. с перловкой	250,00	2,72	4,54	20,54	137,00	21,02	26,52	88,05	1,02	0,11	16,50	0,02
323	Каша пшенная молочная	200,00	8,18	12,80	42,46	318,00	129,12	53,22	197,54	1,42	0,22	1,20	0,06
433	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	ХЛЕБ пшеничный(батон)	40,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00
	ВСЕГО:		16,52	21,53	117,11	999,49	174,27	107,34	371,79	4,58	0,41	17,80	0,08

День 4 Четверг (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
45.	Салат из капусты	90,00	11,53	5,07	9,03	86,70	51,62	14,80	27,03	0,62	0,02	38,47	0,00
208.	Плов с мясом птицы	200,00	55,73	23,64	55,68	462,00	32,99	82,43	200,22	1,63	0,07	4,66	0,02
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Плетенка	30,00	2,36	9,15	15,02	153,00	7,80	9,94	27,40	0,62	0,04	0,00	0,05
	ВСЕГО:		76,06	43,35	120,50	857,66	114,86	130,57	315,29	15,97	12,17	56,23	14,07

День 4 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
132	Суп молочный с макаронами	250,00	5,65	5,91	21,06	161,00	156,00	26,56	136,08	0,39	0,10	1,62	0,03
302	Каша гречневая с маслом	200,00	8,90	4,10	39,84	231,86	14,60	140,00	210,00	5,01	0,20	0,00	0,00
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	ХЛЕБ пшеничный(батон)	40,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00
	ВСЕГО:		20,17	14,20	115,01	937,35	194,73	194,16	432,28	7,54	0,38	1,72	0,03

День 5 Пятница (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
17	Салат "Бурячок"	90,00	1,60	8,48	7,88	113,00	15,77	10,56	24,03	0,73	0,01	6,24	0,00
158	Жаркое по-домашнему	200,00	29,09	10,15	28,72	328,00	36,39	56,82	284,93	4,46	0,41	28,14	0,00
434	Чай с лимоном	200,00	0,26	0,05	15,22	59,00	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	2,90	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Батон	30,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
	ВСЕГО:		36,35	19,52	90,90	685,49	78,61	95,82	395,94	7,37	0,50	37,28	0,00

День 5 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
137	Суп рисовый с курицей	250,00	9,01	5,16	12,44	134,00	13,00	16,52	100,67	0,91	0,04	2,30	0,04
328	Каша молочная манная	200,00	5,96	11,80	31,02	254,00	133,36	19,90	119,02	0,42	1,08	1,32	0,06
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
88	Бутерброд с маслом 40/10	40-10	2,36	9,15	15,02	153,00	7,80	9,94	27,40	0,62	0,04	0,00	0,05
	ВСЕГО:		19,77	26,60	93,25	689,96	168,61	60,76	297,73	4,05	1,20	3,72	0,15

День 6 Понедельник (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
445.	Каша гречневая	200,00	11,66	8,82	57,42	231,86	14,60	140,00	210,00	5,01	0,20	0,00	0,00
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00
383.	Кисель плод./ягодный	200,00	0,00	0,00	9,98	119,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00
ГОСТ	Плетенка	30,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
	ВСЕГО:		17,08	12,96	106,50	838,35	33,68	163,20	287,96	6,32	0,28	0,00	0,00

День 6 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
103	Рассольник Ленинградский	250,00	2,52	5,50	17,62	133,00	25,95	26,97	78,50	1,02	0,11	17,26	0,03
309	Макароны с маслом	200,00	17,54	18,70	115,86	473,00	3,10	27,40	146,74	5,10	0,32	0,00	0,00
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	ХЛЕБ пшеничный(батон)	40,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
207	Куры отварные	90,00	15,28	5,90	0,56	117,00	15,63	15,46	137,67	1,18	0,05	0,15	0,05
	ВСЕГО:		40,94	30,99	188,13	965,49	68,33	97,43	448,35	9,44	0,56	17,51	0,08

День 7 Вторник (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
306	Кукуруза консервированная	70,00	1,55	0,10	3,25	20,10	10,00	10,50	31,00	0,35	0,06	5,00	0,00
443.	Пюре картофельное	200,00	4,32	7,46	29,40	208,00	92,66	45,98	128,94	1,86	0,20	34,60	0,04
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
89.	Бутерброд с повидлом 30-20	30-20	2,39	0,90	28,00	129,00	9,40	11,30	27,30	0,86	0,05	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
	ВСЕГО:		10,72	12,25	95,44	808,06	126,99	82,18	238,64	5,17	0,35	39,80	0,04

День 7 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
118	Суп картоф.с горохом	250,00	5,48	4,74	19,74	146,00	43,84	40,30	109,42	2,02	0,23	15,25	0,02
330	Каша рисовая с маслом	200,00	4,98	11,80	32,14	256,00	129,80	29,44	138,40	0,42	0,06	1,32	0,06
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
88	Бутерброд с маслом 40/10	40-10	2,36	9,15	15,02	153,00	7,80	9,94	27,40	0,62	0,04	0,00	0,05
	ВСЕГО:		19,26	31,18	107,67	710,96	203,89	103,08	335,86	16,16	12,37	29,67	14,13

День 8 Среда (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
45.	Салат из капусты	90,00	1,33	6,08	8,52	94,12	43,00	16,00	28,32	0,52	0,02	24,43	0,00
265.	Макароны с сыром	200,00/20	12,14	14,96	47,96	382,00	224,22	41,86	191,10	1,32	0,18	0,32	0,10
422	Кофейный напиток	200,00	1,40	1,60	22,31	105,00	60,40	7,00	45,00	0,09	0,02	0,65	0,01
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Печенье	50,00	2,36	9,15	15,02	153,00	7,80	9,94	27,40	0,62	0,04	0,00	0,05
	ВСЕГО:		19,47	32,23	113,57	826,08	344,62	84,80	334,22	3,79	0,30	25,40	0,16

День 8 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
150	Щи из свежей капусты	250,00	1,97	5,32	9,33	94,00	42,44	21,12	49,97	0,76	0,08	30,89	0,03
327	Каша " Дружба"	200,00	5,86	12,04	33,16	264,00	125,24	36,32	152,66	0,78	0,12	1,22	0,06
433	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	ХЛЕБ пшеничный(батон)	40,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00
	ВСЕГО:		13,45	21,55	96,60	902,49	191,81	85,04	288,83	3,68	0,28	32,21	0,09

День 9 Четверг (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
64.	Салат из свеклы с маслом	90,00	1,40	8,42	8,45	115,00	38,45	20,90	40,42	1,33	0,01	9,40	0,00
330.	Каша рисовая с маслом	200,00	4,98	11,80	32,14	256,00	129,80	29,44	138,40	0,42	0,06	1,32	0,06
280.	Фрикадельки мясные	90,00	21,32	9,93	0,87	178,13	14,74	26,88	219,30	3,34	0,08	1,00	20,00
434.	Чай с лимоном	200,00	0,26	0,05	15,22	59,00	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	2,90	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Плетенка	30,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
	ВСЕГО:		33,36	31,04	95,76	793,62	209,44	105,66	485,10	7,27	0,23	14,62	20,06

День 9 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводды г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
143	Суп с макаронами с мясом	250,00	7,14	5,25	15,52	140,00	16,94	20,27	85,70	3,08	0,08	1,89	0,02
323	Каша пшенная молочная	200,00	8,18	12,80	42,46	318,00	129,12	53,22	197,54	1,42	0,22	1,20	0,06
433	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	ХЛЕБ пшеничный(батон)	40,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00
	ВСЕГО:		20,94	22,24	112,09	1002,49	170,19	101,09	369,44	6,64	0,38	3,19	0,08

День 10 Пятница (Завтрак)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
323.	Каша пшенная молочная	200,00	8,18	12,80	42,46	318,00	129,12	53,22	197,54	1,42	0,22	1,20	0,06
164.	Котлета	90,00	0,02	3,30	0,02	302,00	0,48	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,02
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	ХЛЕБ пшеничный(батон)	30,00	3,16	0,40	19,32	93,53	9,20	13,20	34,80	0,04	0,04	0,00	0,00
ГОСТ	Хлеб	30,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
	ВСЕГО:		13,80	16,99	96,57	862,49	153,25	80,82	283,74	3,56	0,30	1,30	0,08

День 10 (Обед)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергоненность ккал.	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
124	Суп картофельный с мясом	250,00	7,20	5,44	20,00	161,00	22,89	37,15	126,70	3,77	0,17	24,00	0,02
328	Каша молочная манная	200,00	5,96	11,80	31,02	254,00	133,36	19,90	119,02	0,42	1,08	1,32	0,06
433.	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,05	15,01	57,00	5,25	4,40	8,24	0,86	0,00	0,10	0,00
ГОСТ	Хлеб	40,00	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,04	0,00	0,00
88	Бутерброд с маслом 40/10	40-10	2,36	9,15	15,02	153,00	7,80	9,94	27,40	0,62	0,04	0,00	0,05
	ВСЕГО:		17,96	26,88	100,81	716,96	178,50	81,39	323,76	6,91	1,33	25,42	0,13