СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 14

Май 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "НВ - Групп"

(Редькина В.В.)

Май 2022г

Перспективное 15-ти дневное меню

рационов питания (завтрак, обед) для обеспечения питанем детей и подростков в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием для детей и подростков возрастных групп 6-11 лет города-курорта Кисловодска 2022 года (лето).

Приём пищи	Наименование блюда	Выход 6-11 лет	Масса порции, г	Пищевые вещества Б	Ж	У	Энерг. цен.(ккал	№ рецептуры
1	2		3	4	5	6	7	8
Неделя 1. День 1								
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сгущенным	180/20	200	17,17	12,23	2,69	353,6	№223 сб. 2017г.
	Чай с лимоном	200/15/7	207	0,2	0	32	130	377,СБ ШП 2005г
	Печенье (1 шт в инд упаковке)	1 шт	30	2,25	4,8	20,7	135	ГОСТ
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
Итого за завтрак			497	24,36	17,63	84,37	759,6	
ОБЕД	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Суп из овощей с горошком зелёным конс.	200/5	205	1,75	4,93	14,3	108,3	99,СБ ШП 2005г
	Котлеты рубленные из птицы	90	90	16,2	24,2	15,6	346	294,СБ ШП 2005г
	Каша рассыпчатая пшеничная	150/5	155	5,02	5,7	31,4	196,6	302,СБ ШП 2005г
	Сок фруктовый в ассортименте	200	200	1	0	20	80	389 сб. 2017г.
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	50	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
Итого за обед			770	28,84	35,91	111,18	880,23	
Итого за день			1267	53,2	53,54	195,55	1639,83	
Неделя 1. День 2								
ЗАВТРАК	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017г.
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с сахаром	200/10	210	6,1	3,8	44,9	238	175,СБ ШП 2005г
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,8	3,21	19,5	121,3	379,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
	Фрукты св. (по сезону)	1 шт	150	0,8	0	25,2	104	338,СБ ШП 2005г
Итого за завтрак			645	22,48	23,71	118,71	778,3	

ОБЕД	Помидор свежий (порционно)	60	60	0,16	0,46	0,91	8,5	74,СБ ШП 2005г
	Рассольник ленинградский	200/5	205	2,53	2,73	21,68	121,25	108,СБ ШП 2005г
	Шницель из говядины говядины	90	90	15	22,4	12,8	314	268,СБ ШП 2005г
	Макароны отварные с маслом	150/5	155	6,4	5,8	34,3	215,3	309,СБ ШП 2005г
	Компот из свежих плодов (по сезону)	200	200	0,2	0	25,7	105	342,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г
Итого за обед			**770**	**29,03**	**31,99**	**124,37**	**905,05**	
Итого за день			**1415**	**51,51**	**55,7**	**243,08**	**1683,35**	
Неделя 1. День 3								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с сахаром	200/10	210	8,56	3,81	54,17	296	174,СБ ШП 2017г
	Чай с сахаром	200/15	200	0,07	0,02	11,1	44,5	376,СБ ШП 2005г
	Булочка сдобная с джемом пром производства (1 шт в инд упаковке)	1 шт	70	3,75	6,6	30,45	166	ТУ
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г
Итого за завтрак			540	17,12	11,03	124,7	647,5	
ОБЕД	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Суп с рисовой крупой и томатом	200	200	3,13	5,2	20	138,5	116,СБ ШП 2005г
	Рагу из птицы	90/150	240	21,4	25,9	29,3	436,8	289, СБ ШП 2005г
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,08	0	21,82	87,6	349,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г
Итого за обед			**760**	**29,48**	**32,18**	**101**	**916,63**	
Итого за день			**1300**	**46,6**	**43,21**	**225,7**	**1564,13**	
Неделя 1. День 4								
ЗАВТРАК	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017г.
	Каша вязк. молочная из хлопьев овс. с /с	200/10	210	9,5	6,55	63,5	351	173,СБ ШП 2005г
	Какао с молоком	200	200	4,2	3,63	17,28	118,7	382,СБ ШП 2005г

	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
	Фрукты св. (по сезону)	1 шт	150	0,8	0	25,2	104	338,СБ ШП 2005г
Итого за завтрак			**645**	**26,28**	**26,88**	**135,09**	**888,7**	
ОБЕД	Помидор свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Борщ со сметаной	200/5	205	1,63	4,83	12,1	98,25	81,СБ ШП 2005г
	Тефтели рыбные(минтай) с соусом томатным	90/50	140	13,6	8,2	12,8	178	394/587,СБ 2004г
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,6	5,9	25,74	170,3	310/312, СБ ШП 2005г
	Кисель из сока фруктового	200	200	0,43	0,12	38,62	157,6	359 сб. 2017г.
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
Итого за обед			**880**	**28,09**	**20,85**	**139,18**	**857,88**	
Итого за день			**1525**	**54,37**	**47,73**	**274,27**	**1746,58**	
Неделя 1. День 5								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	
	Омлет натуральный	200	200	25,6	44,4	21,2	585,2	210,СБ ШП 2005г
	Чай с лимоном	200/15/7	207	0,2	0	32	130	377,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
Итого за завтрак			**527**	**31,26**	**47,82**	**86,8**	**903**	
ОБЕД	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,16	0,46	0,91	8,5	74,СБ ШП 2005г
	Суп картофельный с бобовыми	200	200	6,88	5,33	26,1	179,8	102,СБ ШП 2005г
	Плов из курицы	90/150	240	29,8	38	48,2	654	291,СБ ШП 2005г
	Компот из свежих плодов (по сезону)	200	200	0,2	0	25,7	105	342,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
Итого за обед			**760**	**41,78**	**44,39**	**129,89**	**1192,7**	
Итого за день			**1287**	**73,04**	**92,21**	**216,69**	**2095,7**	
Неделя 2. День 6								

ЗАВТРАК	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017г.
	Суп молочный с макаронными изделиями	200/10	210	3,18	3,89	21,44	434	120,СБ ШП 2005г
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,8	3,21	19,5	121,3	379,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож.1,СБ ДОУ,2012г
	Фрукты св. (по сезону)	1 шт	150	0,8	0	25,2	104	338,СБ ШП 2005г
Итого за завтрак			**645**	**19,56**	**23,8**	**95,25**	**974,3**	
ОБЕД	Помидор свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Суп картофельный рисовой крупой	200	200	2	2,73	20,9	116,3	101,СБ ШП 2005г
	Запеканка картофельная с мясом	280/10	290	32	36,6	30,6	580	284,СБ ШП 2005г
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,08	0	21,82	87,6	349,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож.1,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож.1,СБ ДОУ,2012г
Итого за обед			**810**	**38,95**	**40,41**	**103,2**	**1037,63**	
Итого за день			**1455**	**58,51**	**64,21**	**198,45**	**2011,93**	
Неделя 2 . День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая с сахаром	200/10	210	13,31	7,31	45	304	183 СБ 2017г.
	Чай с сахаром	200/15	200	0,07	0,02	11,1	44,5	376,СБ ШП 2005г
	Печенье (1шт в индивидуальной упаковке)	1 шт	50	4	6,5	33,5	210	
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
Итого за завтрак			**520**	**22,12**	**14,43**	**118,58**	**699,5**	
ОБЕД	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	205	1,73	4,93	8,35	84,8	87,СБ ШП 2005г
	Котлеты рубленные из птицы	90	90	17,6	13,8	4,4	218	299,СБ ШП 2005г
	Рис отварной	150/5	155	4,4	7,6	39,4	244	304,СБ ШП 2005г
	Сок фруктовый в ассортименте	200	200	1	0	20	80	389 сб. 2017г.
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож.1,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож.1,СБ ДОУ,2012г

...а обед			**770**	**29,6**	**27,41**	**102,03**	**880,53**	
...го за день			**1290**	**51,72**	**41,84**	**220,61**	**1580,03**	
		Неделя 2 . День 8						
ЗАВТРАК	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017г.
	Каша молочная рисовая с сахаром	200/10	210	8,5	3,75	33,6	202,5	173,СБ ШП 2005г
	Какао с молоком	200	200	4,2	3,63	17,28	118,7	382,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Фрукты св. (по сезону)	1 шт	150	0,8	0	25,2	104	338,СБ ШП 2005г
Итого за завтрак			**645**	**25,28**	**24,08**	**105,19**	**740,2**	
ОБЕД	Помидор свежий (порционно)	60	60	0,16	0,46	0,91	8,5	74,СБ ШП 2005г
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	200	2,53	2,73	21,7	121,3	112,СБ ШП 2005г
	Рагу из птицы	90/150	240	21,4	25,9	29,3	436,8	289. СБ ШП 2005г
	Компот из свежих плодов (по сезону)	200	200	0,2	0	25,7	105	342,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Приложение 1,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	
Итого за обед			**760**	**29,03**	**29,69**	**106,59**	**917**	
Итого за обед			**1405**	**54,31**	**53,77**	**211,78**	**1657,2**	
		Неделя 2 . День 9						
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сгущенным	180/20	220	17,17	12,23	2,69	353,6	№223 сб. 2017г.
	Чай с лимоном	200/15/7	207	0,2	0	32	130	377,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Приложение 1,СБ ДОУ,2012г
Итого за завтрак			**487**	**22,11**	**12,83**	**63,67**	**624,6**	
ОБЕД	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71. СБ ШП 2005г
	Суп из овощей со сметаной	200/5	205	5,08	5,35	23,85	163,75	99,СБ ШП 2005г
	Голубцы ленивые с соусом сметанным	120/15	135	10,61	6,81	15,04	164	№315 сб. 2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	150	155	5,02	5,7	31,4	196,6	302,СБ ШП 2005г
	Кисель из сока фруктового	200	200	0,68	0	35,26	143,8	350 сб. 2017г.
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Приложение 1,СБ ДОУ,2012г

	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	ДОУ,2012г
Итого за обед			**815**	**26,26**	**18,94**	**135,43**	**921,88**	
Итого за день			**1302**	**48,37**	**31,77**	**199,1**	**1546,48**	
			Неделя 2 . День 10					
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	
	Омлет с сыром	180	180	21,51	35,31	3,06	417	211 сб. 2017г.
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,8	3,21	19,5	121,3	379,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Фрукты св. (по сезону)	1 шт	150	0,8	0	25,2	104	338,СБ ШП 2005г
Итого за завтрак			**650**	**31,57**	**41,94**	**81,36**	**830,1**	
ОБЕД	Помидор свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Суп картофельный с бобовыми	200	200	6,88	5,33	26,1	179,8	102,СБ ШП 2005г
	Биточки рыбные(минтай)	90	90	14,8	18,8	5,2	274	234,СБ ШП 2005г
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,6	5,9	25,74	170,3	310/312, СБ ШП 2005г
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,08	0	21,82	87,6	349,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	ДОУ,2012г
Итого за обед			**765**	**30,23**	**31,11**	**108,74**	**965,43**	
Итого за день			**1415**	**61,8**	**73,05**	**190,1**	**1795,53**	
			Неделя 3 . День 11					
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена с сахаром	200/10	210	6,1	3,8	44,9	238	175,СБ ШП 2005г
	Чай с сахаром	200/15	200	0,07	0,02	11,1	44,5	376,СБ ШП 2005г
	Печенье (1 шт в инд упаковке)	1 шт	30	2,25	4,8	20,7	135	ГОСТ
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
Итого за завтрак			**500**	**13,16**	**9,22**	**105,68**	**558,5**	
ОБЕД	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	205	1,73	4,88	14,7	109,5	82,СБ ШП 2005г
	Котлеты Московские	90	90	16,8	22,8	12	338	270,СБ ШП 2005г
	Макароны отварные с маслом	150/5	155	6,6	5,4	31,7	202,1	309,СБ ШП 2005г

	Компот из свежих плодов (по сезону)	200	200	0,2	0	25,7	105	342,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	ДОУ,2012г
Итого за обед			**770**	**30,2**	**34,16**	**113,98**	**1008,33**	
Итого за день			**1270**	**43,36**	**43,38**	**219,66**	**1566,83**	
			Неделя 3 . День 12					
ЗАВТРАК	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017г.
	Каша вязк. молочная из хлопьев овс. с сахаром	200/10	210	9,5	6,55	63,5	351	173,СБ ШП 2005г
	Какао с молоком	200	200	4,2	3,63	17,28	118,7	382,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Фрукты св. (по сезону)	1 шт	150	0,8	0	25,2	104	338,СБ ШП 2005г
Итого за завтрак			**645**	**26,28**	**26,88**	**135,09**	**888,7**	
ОБЕД	Помидор свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Суп картофельный с клёцками	200	200	2,53	2,73	21,68	121,25	108,СБ ШП 2005г
	Плов из курицы	90/150	240	29,8	38	48,2	654	291,СБ ШП 2005г
	Сок фруктовый в ассортименте	200	200	1	0	20	80	389 сб. 2017г.
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	ДОУ,2012г
Итого за обед			**820**	**42,16**	**42,53**	**139,8**	**1108,98**	
Итого за день			**1465**	**68,44**	**69,41**	**274,89**	**1997,68**	
			Неделя 3 . День 13					
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сгущенным	180/20	220	17,17	12,23	2,69	353,6	№223 сб. 2017г.
	Чай с лимоном	200/15/7	207	0,2	0	32	130	377,СБ ШП 2005г
	Шоколад	1 шт	15	2	0,4	18,1	105	ГОСТ
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
Итого за завтрак			**502**	**24,11**	**13,23**	**81,77**	**729,6**	
	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	200	2,53	2,73	21,7	121,3	112,СБ ШП 2005г

ОБЕД	Котлеты рубленные из птицы	90	90	16,2	24,2	15,6	346	294,СБ ШП 2005г
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,6	5,9	25,74	170,3	310/312, СБ ШП 2005г
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,08	0	21,82	87,6	349,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	ДОУ,2012г
Итого за обед			**825**	**31,24**	**34,63**	**134,78**	**978,93**	
Итого за день			**1327**	**55,35**	**47,86**	**216,55**	**1708,53**	
Неделя 3 . День 14								
ЗАВТРАК	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017г.
	Суп молочный с макаронными изделиями	200/10	210	3,18	3,89	21,44	434	120,СБ ШП 2005г
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,8	3,21	19,5	121,3	379,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Фрукты св. (по сезону)	1 шт	150	0,8	0	25,2	104	338,СБ ШП 2005г
Итого за завтрак			**645**	**19,56**	**23,8**	**95,25**	**974,3**	
ОБЕД	Помидор свежий (порцинно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Суп из овощей со сметаной	200/5	205	5,08	5,35	23,85	163,75	99,СБ ШП 2005г
	Тефтели из говядины 1-й вариант	90/60	150	13,8	20	20,5	316	278,СБ ШП 2005г
	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	155	5,02	5,7	31,4	196,6	302,СБ ШП 2005г
	Компот из свежих плодов (по сезону)	200	200	0,2	0	25,7	105	342,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	ДОУ,2012г
Итого за обед			**890**	**32,93**	**32,85**	**151,37**	**1035,08**	
Итого за день			**1535**	**52,49**	**56,65**	**246,62**	**2009,38**	
Неделя 3 . День 15								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	
	Омлет натуральный	200	200	25,6	44,4	21,2	585,2	210,СБ ШП 2005г
	Чай с сахаром	200/15	200	0,07	0,02	11,1	44,5	376,СБ ШП 2005г
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	ДОУ,2012г
Итого за завтрак			**520**	**31,13**	**47,84**	**65,9**	**817,5**	

ОБЕД	Огурец свежий (порционно)	60	60	0,13	0,48	0,9	8,33	71, СБ ШП 2005г
	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	200/5	205	4,3	7,2	10.8	125	89,СБ ШП 2005г
	Биточки рыбные (минтай)	90	90	14,8	18,8	11,6	274	234,СБ ШП 2005г
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,6	5,9	25,74	170,3	310/312, СБ ШП 2005г
	Сок фруктовый в ассортименте	200	200	1	0	20	80	389 сб. 2017г.
	Хлеб пшеничный	60	60	4,74	0,6	28,98	141	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
	Хлеб ржаной	60	60	3,96	0,72	20,04	104,4	Прилож 1,СБ ДОУ,2012г
Итого за обед			**830**	**32,53**	**33,7**	**118,06**	**903,03**	
Итого за день			**1350**	**63,66**	**81,54**	**183,96**	**1720,53**	
Среднее значение за период			**1280,20**	**52,16**	**53,47**	**207,02**	**1644,43**	

* - 1 вариант - Картофель отварной Применяется при отсутствии на пищеблоке протирочной машины
2 вариан - Картофельное пюре Применяется при наличии на пищеблоке протирочной машины

При составлении использовались:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет оздоровительных учреждений Пермь 2012г. Под ред. А.Я. Перевалов
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий дляпитания школьников Дели принт г. Москва 2017 г. Под ред М.П. Могильный
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для г. Москва "Лада" 2005г. А.И. Здобнов
Единый сборний технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий Пермь 2021г.под ред. А.Я. Перевалов