



Утверждено  
ИП Сировская Т.В.  
Т.В. Сировская  
мп



Согласовано  
Директор МАОУ "СОШ № 4 им. Е.А. Жданова" г.Колпашево  
Л.А. Колотовкина  
мп

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ завтрак + обед) Возрастная категория: 7-11 лет - 156,41 руб; 12 лет и старше - 170,81 руб. (с 01.02.2025)

| Номер тех. карты         | Наименование                               | Выход блюд |            | Белки        |              | Жиры        |              | Углеводы     |               | Эн.цен. ККАЛ  |               | Цена         |               |
|--------------------------|--|------------|------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
|                          |  | 7-11 лет   | 12-18 лет  | 7-11 лет     | 12-18 лет    | 7-11 лет    | 12-18 лет    | 7-11 лет     | 12-18 лет     | 7-11 лет      | 12-18 лет     | 7-11 лет     | 12-18 лет     |
| <b>1 день</b>            |  |            |            |              |              |             |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-16к-2020              | Каша "Дружба"                              | 200        | 250        | 4,9          | 6,13         | 6,9         | 8,63         | 24,6         | 30,75         | 179,9         | 224,88        | 33,29        | 41,61         |
| 54-1з-2020               | Сыр твердых сортов в нарезке               | 10         | 20         | 2,33         | 4,7          | 3,00        | 6,0          | 0            | 0             | 36,36         | 72,67         | 10           | 20            |
| 54-2гн-2020              | Чай черный байховый с сахаром              | 200        | 200        | 0,2          | 0,2          | 0           | 0            | 6,4          | 6,4           | 26,4          | 26,4          | 3,00         | 3,00          |
| № 428                    | Булочка школьная                           | 30         | 30         | 3            | 3            | 1           | 1            | 18           | 18            | 92            | 92            | 10,00        | 10,00         |
| ПР                       | Хлеб                                       | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6         | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |
|                          | <b>Итого:</b>                              | <b>500</b> | <b>600</b> | <b>15,23</b> | <b>18,8</b>  | <b>11,5</b> | <b>16,23</b> | <b>79,4</b>  | <b>85,52</b>  | <b>588,5</b>  | <b>719,95</b> | <b>60,69</b> | <b>79,01</b>  |
| <b>Второй прием пищи</b> |  |            |            |              |              |             |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-8с-2020               | Суп картофельный с горохом                 | 200        | 250        | 7,1          | 8,88         | 4,32        | 5,4          | 18,46        | 23,08         | 141,1         | 176,38        | 10,26        | 27,83         |
| ПР                       | Фрукты                                     | 100        | 0          | 0,27         | 0            | 0,27        | 0            | 5,93         | 0             | 26,87         | 0             | 37,24        | 0,00          |
| ПР                       | Хлеб                                       | 30         | 60         | 2,4          | 4,8          | 0,3         | 0,6          | 15,2         | 30,4          | 74,83         | 149,65        | 2,20         | 4,40          |
| ПР                       | Сок  | 200        | 200        | 0,8          | 0,8          | 0,6         | 0,6          | 0,2          | 0,2           | 100           | 100           | 21,00        | 21,00         |
|                          | <b>Итого:</b>                              | <b>530</b> | <b>510</b> | <b>10,57</b> | <b>14,48</b> | <b>5,49</b> | <b>6,6</b>   | <b>39,79</b> | <b>53,7</b>   | <b>342,8</b>  | <b>426,03</b> | <b>70,70</b> | <b>53,23</b>  |
| <b>2 день</b>            |  |            |            |              |              |             |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-25м                   | Курица тушеная с морковью                  | 100        | 100        | 14,1         | 14,1         | 5,7         | 5,7          | 4,4          | 4,4           | 126,4         | 126,4         | 63,37        | 63,37         |
| 54-5г-2020               | Каша перловая рассыпчатая                  | 150        | 180        | 4,4          | 5,28         | 5,9         | 7,08         | 33,6         | 40,32         | 205,3         | 246,36        | 15,27        | 18,32         |
| 54-2гн-2020              | Чай черный байховый с сахаром              | 200        | 200        | 0,2          | 0,2          | 0           | 0            | 6,4          | 6,4           | 26,4          | 26,4          | 3,00         | 3,00          |
| ПР                       | Хлеб                                       | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6         | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |
|                          | <b>Итого:</b>                              | <b>510</b> | <b>540</b> | <b>23,5</b>  | <b>24,38</b> | <b>12,2</b> | <b>13,38</b> | <b>74,8</b>  | <b>81,49</b>  | <b>507,75</b> | <b>548,81</b> | <b>86,04</b> | <b>89,09</b>  |
| <b>Второй прием пищи</b> |  |            |            |              |              |             |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-2с-2020               | Борщ с капустой и картофелем со сметаной   | 200        | 250        | 1,72         | 2,15         | 4,88        | 6,1          | 10,37        | 12,97         | 92,33         | 115,42        | 23,82        | 38,93         |
| 54-2гн-2020              | Чай черный байховый с сахаром              | 200        | 200        | 0,2          | 0,2          | 0           | 0            | 6,4          | 6,4           | 26,4          | 26,4          | 3,00         | 3,00          |
| ПР                       | Фрукты                                     | 100        | 0          | 0,27         | 0            | 0,27        | 0            | 5,93         | 0             | 26,87         | 0             | 34,59        | 0,00          |
| ПР                       | Хлеб                                       | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6         | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |
|                          | <b>Итого:</b>                              | <b>560</b> | <b>510</b> | <b>6,99</b>  | <b>7,15</b>  | <b>5,75</b> | <b>6,7</b>   | <b>53,1</b>  | <b>49,74</b>  | <b>295,25</b> | <b>291,47</b> | <b>65,81</b> | <b>46,33</b>  |
| <b>3 день</b>            |  |            |            |              |              |             |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-3р-2020               | Котлета рыбная (минтай)                    | 100        | 100        | 14,2         | 14,2         | 2,8         | 2,8          | 7,4          | 7,4           | 110,6         | 110,6         | 68,18        | 68,18         |
| 54-1г-2020               | Макароны отварные                          | 150        | 180        | 5            | 6            | 5,3         | 6,36         | 35           | 42            | 208           | 249,6         | 15,83        | 19,00         |
| № 428                    | Булочка школьная                           | 0          | 50         | 0            | 5            | 0           | 1,67         | 0            | 30            | 0             | 153,33        | 0,00         | 15,22         |
| 54-2гн-2020              | Чай черный байховый с сахаром              | 200        | 200        | 0,2          | 0,2          | 0           | 0            | 6,4          | 6,4           | 26,4          | 26,4          | 3,00         | 3,00          |
| ПР                       | Хлеб                                       | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6         | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |
|                          | <b>Итого:</b>                              | <b>510</b> | <b>590</b> | <b>24,2</b>  | <b>30,2</b>  | <b>8,7</b>  | <b>11,43</b> | <b>79,2</b>  | <b>116,17</b> | <b>374,94</b> | <b>475,56</b> | <b>91,41</b> | <b>109,80</b> |
| <b>Второй прием пищи</b> |  |            |            |              |              |             |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-10с-2020              | Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) | 200        | 200        | 1,96         | 1,96         | 4,93        | 4,93         | 11,65        | 11,65         | 98,88         | 98,88         | 11,76        | 28,39         |
| ПР                       | Йогурт                                     | 100        | 100        | 2,5          | 2,5          | 1,2         | 1,2          | 16           | 16            | 85            | 85            | 44           | 44            |
| ПР                       | Сок 0,2                                    | 200        | 200        | 0            | 0            | 0           | 0            | 22           | 22            | 100           | 100           | 27           | 27            |
| ПР                       | Хлеб                                       | 30         | 30         | 2,4          | 2,4          | 0,3         | 0,3          | 15,2         | 15,2          | 74,83         | 74,83         | 2,20         | 2,20          |
|                          | <b>Итого:</b>                              | <b>530</b> | <b>530</b> | <b>6,86</b>  | <b>6,86</b>  | <b>6,43</b> | <b>6,43</b>  | <b>64,85</b> | <b>64,85</b>  | <b>358,71</b> | <b>358,71</b> | <b>84,96</b> | <b>101,59</b> |
| <b>4 день</b>            |  |            |            |              |              |             |              |              |               |               |               |              |               |



|               |  |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
|---------------|--|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| 347           | Котлета "Школьная"                       | 90         | 100        | 13,77        | 15,3         | 9,9          | 11           | 11,97        | 13,3          | 191,7         | 213           | 71,40        | 79,33         |
| 54-3соус-2020 | Соус красный основной                    | 30         | 0          | 0,96         | 0            | 0,78         | 0            | 2,76         | 0             | 22,08         | 0             | 1,50         | 0,00          |
| 54-4г-2020    | Каша гречневая рассыпчатая               | 150        | 180        | 8,2          | 9,84         | 6,5          | 7,8          | 42,8         | 51,36         | 262,4         | 314,88        | 20,80        | 25,00         |
| 54-7хн-2020   | Компот из смеси сухофруктов              | 0          | 200        | 0            | 0,6          | 0            | 0            | 0            | 22,7          | 0             | 93,2          | 0,00         | 18,00         |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром            | 200        | 0          | 0,2          | 0            | 0            | 0            | 6,4          | 0             | 26,4          | 0             | 3,00         | 0,00          |
| ПР            | Хлеб                                     | 30         | 60         | 2,4          | 4,8          | 0,3          | 0,6          | 15,2         | 30,4          | 74,83         | 149,65        | 2,20         | 4,40          |
|               | <b>Итого:</b>                            | <b>500</b> | <b>540</b> | <b>25,53</b> | <b>30,54</b> | <b>17,48</b> | <b>19,4</b>  | <b>79,13</b> | <b>117,76</b> | <b>577,41</b> | <b>770,73</b> | <b>98,90</b> | <b>126,73</b> |
|               | <b>Второй прием пищи</b>                 |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-1с-2020    | Щи из свежей капусты со сметаной         | 200        | 250        | 1,66         | 2,075        | 4,86         | 6,075        | 5,8          | 7,25          | 73,56         | 91,95         | 11,76        | 28,39         |
| ПР            | Хлеб                                     | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |
| ПР            | Йогурт                                   | 100        | 100        | 2,5          | 2,5          | 1,2          | 1,2          | 16           | 16            | 85            | 85            | 44           | 44            |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром            | 200        | 200        | 0,2          | 0,2          | 0            | 0            | 0            | 6,4           | 6,4           | 26,4          | 3,00         | 3,00          |
|               | <b>Итого:</b>                            | <b>560</b> | <b>610</b> | <b>9,16</b>  | <b>9,575</b> | <b>6,66</b>  | <b>7,875</b> | <b>52,2</b>  | <b>60,02</b>  | <b>314,61</b> | <b>353</b>    | <b>63,16</b> | <b>79,79</b>  |
|               | <b>5 день</b>                            |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-13к2020    | Каша вязкая молочная пшеничная           | 200        | 250        | 8,7          | 10,87        | 10,6         | 13,25        | 40           | 50,0          | 289,9         | 362,37        | 40,78        | 50,97         |
| 54-1з-2020    | Сыр твердых сортов в нарезке             | 10         | 20         | 2,33         | 4,7          | 3,00         | 6,0          | 0            | 0             | 36,36         | 72,67         | 10           | 20            |
| № 428         | Булочка школьная                         | 30         | 60         | 3            | 6            | 1            | 2            | 18           | 36            | 92            | 183           | 10,00        | 17,00         |
| ПР            | Напиток "Витощка" с витаминами           | 200        | 200        | 0            | 0            | -            | 0            | 19           | 19            | 80            | 80            | 13,00        | 13,00         |
| ПР            | Хлеб                                     | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |
|               | <b>Итого:</b>                            | <b>500</b> | <b>590</b> | <b>18,83</b> | <b>26,34</b> | <b>15,2</b>  | <b>21,85</b> | <b>107,4</b> | <b>135,4</b>  | <b>647,91</b> | <b>847,69</b> | <b>78,18</b> | <b>105,37</b> |
|               | <b>Второй прием пищи</b>                 |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-7с-2020    | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200        | 250        | 3,15         | 3,15         | 2,38         | 2,38         | 26,28        | 26,28         | 139,03        | 139,03        | 12,80        | 27,86         |
| ПР            | Йогурт                                   | 100        | 0          | 2,5          | 0            | 1,2          | 0            | 16           | 0             | 85            | 0             | 44           | 0             |
| ПР            | Кондитерские изделия (печенье)           | 0          | 20         |              | 0,43         | 0            | 2,4          | 0            | 9,6           | 0             | 62,4          | 0            | 9,85          |
| ПР            | Сок                                      | 200        | 200        | 0,8          | 0,8          | 0,6          | 0,6          | 0,2          | 0,2           | 100           | 100           | 21,00        | 21,00         |
| ПР            | Хлеб                                     | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |
|               | <b>Итого:</b>                            | <b>560</b> | <b>530</b> | <b>11,25</b> | <b>9,18</b>  | <b>4,78</b>  | <b>5,98</b>  | <b>72,88</b> | <b>66,47</b>  | <b>473,68</b> | <b>451,08</b> | <b>82,20</b> | <b>63,11</b>  |
|               | <b>6 день</b>                            |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
| № 292         | Птица, тушенная в соусе с овощами        |            | 200        |              | 20,68        |              | 22,89        |              | 25,93         |               | 396,01        |              | 94,60         |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром            |            | 200        |              | 0,2          |              | 0            |              | 6,4           |               | 26,4          |              | 3,00          |
| ПР            | Хлеб                                     |            | 60         |              | 4,8          |              | 0,6          |              | 30,4          |               | 149,65        |              | 4,40          |
|               | <b>Итого:</b>                            | <b>0</b>   | <b>460</b> | <b>0</b>     | <b>25,68</b> |              | <b>23,5</b>  |              | <b>62,7</b>   |               | <b>572,06</b> | <b>0,00</b>  | <b>102,00</b> |
|               | <b>Второй прием пищи</b>                 |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
| ПР            | Сок 0,2                                  |            | 200        |              | -            |              | -            |              | 22            |               | 100           |              | 27,00         |
| ПР            | Кондитерские изделия (печенье)           |            | 50         |              | 1,08         |              | 6            |              | 24            |               | 156           |              | 16,62         |
| ПР            | Яблоко                                   |            | 100        |              | 0,4          |              | 0,4          |              | 8,93          |               | 40,4          |              | 25,19         |
|               | <b>Итого:</b>                            | <b>0</b>   | <b>350</b> |              | <b>1,48</b>  |              | <b>6,4</b>   |              | <b>54,93</b>  |               | <b>296,4</b>  | <b>0,00</b>  | <b>68,81</b>  |
|               | <b>7 день</b>                            |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-6к-2020    | Каша вязкая молочная пшеничная           | 200        | 250        | 8,4          | 10,5         | 11,5         | 14,37        | 38,8         | 48,5          | 292,1         | 365,12        | 41,88        | 52,35         |
| 54-1з-2020    | Сыр твердых сортов в нарезке             | 0          | 10         | 0,00         | 2,3          | 0,00         | 3,0          | 0            | 0             | 0             | 36,36         | 0            | 10            |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром            | 200        | 200        | 0,2          | 0,2          | 0            | 0            | 6,4          | 6,4           | 26,4          | 26,4          | 3,00         | 3,00          |
| № 428         | Булочка школьная                         | 60         | 60         | 6            | 6            | 2            | 2            | 36           | 36            | 183           | 183           | 17,00        | 17,00         |
| ПР            | Хлеб                                     | 40         | 60         | 3,2          | 4,8          | 0,4          | 0,6          | 20,3         | 30,4          | 99,8          | 149,65        | 2,93         | 4,40          |
|               | <b>Итого:</b>                            | <b>500</b> | <b>580</b> | <b>17,8</b>  | <b>23,83</b> | <b>13,9</b>  | <b>19,97</b> | <b>101,5</b> | <b>121,3</b>  | <b>601,3</b>  | <b>760,53</b> | <b>64,81</b> | <b>86,75</b>  |
|               | <b>Второй прием пищи</b>                 |            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |              |               |
| 54-8с-2020    | Суп картофельный с горохом               | 200        | 250        | 7,1          | 8,88         | 4,32         | 5,4          | 18,46        | 23,08         | 141,1         | 176,38        | 10,26        | 27,83         |
| ПР            | Йогурт                                   | 100        | 100        | 2,5          | 2,5          | 1,2          | 1,2          | 16           | 16            | 85            | 85            | 44           | 44            |
| ПР            | Сок 0,2                                  | 200        | 200        | 0            | 0            | 0            | 0            | 22           | 22            | 100           | 100           | 27           | 27            |
| ПР            | Хлеб                                     | 60         | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40         | 4,40          |



|               |  |                          |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
|---------------|--|--------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>Итого:</b> |  | <b>560</b>               | <b>610</b> | <b>14,4</b>  | <b>16,18</b> | <b>6,12</b>  | <b>7,2</b>   | <b>86,86</b> | <b>91,45</b>  | <b>475,75</b> | <b>511,03</b> | <b>85,66</b>  | <b>103,23</b> |
|               |  | <b>8 день</b>            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 279-331       | Тефтели мясные с соусом                    | 140                      | 150        | 9,49         | 10,17        | 10,55        | 11,3         | 12,01        | 12,87         | 180,73        | 193,64        | 90,10         | 100,12        |
| 54-1г-2020    | Картофельное пюре                          | 150                      | 180        | 3,0          | 3,6          | 5,7          | 6,84         | 23,7         | 28,44         | 158,3         | 189,96        | 25,10         | 35,26         |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром              | 200                      | 200        | 0,2          | 0,2          | 0            | 0            | 6,4          | 6,4           | 26,4          | 26,4          | 3,00          | 3,00          |
| ПР            | Хлеб                                       | 60                       | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40          | 4,40          |
| <b>Итого:</b> |  | <b>550</b>               | <b>590</b> | <b>17,49</b> | <b>18,77</b> | <b>16,85</b> | <b>18,74</b> | <b>72,51</b> | <b>78,08</b>  | <b>515,08</b> | <b>559,65</b> | <b>122,60</b> | <b>142,78</b> |
|               |  | <b>Второй прием пищи</b> |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 54-2с-2020    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной   | 200                      | 250        | 1,72         | 2,15         | 4,88         | 6,1          | 10,37        | 12,97         | 92,33         | 115,42        | 23,82         | 38,93         |
| ПР            | Сок  | 200                      | 200        | 0,8          | 0,8          | 0,6          | 0,6          | 0,2          | 0,2           | 100           | 100           | 21,00         | 21,00         |
| ПР            | Хлеб                                       | 60                       | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40          | 4,40          |
| <b>Итого:</b> |  | <b>460</b>               | <b>510</b> | <b>7,32</b>  | <b>7,75</b>  | <b>6,08</b>  | <b>7,3</b>   | <b>40,97</b> | <b>43,56</b>  | <b>341,98</b> | <b>365,07</b> | <b>49,22</b>  | <b>64,33</b>  |
|               |  | <b>9 день</b>            |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 54-16к-2020   | Каша "Дружба"                              | 200                      | 250        | 4,9          | 6,13         | 6,9          | 8,63         | 24,6         | 30,75         | 179,9         | 224,88        | 33,29         | 41,61         |
| 54-1з-2020    | Сыр твердых сортов в нарезке               | 0                        | 10         | 0,00         | 2,3          | 0,00         | 3,0          | 0            | 0             | 0             | 36,36         | 0             | 10            |
| № 428         | Булочка школьная                           | 50                       | 50         | 5            | 5            | 1,67         | 1,67         | 30           | 30            | 153,33        | 153,33        | 10,00         | 10,00         |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром              | 200                      | 200        | 0,2          | 0,2          | 0            | 0            | 6,4          | 6,4           | 26,4          | 26,4          | 3,00          | 3,00          |
| ПР            | Хлеб                                       | 60                       | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40          | 4,40          |
| <b>Итого:</b> |  | <b>510</b>               | <b>570</b> | <b>14,9</b>  | <b>18,46</b> | <b>9,17</b>  | <b>13,9</b>  | <b>91,4</b>  | <b>97,52</b>  | <b>509,28</b> | <b>590,62</b> | <b>50,69</b>  | <b>69,01</b>  |
|               |  | <b>Второй прием пищи</b> |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 54-10с-2020   | Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) | 200                      | 250        | 1,96         | 2,45         | 4,93         | 6,17         | 11,65        | 14,57         | 98,88         | 123,6         | 11,76         | 28,39         |
| ПР            | Сок  | 200                      | 0          | 0,8          | 0            | 0,6          | 0            | 0,2          | 0,0           | 100           | 0             | 27,00         | 0,00          |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром              | 0                        | 200        | 0            | 0,2          | 0            | 0            | 0            | 6,4           | 0             | 26,4          | 0,00          | 3,00          |
| ПР            | Йогурт                                     | 100                      | 100        | 2,5          | 2,5          | 1,2          | 1,2          | 16           | 16            | 85            | 85            | 44            | 44            |
| ПР            | Хлеб                                       | 60                       | 30         | 4,8          | 2,4          | 0,6          | 0,3          | 30,4         | 15,2          | 149,65        | 74,83         | 4,40          | 2,20          |
| <b>Итого:</b> |  | <b>560</b>               | <b>580</b> | <b>10,06</b> | <b>7,55</b>  | <b>7,33</b>  | <b>7,67</b>  | <b>58,25</b> | <b>52,17</b>  | <b>433,53</b> | <b>309,83</b> | <b>87,16</b>  | <b>77,59</b>  |
|               |  | <b>10 день</b>           |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 261           | Печень, тушеная в соусе                    | 100                      | 100        | 12,66        | 12,66        | 8,76         | 8,76         | 3,8          | 3,8           | 159           | 159           | 61,58         | 61,58         |
| 54-1г-2020    | Макаронные отварные                        | 150                      | 180        | 5            | 6            | 5,3          | 6,36         | 35           | 42            | 208           | 249,6         | 15,83         | 19,00         |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром              | 200                      | 0          | 0,2          | 0            | 0            | 0            | 6,4          | 0             | 26,4          | 0             | 3,00          | 0,00          |
| 54-7хн-2020   | Компот из смеси сухофруктов                | 0                        | 200        | 0            | 0,6          | 0            | 0            | 0            | 22,7          | 0             | 93,2          | 0,00          | 18,00         |
| ПР            | Хлеб                                       | 60                       | 60         | 4,8          | 4,8          | 0,6          | 0,6          | 30,4         | 30,4          | 149,65        | 149,65        | 4,40          | 4,40          |
| <b>Итого:</b> |  | <b>510</b>               | <b>540</b> | <b>22,66</b> | <b>24,06</b> | <b>14,66</b> | <b>15,72</b> | <b>75,6</b>  | <b>98,9</b>   | <b>543,05</b> | <b>651,45</b> | <b>84,81</b>  | <b>102,98</b> |
|               |  | <b>Второй прием пищи</b> |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 54-3с-2020    | Рассольник Ленинградский                   | 200                      | 250        | 1,96         | 2,45         | 4,92         | 6,15         | 15,28        | 19,1          | 113,3         | 141,62        | 23,89         | 41,07         |
| ПР            | Йогурт                                     | 100                      | 0          | 2,5          | 0            | 1,2          | 0            | 16           | 0             | 85            | 0             | 40,16         | 0             |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром              | 0                        | 200        | 0            | 0,2          | 0            | 0            | 0            | 6,4           | 0             | 26,4          | 0,00          | 3,00          |
| ПР            | Хлеб                                       | 60                       | 30         | 4,8          | 2,4          | 0,6          | 0,3          | 30,4         | 15,2          | 149,65        | 74,83         | 4,40          | 2,20          |
| <b>Итого:</b> |  | <b>360</b>               | <b>480</b> | <b>9,26</b>  | <b>5,05</b>  | <b>6,72</b>  | <b>6,45</b>  | <b>61,68</b> | <b>40,7</b>   | <b>347,95</b> | <b>242,85</b> | <b>68,45</b>  | <b>46,27</b>  |
|               |  | <b>11 день</b>           |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 54-5м-2020    | Котлета из курицы                          | 90                       | 100        | 17,4         | 19,33        | 4,32         | 4,8          | 11,28        | 12,53         | 153,96        | 171,07        | 63,67         | 73,61         |
| 54-3соус-2020 | Соус красный основной                      | 30                       | 0          | 0,96         | 0            | 0,78         | 0            | 2,76         | 0             | 22,08         | 0             | 1,50          | 0,00          |
| 54-5г-2020    | Каша перловая рассыпчатая                  | 150                      | 180        | 4,4          | 5,28         | 5,9          | 7,08         | 33,6         | 40,32         | 205,3         | 246,36        | 15,27         | 18,32         |
| 54-2гн-2020   | Чай черный байховый с сахаром              | 200                      | 0          | 0,2          | 0            | 0            | 0            | 6,4          | 0             | 26,4          | 0             | 3,00          | 0,00          |
| ПР            | Напиток "Витошка" с витаминами             | 0                        | 200        | 0            | 0            | -            | 0            | 0            | 19            | 0             | 80            | 0,00          | 13,00         |
| ПР            | Хлеб                                       | 40                       | 60         | 3,2          | 4,8          | 0,4          | 0,6          | 20,3         | 30,4          | 99,8          | 149,65        | 3,01          | 4,40          |
| <b>Итого:</b> |  | <b>510</b>               | <b>540</b> | <b>26,16</b> | <b>29,41</b> | <b>11,4</b>  | <b>12,48</b> | <b>74,34</b> | <b>102,25</b> | <b>507,54</b> | <b>647,08</b> | <b>86,45</b>  | <b>109,33</b> |
|               |  | <b>Второй прием пищи</b> |            |              |              |              |              |              |               |               |               |               |               |
| 54-7с-2020    | Суп картофельный с макаронными изделиями   | 200                      | 250        | 3,15         | 3,15         | 2,38         | 2,38         | 26,28        | 26,28         | 139,03        | 139,03        | 12,80         | 27,86         |

|                |                               |               |               |              |              |             |             |              |              |               |               |              |               |
|----------------|-------------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| ПР             | Сок                           | 200           | 200           | 0,8          | 0,8          | 0,6         | 0,6         | 0,2          | 0,2          | 100           | 100           | 21,00        | 21,00         |
| ПР             | Йогурт                        | 100           | 0             | 2,5          | 0            | 1,2         | 0           | 16           | 0            | 85            | 0             | 44           | 0             |
| ПР             | Хлеб                          | 60            | 30            | 4,8          | 2,4          | 0,6         | 0,3         | 30,4         | 15,2         | 149,65        | 74,83         | 4,40         | 2,20          |
|                | <b>Итого:</b>                 | <b>560</b>    | <b>480</b>    | <b>11,25</b> | <b>6,35</b>  | <b>4,78</b> | <b>3,28</b> | <b>72,88</b> | <b>41,7</b>  | <b>473,68</b> | <b>313,86</b> | <b>82,20</b> | <b>51,06</b>  |
| <b>12 день</b> |                               |               |               |              |              |             |             |              |              |               |               |              |               |
| № 291          | Плов из курицы                |               | 250           |              | 25,57        |             | 12,7        |              | 51,77        |               | 424,23        |              | 94,60         |
| 54-2гн-2020    | Чай черный байховый с сахаром |               | 200           |              | 0,2          |             | 0           |              | 6,4          |               | 26,4          |              | 3,00          |
| ПР             | Хлеб                          |               | 60            |              | 4,8          |             | 0,6         |              | 30,4         |               | 149,65        |              | 4,40          |
|                | <b>Итого:</b>                 | <b>0</b>      | <b>510</b>    | <b>0</b>     | <b>30,57</b> | <b>0</b>    | <b>13,3</b> | <b>0</b>     | <b>88,57</b> | <b>0</b>      | <b>600,28</b> | <b>0,00</b>  | <b>102,00</b> |
|                | <b>Второй прием пищи</b>      |               |               |              |              |             |             |              |              |               |               |              |               |
| ПР             | Йогурт                        |               | 100           |              | 2,5          |             | 1,2         |              | 16           |               | 85            |              | 44            |
| ПР             | Яблоко                        |               | 150           |              | 0,4          |             | 0,4         |              | 8,9          | 40,3          | 40,3          |              | 24,81         |
|                | <b>Итого:</b>                 | <b>0</b>      | <b>250</b>    | <b>0</b>     | <b>2,9</b>   | <b>0</b>    | <b>1,6</b>  | <b>0</b>     | <b>24,9</b>  | <b>40,3</b>   | <b>125,3</b>  | <b>0,00</b>  | <b>68,81</b>  |
|                |                               | <b>10 340</b> | <b>12 600</b> | <b>303</b>   | <b>396</b>   | <b>191</b>  | <b>273</b>  | <b>1 439</b> | <b>1 830</b> | <b>9 271</b>  | <b>11 789</b> | <b>1 564</b> | <b>2 049</b>  |

Сборник рецептов Новосибирск-2020г; Москва 2015г

3.Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюда кулинарных изделий Пермь 2021