

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы №97

Чугалаев А.Х.

**Десятидневное меню для питания учащихся с 7-11 лет первой смены с 8.00-13.00 (завтрак,обед)**

День: понедельник  
Неделя: первая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
5005	Каша манная на молоке с маслом сливочным	200\10	7	10	41	288	0,08	0,16	1	60	136	129	22	1
1123	Сыр голландский порциями	20	5	6		75	0,01	0,08		42	196	116	10	
1128	Хлеб пшеничный	20	2		10	48	0,02	0,01			4	13	3	
8033	Кофейный напиток с молоком	200	2	1	28	136	0,02	0,07	1	10	61	45	7	
	Итого по комплексу		16	18	80	547	0,13	0,32	2	112	396	303	42	1
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2029.01	Суп картофельный с бобовыми	250	5	6	20	151	0,22	0,07	11		41	108	39	2
3065.01	Колбасные изделия отварные	80	9	19		213	0,16	0,12			36	131	17	2
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3		
4017	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	6	34	223	0,06	0,11		21	19	184	123	4
1023	Помидоры свежие порциями	20			1	5	0,01	0,01	5		3	5	4	
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8044	Напиток клюквенный	200			25	103	0	0	4		4	3	4	
	Итого по комплексу		26	39	100	855	0,49	0,33	20	61	114	460	192	9
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1047.02	Салат "Космос" из вареных овощей	60	4	9	3	105	0,03	0,13	5	60	32	60	10	1
2029.01	Суп картофельный с бобовыми	250	5	6	20	151	0,22	0,07	11		41	108	39	2

3065.01	Колбасные изделия отварные		80	9	19		213	0,16	0,12			36	131	17	2
4017	Каша гречневая рассыпчатая		150	8	6	34	223	0,06	0,11		21	19	184	123	4
7006	Хлеб пшеничный		40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8067	Чай каркаде с сахаром		200			15	60	0	0						
	Итого по комплексу			29	40	92	846	0,51	0,44	16	81	137	510	194	9

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16	
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>															
5014	Каша ячневая на молоке с маслом сливочным	200\10	7	10	39	278	0,12	0,15	1	59	159	241	36	1	
1123	Сыр голландский порциями	20	5	6		75	0,01	0,08		42	196	116	10		
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6		
8072	Чай с сахаром	200			15	60	0	0,01			5	8	4	1	
	Итого по комплексу		15	17	74	507	0,17	0,25	1	101	368	391	56	2	
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>															
2067	Щи из свежей капусты	250	2	5	6	81	0,02	0,04	19	1	54	39	18	1	
3151	Суфле "Рыбка золотая"	80	12	12	12	199	0,09	0,12	1	81	38	149	24	1	
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3			
4015	Картофельное пюре	150	3	6	13	141	0,14	0,11	5	32	47	83	28	1	
9013	Огурцы свежие порциями	25				3	0,01	0,01	2		4	7	3		
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6		
8016	Компот из кураги	200	2		39	166	0,04	0,07	1		60	55	39	1	
	Итого по комплексу		22	30	90	750	0,34	0,37	28	153	214	363	117	4	
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>															
1095	Салат из свеклы с сыром	60	3	12	5	139	0,01	0,06	4	20	116	78	16	1	
2067	Щи из свежей капусты	250	2	5	6	81	0,02	0,04	19	1	54	39	18	1	
3151	Суфле "Рыбка золотая"	80	12	12	12	199	0,09	0,12	1	81	38	149	24	1	
4015	Картофельное пюре	150	3	6	13	141	0,14	0,11	5	32	47	83	28	1	
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6		
8016	Компот из кураги	200	2		39	166	0,04	0,07	1		60	55	39	1	

Итого по комплексу

25 35 94 820 0,34 0,41 30 133 324 430 130 5

"Средняя общеобразовательная школа №97 с полным днем пребывания детей"

Приложение 2  
к СанПиН 2.4.5.2409-08

День: среда  
Неделя: первая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
5003	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	.200\10	8	12	38	296	0,18	0,16	1	60	150	236	71	2
1123	Сыр голландский порциями	20	5	6		75	0,01	0,08		42	196	116	10	
7006.01	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	0,02	0			4	13	3	
8001	Какао с молоком	.200	4	3	25	146	0,04	0,16	1	20	126	117	31	1
351	Яблоки	.100/1шт			10	47	0,03	0,02	16		16	11	9	2
	Итого по комплексу		19	22	83	611	0,28	0,42	19	122	491	493	124	5
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2003.03	Борщ с капустой и картофелем	.250	2	5	10	101	0,05	0,04	11		42	52	25	1
3019	Биточки рубленные	80	13	5	12	140	0,1	0,14			24	127	18	2
4028	Рис припущенный с овощами	150	5	15	42	320	0,05	0,04	3		29	107	41	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8042	Напиток из плодов шиповника	.200	1		30	137	0,01	0,06	200		13	3	3	1
	Итого по комплексу		23	26	113	792	0,25	0,29	213		115	315	93	5
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1070.02	Салат "Удмуртский"	60	2	7	4	92	0,04	0,08	8	30	24	41	11	1
2004.01	Борщ с фасолью	.250	3	5	9	106	0,06	0,05	8		52	84	28	2
3019	Биточки рубленные	80	13	5	12	140	0,1	0,14			24	127	18	2
4028	Рис припущенный с овощами	150	5	15	42	320	0,05	0,04	3		29	107	41	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8072	Чай с сахаром	.200			15	60	0	0,01			5	8	4	1
	Итого по комплексу		26	34	102	812	0,29	0,33	18	30	142	393	107	7

День: четверг  
Неделя: первая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
5010	Каша пшенная на молоке с маслом сливочным	.200\10	9	11	44	310	0,18	0,14	1	59	137	205	55	1
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3		
7006.01	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	0,02	0			4	13	3	
8001	Какао с молоком	.200	4	3	25	146	0,04	0,16	1	20	126	117	31	1
	Итого по комплексу		14	22	79	569	0,24	0,31	3	119	269	338	89	3
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2032.02	Суп картофельный с макаронными изделиями	.250	3	3	22	119	0,11	0,05	8		23	65	24	1
3074	Котлета "Детская"	80	13	7	9	144	0,08	0,18	1	40	35	140	18	2
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3		
4019	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	4	13	30	252	0,05	0,03	3		39	158	28	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8013	Компот из апельсин	.200			34	141	0,02	0,01	30		18	11	6	
	Итого по комплексу		23	30	116	816	0,3	0,29	42	80	125	403	83	5
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1064	Салат "Славянский"	60	2	11	4	124	0,02	0,05	5	13	81	57	14	
2032.02	Суп картофельный с макаронными изделиями	.250	3	3	22	119	0,11	0,05	8		23	65	24	1
3074	Котлета "Детская"	80	13	7	9	144	0,08	0,18	1	40	35	140	18	2
4019	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	4	13	30	252	0,05	0,03	3		39	158	28	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8013	Компот из апельсин	.200			34	141	0,02	0,01	30		18	11	6	

Итого по комплексу

25	33	120	874	0,32	0,33	46	53	203	457	97	6
----	----	-----	-----	------	------	----	----	-----	-----	----	---

"Средняя общеобразовательная школа №97 с полным днем пребывания детей"

Приложение 2  
к СанПиН 2.4.5.2409-08

День: пятница  
Неделя: первая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
5012	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным	.200/10	6	10	44	291	0,08	0,18	1	60	132	160	36	1
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3		
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8033	Кофейный напиток с молоком	.200	2	1	28	136	0,02	0,07	1	10	61	45	7	
	Итого по комплексу		12	19	92	587	0,14	0,27	2	110	203	234	49	1
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2016	Рассольник ленинградский	.250	2	4	17	114	0,11	0,07	17	20	26	75	26	1
3081	Котлета аппетитная	80	14	5	9	133	0,11	0,17	4		27	148	23	2
4001	Гороховое пюре	150	14	5	32	221	0,3	0,08		21	95	223	74	5
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8039	Напиток "Здоровье"	.200			26	106	0	0	4		4	3	3	
351	Яблоки	.100/1шт			10	47	0,03	0,02	16		16	11	9	2
	Итого по комплексу		33	15	114	715	0,59	0,35	41	41	176	485	141	11
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1005	Винегрет овощной	.060	1	6	4	74	0,02	0,02	6		22	22	12	1
2016	Рассольник ленинградский	.250	2	4	17	114	0,11	0,07	17	20	26	75	26	1
3081	Котлета аппетитная	80	14	5	9	133	0,11	0,17	4		27	148	23	2
4001	Гороховое пюре	150	14	5	32	221	0,3	0,08		21	95	223	74	5
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8039	Напиток "Здоровье"	.200			26	106	0	0	4		4	3	3	
	Итого по комплексу		33	21	108	742	0,58	0,35	31	41	182	496	144	10

День: понедельник  
Неделя: вторая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
--------	--------------------------------	--------------	----------------------	--------------------------------	---------------	---------------------------

			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16	
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>															
5009	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	200\10	8	10	45	303	0,14	0,16	1	59	144	227	43	2	
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3			
7006.01	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	0,02	0			4	13	3		
8033	Кофейный напиток с молоком	.200	2	1	28	136	0,02	0,07	1	10	61	45	7		
	Итого по комплексу		12	19	83	552	0,18	0,24	2	109	211	288	53	3	
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>															
2022.01	Суп "Нугылищыд"	250	6	5	24	167	0,21	0,08	11	10	40	109	35	2	
3162.01	Шницель рубленный	.80	13	5	12	140	0,1	0,14			27	128	19	2	
4018	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8	14	37	307	0,08	0,117	3		36	202	132	4	
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6		
8044	Напиток клюквенный	.200			25	103	0	0	4		4	3	4		
	Итого по комплексу		30	25	118	811	0,43	0,35	18	10	114	467	195	9	
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>															
1104.01	Салат картофельный с огурцами	.060	1	9	5	106	0,03	0,03	6		20	25	12		
2022.01	Суп "Нугылищыд"	250	6	5	24	167	0,21	0,08	11	10	40	109	35	2	
3162.01	Шницель рубленный	.80	13	5	12	140	0,1	0,14			27	128	19	2	
4018	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8	14	37	307	0,08	0,117	3		36	202	132	4	
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6		
8067	Чай каркаде с сахаром	200			15	60	0	0							
	Итого по комплексу		30	34	113	874	0,46	0,38	20	10	130	490	203	9	

День: вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
5006	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	.200	7	11	43	298	0,12	0,14	1	59	130	181	45	1
1123	Сыр голландский порциями	20	5	6		75	0,01	0,08		42	196	116	10	
7006.01	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	0,02	0			4	13	3	
8073	Чай с сахаром , с лимоном	.200\10			15	63	0	0,01	4		9	10	6	1
	Итого по комплексу		14	17	69	483	0,15	0,23	5	101	340	320	64	2
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2026.02	Суп из овощей	.250	2	5	11	99	0,09	0,05	21		29	53	22	1
3028.02	Шницель рыбный натур.	80	15	9	7	180	0,14	0,12	1	29	33	156	27	1
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3		
4015	Картофельное пюре	.150	3	6	13	141	0,14	0,11	5	32	47	83	28	1
9008	Кукуруза консервированная	.20			2	12	0,08	0,03			7	60	21	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8016	Компот из кураги	.200	2		39	166	0,04	0,07	1		60	55	39	1
	Итого по комплексу		25	28	92	758	0,53	0,4	29	100	187	436	142	5
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1081	Салат из моркови с яблоками и зеленым горошком	60	1	9	4	102	0,03	0,02	4		13	20	13	1
2026.02	Суп из овощей	.250	2	5	11	99	0,09	0,05	21		29	53	22	1
3028.02	Шницель рыбный натуральный	80	15	9	7	180	0,14	0,12	1	29	33	156	27	1
4015	Картофельное пюре	.150	3	6	13	141	0,14	0,11	5	32	47	83	28	1
9008	Кукуруза консервированная	.20			2	12	0,08	0,03			7	60	21	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8016	Компот из кураги	.200	2		39	166	0,04	0,07	1		60	55	39	1
	Итого по комплексу		26	30	96	794	0,56	0,41	33	60	198	453	155	6

День: среда  
Неделя: вторая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
10027	Запеканка творожная с повидлом	.100\20	22	4	34	265	0,06	0,22		25	121	192	26	1
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3		
7006.01	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	0,02	0			4	13	3	
8033	Кофейный напиток с молоком	.200	2	1	28	136	0,02	0,07	1	10	61	45	7	
	Итого по комплексу		26	13	72	514	0,1	0,3	1	75	188	253	35	1
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2003.03	Борщ с капустой и картофелем	.250	2	5	10	101	0,05	0,04	11		42	52	25	1
3068	Колбаски по - русски	80	19	6	9	172	0,15	0,23	1	12	37	212	29	3
4030.01	Рис припущенный	.150	4	4	37	206	0,03	0,02		21	11	80	26	1
9013	Огурцы свежие порциями	25				3	0,01	0,01	2		4	7	3	
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8042	Напиток из плодов шиповника	.200	1		30	137	0,01	0,06	200		13	3	3	1
	Итого по комплексу		8	5	87	440	0,2	0,27	202	21	36	117	39	2
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1066	Салат "Степной"	60	1	9	5	104	0,04	0,03	4		14	27	12	
2003.03	Борщ с капустой и картофелем	.250	2	5	10	101	0,05	0,04	11		42	52	25	1
3068	Колбаски по - русски	80	19	6	9	172	0,15	0,23	1	12	37	212	29	3
4030.01	Рис припущенный	.150	4	4	37	206	0,03	0,02		21	11	80	26	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8042	Напиток из плодов шиповника	.200	1		30	137	0,01	0,06	200		13	3	3	1
	Итого по комплексу		29	25	110	814	0,32	0,39	216	33	124	400	102	7



День: четверг  
Неделя: вторая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
5004	Каша гречневая на молоке с маслом сливочным	.200\10	9	11	39	293	0,07	0,2	1	59	134	237	113	3
1123	Сыр голландский порциями	20	5	6		75	0,01	0,08		42	196	116	10	
7006.01	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	0,02	0			4	13	3	
8067	Чай каркаде с сахаром	200			15	60	0	0						
	Итого по комплексу		15	18	64	475	0,1	0,28	1	101	334	366	126	4
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2063	Уха со взбитым яйцом	.250\12.5	6	4	13	117	0,13	0,12	16	40	29	102	25	1
3078	Котлета "Здоровье"	80	13	7	4	129	0,1	0,2	1	34	38	153	22	2
4022.02	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	6	4	34	184	0,06	0,02		21	11	37	8	1
9006	Зеленый горошек консервированный	.20	1		1	8	0,02	0,01	2		4	12	4	
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8026	Компот из смеси сухофруктов	.200	1		35	143	0	0,01			28	19	7	2
	Итого по комплексу		29	16	107	675	0,35	0,37	19	95	119	351	73	6
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1070.02	Салат "Удмуртский"	60	2	7	4	92	0,04	0,08	8	30	24	41	11	1
2063	Уха со взбитым яйцом	.250\12.5	6	4	13	117	0,13	0,12	16	40	29	102	25	1
3078	Котлета "Здоровье"	80	13	7	4	129	0,1	0,2	1	34	38	153	22	2
4022.02	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	6	4	34	184	0,06	0,02		21	11	37	8	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8026	Компот из смеси сухофруктов	.200	1		35	143	0	0,01			28	19	7	2
	Итого по комплексу		31	23	110	759	0,37	0,44	25	125	139	380	80	7

День: пятница  
Неделя: вторая  
Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>4-й комплекс 1-4кл.(завтрак )</b>														
4024	Макаронные изделия отварные с сыром	150	7	11	32	257	0,08	0,07		61	118	102	13	1
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0,01		40	2	3		
7006.01	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	0,02	0			4	13	3	
8001	Какао с молоком	.200	4	3	25	146	0,04	0,16	1	20	126	117	31	1
351	Яблоки	.100/1шт			10	47	0,03	0,02	16		16	11	9	2
	Итого по комплексу		13	22	77	563	0,17	0,26	18	121	266	246	56	4
<b>6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)</b>														
2015.01	Рассольник домашний со сметаной	.250\10	3	7	19	156	0,11	0,08	26	15	43	80	31	1
3010	Биточки "Ежик"	80	16	1	6	96	0,11	0,17			26	167	23	3
4027.01	Рагу из овощей	.150	2	5	9	117	0,06	0,06	11	24	48	70	31	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8013	Компот из апельсин	.200			34	141	0,02	0,01	30		18	11	6	
351	Яблоки	.100/1шт			10	47	0,03	0,02	16		16	11	9	2
	Итого по комплексу		25	15	98	651	0,37	0,35	84	39	159	365	106	8
<b>7-й комплекс с 1-4кл.(обед)</b>														
1061	Салат "Сахалинский"	100	1	11	5	119	0,04	0,05	5		21	18	73	6
2015.01	Рассольник домашний со сметаной	.250\10	3	7	19	156	0,11	0,08	26	15	43	80	31	1
3010	Биточки "Ежик"	80	16	1	6	96	0,11	0,17			26	167	23	3
4027.01	Рагу из овощей	.150	2	5	9	117	0,06	0,06	11	24	48	70	31	1
7006	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	0,04	0,01			8	26	6	
8013	Компот из апельсин	.200			34	141	0,02	0,01	30		18	11	6	
	Итого по комплексу		25	25	93	723	0,38	0,38	73	39	165	372	170	12

Шеф-повар:  (Э.В.Карчушкина)

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ Т.В.Никитина