

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: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
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		16	18	80	547	0.13	0.32	2	112		396	303	42	1
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
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
1023	Помидоры свежие порциями	.020			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		25	31	100	789	0.49	0.32	20	21		111	457	192	9
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1068	Салат "Тазалык"	60	1	6	5	78	0.02	0.02	14			24	16	9	
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			26	37	94	819	0.5	0.33	25	21		128	465	193	9

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)																
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 голланд. 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	
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)																
2066.01	Щи из свеж.капусты со сметаной	.250\10	2	7	8	108	0.06	0.05	20	15		50	55	24	1	
3151	Суфле "Рыбка золотая"	080	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	
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	25	92	711	0.38	0.37	29	127		208	376	123	5	
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)																
1097.01	Салат из свеклы красной с яблоками	60	1	12	4	129	0.02	0.01	5			14	15	8	1	
2066.01	Щи из свеж.капусты со сметаной	.250\10	2	7	8	108	0.06	0.05	20	15		50	55	24	1	
3151	Суфле "Рыбка золотая"	080	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		22	37	96	837	0.39	0.37	31	127		217	383	128	5
--------------------	--	----	----	----	-----	------	------	----	-----	--	-----	-----	-----	---

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

Приложение 2
к СанПиН 2.4.5.2409-08

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
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
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
2003.01	Борщ с капустой и картофелем	.250	2	5	10	101	0.05	0.04	11			42	52	25	1
3018.02	Биточки рубленые	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
1017	Масло сливочное порциями	20		14		132	0	0.02				2	4		
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	41	113	924	0.25	0.31	213			118	319	93	5
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1091.01	Салат из свежих овощей	60	1	6	5	78	0.02	0.02	10			22	18	9	
2003.01	Борщ с капустой и картофелем	.250	2	5	10	101	0.05	0.04	11			42	52	25	1
3018.02	Биточки рубленые	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	0.4	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		23	32	103	793	0.26	0.26	24			130	338	104	6

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Ca	P	Mg	Fe
4-й комплекс 1-4 кл. (завтрак)															
5010	Каша пшеничная 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		14	22	79	569	0.24	0.31	3	119		269	338	89	3
6-й комплекс с 1-4 кл. (обед)															
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
7-й комплекс с 1-4 кл. (обед)															
1072.01	Салат "Уральский"	60	1	10	5	111	0.01	0,05	8	15		26	26	8	1
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	32	120	861	0,31	0,33	50	55		148	426	91	6
----	----	-----	-----	------	------	----	----	--	-----	-----	----	---

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

Приложение 2
к СанПиН 2.4.5.2409-08

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
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
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
2016	Рассольник ленинградский со сметаной	.250\10	2	6	18	135	0.11	0.08	17	35		34	81	27	1
3081.01	Котлета аппетитная с маслом сливочным	80\5	14	8	9	162	0.11	0.17	4	20		28	149	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	20	114	765	0.59	0.36	41	76		186	492	142	11
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1005	Винегрет овощной	060	1	6	5	76	0.02	0.01	4			16	25	11	
2016	Рассольник ленинградский со сметаной	.250\10	2	6	18	135	0.14	0.08	17	35		34	81	27	1
3081.01	Котлета аппетитная с маслом сливочным	80\5	14	8	9	162	0.11	0.17	4	20		28	149	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	26	109	794	0.58	0.35	29	76		185	506	144	10

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
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
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
2022.01	Суп "Нугылыщыд"	250	6	5	24	167	0.21	0.08	11	10		40	109	35	2
3162.01	Шницель рубленый	.80	13	5	12	140	0.1	0.14				27	128	19	2
1019	Масло сливочное порциями	10		7		66	0	0.01		40		2	3		
4018	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8	14	37	307	0.08	0.12	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	32	118	877	0.43	0.36	18	50		116	470	195	9
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1085	Салат из свеж.кап.с клюквой	60	1	3	6	54	0.01	0.02	15			29	18	10	
2022.01	Суп "Нугылыщыд"	250	6	5	24	167	0.21	0.08	11	10		40	109	35	2
3162.01	Шницель рубленый	.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	0.12	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		31	28	114	822	0.44	0.37	29	10		139	482	202	9

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
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
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
2026.01	Суп из овощей	.250	2	5	11	99	0.09	0.05	21			29	53	22	1
3028.01	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		25	21	92	692	0.53	0.39	29	60		184	433	142	5
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1081	Салат из моркови с яблоками и зеленым горошком	60	1	9	4	102	0.03	0.02	4			13	20	13	1
2026.01	Суп из овощей	.250	2	5	11	99	0.09	0.05	21			29	53	22	1
3028.01	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: осенне-зимний

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	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
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
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
2003.01	Борщ с капустой и картофелем	.250	2	5	10	101	0.05	0.04	11			42	52	25	1
3068	Колбаски по-русски с соусом	80\40	18	7	11	173	0.14	0.22	2	13		37	192	28	3
4030	Рис припущенный	.150	4	4	37	206	0.03	0.02		21		11	80	26	1
9013	Огурцы свежие	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		27	17	108	714	0.28	0.36	214	34		115	361	92	6
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1088.01	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растит.	60		12	1	116	0.02	0.02	6			14	15	9	
2003.01	Борщ с капустой и картофелем	.250	2	5	10	101	0.05	0.04	11			42	52	25	1
3068	Колбаски по-русски с соусом	80\40	18	7	11	173	0.14	0.22	2	13		37	192	28	3
4030	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		27	29	108	827	0.29	0.37	218	34		125	368	97	6

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
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
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
2063	Уха со взбитым яйцом с рыбой(горбуша)	.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	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
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1070.01	Салат "Удмуртский"	60	2	7	4	93	0.04	0.07	7	30		19	43	11	1
2063	Уха со взбитым яйцом с рыбой(горбуша)	.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	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	

6026	Компот из смеси сухофруктов		.200	1		35	143	0	0.01				28	19	7	2
	Итого по комплексу			31	23	110	760	0.37	0.43	24	125		134	382	80	7

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

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	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
4-й комплекс 1-4кл.(завтрак)															
4024	Макаронные изделия отварные с сыром	150	7	11	32	257	0.08	0.07		61		117	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
6-й комплекс с 1-4 кл.(обед)															
2015.01	Рассольник домашний со сметаной	.250\10	3	7	19	156	0.11	0.08	26	15		43	80	31	1
3009.01	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
7-й комплекс с 1-4кл.(обед)															
1061.01	Салат "Сахалинский"	60	1	7	3	72	0.02	0.02	2			9	13	43	4
2015.01	Рассольник домашний со сметаной	.250\10	3	7	19	156	0.11	0.08	26	15		43	80	31	1
3009.01	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	21	92	676	0.36	0.35	70	39		152	367	141	9

Шеф-повар:  Карчушкина Э.В.\

Бухгалтер: _____ \Т.В.Никитина\