

Территориальный отдел Управления  
Роспотребнадзора  
по Нижегородской области в Кстовском,  
Большемурашкинском  
Бутурлинском, Дальнеконстантиновском,  
Перевозском районах.  
от 24.08.2020г.

Генеральному директору ООО ОТП  
«Народный» Н.Н.Герасимову  
Директору МБОУ СШ №6  
Г.В.Ващеновой

## О согласовании питания

**1. Горячее питание:** 10-дневное меню горячего питания учащихся с ОВЗ – завтраков и обедов в МБОУСШ №6,

с длительностью пребывания детей – в течении учебного времени.  
организатор питания – ООО ОТП «Народный»

**разработано** на основании сборника рецептурных блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004г под. Ред. Лапшиной В. Т.  
**для возрастных групп 7-11 лет**

с учетом выполнения норм питания – рекомендуемых норм питания

установленные нормы питания рекомендуют обеспечивать биологическую ценность питания

	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	энерг.ценность (ккал)	Б:Ж:У
завтрак	20,1	19,7	93,4	562,3	
обед	28,1	24,6	97,0	722,0	
Итого за день	48,2	44,2	90,4	128,44	1:1:4,0

использование витаминизированных, обогащенных микронутриентами продуктов ..... йодированной соли – имеется.

**учитывает имеющиеся условия пищеблока – да.**

перечень работающего оборудования пшеничного ... все в рабочем состоянии.

**не содержит** запрещенных блюд и продуктов, одноименных блюд гарниров за 2 дня

**Питание рациональное, сбалансированное, отвечает принципам здорового питания.**

**2.Дополнительное питание учащихся** (реализация буфетной продукции) не организовано. Ассортимент соответствует рекомендуемому.

Ассортимент соответствует рекомендуемому ..... 5.11

**СООТВЕТСТВУЮТ** СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Согласованы на срок до 31.05.2021г.

## Приложения.

1. 10- дневное меню горячего питания.
  2. Ассортимент пищевых продуктов для дополнительного питания (буфетной продукции).

Зам. начальника территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора по  
Нижегородской области в Кстовском,  
Большемурашкинском, Бутурлинском,  
Дальнеконстантиновском районах.

Исп. С.Б.Жданова



Lycosa so

O.A.Суханова.

СООТВЕТСТВУЕТ  
государственным санитарно-эпидемиологическим  
правилам и нормативам

Заместитель главного государственного санитарного  
врача по Кстовскому, Большемурзинскому,  
Булгунинскому, Дальнеоконстантиновскому,  
Перевозскому районам

«24». 03  
2020 г.

М.В. Чиканина  
Геращенко  
А.А. Марунина



### Примерное 10-тишевое питомое меню для учащихся с ОВЗ МБОУ СП № 6

№ реч	Наименование блюда	Выход бетки	Пищевые вещества						Энергети- ческое знач.						Минеральные вещества и витамины					
			Жиры	Углев-	пепель-	Са	Мg	P	Fe	A	B1	B2	РР	C	E					
<b>Первый день</b>																				
302	Завтрак	200/5	9,14	12,5	27,65	260	228,0	39,8	101,3	1,3	-	0,2	0,3	0,32	2,3	-				
302	Каша мол. перкулес со слив. маслом																			
693	Какао с молоком	1/200	3,0	2,7	27,9	143	121,7	17,6	100,5	0,57	0,02	0,18	0,16	2,12	1,0	-				
97	Сыр горгонзоло	1/20	5,06	5,06	6,5	80	208,0	11,2	131,8	0,22	0,168	0,006	0,08	0,05	0,56	4,3				
	Печенье	1/20	1,3	1,7	15	78	5,1	0,7	18,3	0,15	0,1	0,4	0,02	0,4	0,01	0,003				
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-				
	<b>Итого по завтракам</b>		<b>21,5</b>	<b>22,3</b>	<b>96,96</b>	<b>651</b>	<b>568,1</b>	<b>82,6</b>	<b>372,6</b>	<b>2,73</b>	<b>0,18</b>	<b>0,46</b>	<b>0,56</b>	<b>3,03</b>	<b>3,86</b>	<b>4,3</b>				
	<b>Обед</b>																			
124	Шари из свеж. кап. с тунцовой и сметаной	250/1	2,3	6,3	10,4	108	51,3	22,58	144,43	0,77	0,03	0,12	0,17	1,6	32,03	0,22				
413	Колбаса отварная	80/5	13,0	19,2	11,0	269	17,9	12,64	54,3	0,7	0,02	0,07	0,08	1,54	1,0	0,21				
508	Гречка отварная со	150/5	9,15	6,15	44,7	276	40,4	55,84	164,4	4,72	0,03	0,21	0,105	2,41	-	0,075				

Генеральный директор  
ООО «ОГП «Народный»  
Герасимов Н.Н.  
2020 г.

	СЛ.Масл.																	
631	Компот из свежих ягод	1/200	0,2	0,2	28,0	109	6,9	3,6	6,6	0,34	0,1	0,26	0,26	2,58	6,4	2,06		
	ИЛОДОВ																	
	Хлеб ржано-пшеничный	40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-		
	<b>Итого по обедам</b>				<b>28,67</b>	<b>32,37</b>	<b>120,05</b>	<b>883</b>	<b>130,1</b>	<b>118,16</b>	<b>445,8</b>	<b>8,29</b>	<b>0,18</b>	<b>0,75</b>	<b>0,5</b>	<b>8,73</b>	<b>39,43</b>	<b>2,57</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>50,2</b>	<b>54,7</b>	<b>217</b>	<b>1534</b>	<b>698,2</b>	<b>200,76</b>	<b>818,4</b>	<b>11,02</b>	<b>0,37</b>	<b>1,21</b>	<b>1,06</b>	<b>1,8</b>	<b>43,29</b>	<b>6,87</b>
	<b>Второй день</b>																	
	Завтрак																	
99	Колбаса п/к	1/20	4,5	4,2	-	55	55	4,4	7,0	53,6	0,5							
302	Капарисовая с масл. овощами	1/200	3,0	0,2	41,0	184	8,5	25,3	71,5	0,5	0,002	0,3	0,002	3,5	25,0	0,05		
686	Чай с лимоном	1/200	0,2	0,04	10,22	42	15,7	5,9	7,3	6,0	-	-	-	0,06	2,86	0,02		
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-		
	<b>Итого по завтракам</b>				<b>12,8</b>	<b>6,3</b>	<b>83,3</b>	<b>431</b>	<b>89,6</b>	<b>64,15</b>	<b>124,8</b>	<b>60,7</b>	<b>0,05</b>	<b>0,37</b>	<b>0,02</b>	<b>4,1</b>	<b>27,8</b>	<b>0,07</b>
	Обед																	
113	Борщ Украинский со сметаной	250/1	2,8	6,5	13,5	129	21,65	30,56	171,3	1,25	0,3	0,11	0,2	1,8	24,13	0,52		
374	Рыба тушеная с овощами	1/100	10,6	5,9	5,6	115	35,85	47,1	147,4	1,02	-	-	0,7	1,36	4,58	0,05		
520	Картофельное пюре со слив.маслом	200/5	4,3	6,4	29,5	191	58,0	43,72	98,2	1,58	0,04	0,26	0,12	2,78	34,5	0,26		
638	Компот из сухофруктов	1/200	0,25	0,05	21,82	85	4,0	1,2	35,04	0,25	0,1	0,28	0,3	3,22	3,75	2,0		
	Хлеб ржано-пшеничный	40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-		
	<b>Итого за обед</b>				<b>21,97</b>	<b>19,37</b>	<b>96,37</b>	<b>641</b>	<b>133,1</b>	<b>146,08</b>	<b>526,94</b>	<b>5,86</b>	<b>0,44</b>	<b>0,74</b>	<b>1,36</b>	<b>9,76</b>	<b>66,96</b>	<b>2,83</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>34,7</b>	<b>25,67</b>	<b>179,67</b>	<b>1072</b>	<b>222,7</b>	<b>210,23</b>	<b>651,7</b>	<b>66,56</b>	<b>0,49</b>	<b>1,11</b>	<b>1,38</b>	<b>13,86</b>	<b>94,76</b>	<b>2,9</b>
	<b>Третий день</b>																	
	Завтрак																	
366	Запеканка творожная со сгущ.молоком	200/2	13,3	6,38	22,9	262	295,2	41,28	265,3	0,8	0,09	0,06	0,34	0,48	0,9	0,3		
689	Кофейный напиток с молоком	1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	7,0	90	0,47	12,8	0,34	0,12	0,08	0,5	-		
99	Колбаса полукопченая	1/20	4,5	4,2	-	55	4,4	7,0	53,6	0,5	-	-	-	-	-	-		
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-		

<b>Итого по завтракам</b>		<b>23,14</b>	<b>12,44</b>	<b>65,2</b>	<b>509</b>	<b>382,2</b>	<b>69,28</b>	<b>447,9</b>	<b>2,41</b>	<b>12,89</b>	<b>0,47</b>	<b>0,48</b>	<b>1,1</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>																
139 Суп гороховый		1/250	8,4	6,2	20,0	171	42,9	41,21	116,3	2,64	0,03	0,23	0,09	1,63	14,55	0,39
93 Куррица тушеная в сметанном соусе		50/50	14,48	13,44	7,12	154	16,3	23,05	83,2	2,06	0,02	0,45	0,075	3,21	3,03	0,07
518 Картофель отварной		1/150	5,4	6,7	28,9	200	5,9	7,7	35,01	0,75	0,03	0,06	0,02	0,5	-	0,8
640 Кисель из свеж. ягод		1/200	0,11	0,08	13,05	56	19,5	8,1	13,5	0,3	-	-	0,06	40,0	0,14	пшеничный
<b>Итого за обед</b>		40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-
<b>Итого за день</b>																
<b>Четвертый день</b>																
Завтрак																
302 Каша гречневая с мас		1/200	10	2,8	72	362	8,3	24,2	70	0,5	0,02	0,03	0,02	3,1	25	0,006
1 Бутерброд с маслом		20/20	1	9	6	105	205	11	125	0,2	0,15	0,05	0,05	0,05	0,56	4,1
686 Чай с лимоном		1/200	1,64	1,64	2,38	30	10,6	4,7	5,8	0,6	-	0,1	-	0,1	5,06	-
Прынник		1/50	7,1	6,4	70	362	14,2	0,1	0,3	0,001	-	0,05	0,003	0,3	-	-
Хлеб пшеничный		1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-
<b>Итого по завтракам</b>																
Обед																
140 Суп вермишелевый с курицей		1/250	7,2	7,2	15,9	159	22,6	32,1	84,2	1,21	0,03	0,05	0,05	2,6	16,0	0,2
433 Мясо тушеное		1/100	15,7	14,5	4,5	154	15,7	26,62	193,3	9,82	0,02	0,1	0,2	3,89	16,53	0,19
224 Рагу из овощей		1/150	2,6	6,9	11,2	128	32,1	28,9	67,6	1,06	-	0,08	0,08	0,9	9,4	2,9
631 Компот из свежих плодов		1/200	0,25	0,05	21,85	85	4,0	1,2	6,6	0,25	0,1	0,26	0,26	2,6	3,75	2,06
Хлеб ржано-пшеничный		40/20	4,02	0,52	25,92	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-
<b>Итого по обедам</b>																
<b>Итого за день</b>																
<b>Пятый день</b>																
Завтрак																
413 Сосиска отварная		1/80	11,07	13,17	11,22	204	24,3	14,6	55,5	1,26	0,02	0,03	0,05	2,14	2,2	0,05
516 Макароны отварные со сгл.маслом		150/5	6,7	7,7	26,5	250	23,8	28,41	35,01	1,05	0,03	0,06	0,02	0,5	0,42	0,8
689 Колбейский паштот с		1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	7,0	90,0	0,47	12,8	0,34	0,12	0,08	0,5	-

МОЛОКОМ																	
Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-		
<b>Итого по завтракам</b>				<b>23,11</b>	<b>22,73</b>	<b>80,02</b>	<b>646</b>	<b>130,7</b>	<b>64,01</b>	<b>219,51</b>	<b>3,42</b>	<b>12,85</b>	<b>0,5</b>	<b>0,21</b>	<b>3,26</b>	<b>3,12</b>	<b>0,85</b>
Обед																	
131 Рассольник домашний со сметаной	250/1 0	5,4	5,9	14,9	138	30,5	37,3	154,7	4,7	0,03	0,13	0,15	1,5	7,75	0,3		
436 Жаркое по домашнему	1/200	24,8	13,3	16,6	313	43,8	60,6	283,1	4,3	0,04	0,2	0,026	5,1	8,74	0,38		
638 Компот из сухофруктов	1/200	0,25	0,05	21,82	85	4,0	1,2	32,0	0,25	-	0,02	0,02	0,2	3,75	-		
Хлеб ржано- пшеничный	40/20	4,02	0,52	25,92	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-		
<b>Итого по обедам</b>				<b>34,47</b>	<b>19,77</b>	<b>79,24</b>	<b>657</b>	<b>91,9</b>	<b>122,6</b>	<b>544,8</b>	<b>11,01</b>	<b>0,07</b>	<b>0,44</b>	<b>0,236</b>	<b>7,4</b>	<b>20,24</b>	<b>0,68</b>
<b>Итого за день</b>				<b>57,58</b>	<b>42,5</b>	<b>159,3</b>	<b>1303</b>	<b>222,6</b>	<b>186,61</b>	<b>958,2</b>	<b>14,43</b>	<b>12,92</b>	<b>0,94</b>	<b>0,446</b>	<b>10,66</b>	<b>23,36</b>	<b>1,53</b>
<b>Шестой день</b>																	
Завтрак																	
302 Капа дружбы модичночная со сл.маслом	150/5	8,2	10,6	41,2	293	8,9	26,8	77,7	0,78	0,02	0,38	0,02	3,8	27,0	0,06		
99 Колбаса полукопченая	1/20	4,5	4,2	-	55	4,4	7,0	53,6	0,5	-	-	-	-	-	-		
693 Какао с молоком	1/200	3,0	2,7	27,9	143	121,7	17,6	100,5	0,57	0,02	0,18	0,16	2,12	1,0	-		
Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-		
<b>Итого по завтракам</b>				<b>18,74</b>	<b>17,86</b>	<b>89,0</b>	<b>581</b>	<b>145,4</b>	<b>65,4</b>	<b>270,8</b>	<b>2,49</b>	<b>0,04</b>	<b>1,37</b>	<b>0,2</b>	<b>6,46</b>	<b>28,0</b>	<b>0,06</b>
Обед																	
113 Борщ с украинской со сметаной	250/1 0	2,8	6,5	13,5	129	21,66	30,56	10,5	1,25	0,3	0,11	0,2	1,8	24,13	0,52		
437 Гуляш из говядины	1/100	16,39	8,44	3,5	158	24,4	29,9	193,3	2,79	0,02	0,1	0,2	3,89	1,0	0,19		
508 Гречка отварная со сл.маслом	1/150	9,15	6,15	44,7	276	40,47	55,84	165,4	4,72	0,03	0,21	0,105	2,41	-	0,08		
640 Кисель из свежих ягод	1/200	0,11	0,08	13,05	50	19,5	8,1	13,5	0,3	-	-	-	0,06	40,0	0,14		
Хлеб ржано- пшеничный	40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-		
<b>Итого по обедам</b>				<b>32,47</b>	<b>21,69</b>	<b>100,7</b>	<b>734</b>	<b>119,6</b>	<b>147,9</b>	<b>457,7</b>	<b>10,82</b>	<b>0,35</b>	<b>0,51</b>	<b>0,55</b>	<b>8,76</b>	<b>65,13</b>	<b>0,93</b>
<b>Итого за день</b>				<b>51,21</b>	<b>39,55</b>	<b>189,7</b>	<b>1315</b>	<b>265,0</b>	<b>213,3</b>	<b>728,5</b>	<b>13,31</b>	<b>0,39</b>	<b>1,88</b>	<b>0,75</b>	<b>15,22</b>	<b>93,13</b>	<b>0,99</b>

**Седьмой день**

**Завтрак**

302	Каша пшеничная с маслом	1/200	6,0	1,4	20,6	204	8,5	25,5	76,6	0,7	0,02	0,3	0,02	3,6	26	0,05
3	Бутерброд с сыром	20/20	5,6	5,0	6,5	80	208	11,2	131,8	0,22	0,168	0,06	0,08	0,05	0,56	4,3
686	Чай с лимоном	1/200	0,2	0,04	10,22	42	15,7	5,9	7,3	6,0	-	-	-	0,06	2,86	0,02
	Печенье	1/50	1,3	1,7	15	78	5,1	0,7	18,3	0,15	0,1	0,4	0,02	0,02	0,4	0,001
	<b>Итого по завтракам</b>	40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-

**Обед**

161	Суп молочный рисовый	1/250	6,2	7,9	23,2	188	169,4	21,47	20,7	0,41	0,25	0,1	0,3	4,0	1,25	0,03
493	Курица тушеная в сметанном соусе	1/100	5,9	5,7	1,7	139	11,1	9,5	55,5	0,7	0,1	0,03	0,05	2,14	2,0	0,45
516	Макароны отварные со сливочным маслом	1/150	5,66	6,1	36,0	225	18,7	15,2	89,6	0,8	0,15	0,04	0,07	3,1	3,8	0,07
638	Компот из сухофруктов	1/200	0,25	0,05	21,82	85	47,8	27,2	35,0	0,8	0,1	0,28	0,3	3,22	18,5	2,0
	Хлеб ржано-пшеничный	40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-
	<b>Итого по обедам</b>		<b>22,03</b>	<b>20,27</b>	<b>108,6</b>	<b>758</b>	<b>260,6</b>	<b>96,86</b>	<b>275,8</b>	<b>4,47</b>	<b>0,6</b>	<b>0,54</b>	<b>0,76</b>	<b>13,06</b>	<b>25,55</b>	<b>2,5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>37,5</b>	<b>29</b>	<b>180,8</b>	<b>1252</b>	<b>503,2</b>	<b>153,5</b>	<b>530,8</b>	<b>12,03</b>	<b>0,79</b>	<b>0,97</b>	<b>0,88</b>	<b>17,31</b>	<b>54,97</b>	<b>6,87</b>	

**Восьмой день**

**Завтрак**

**Завтрак**

302	Каша кукурузная	1/200	5,6	3,6	29	176	8,1	21,4	70	0,5	0,01	0,04	0,03	3,9	28	0,08
6	бутерброд с колбасой	20/20	4,5	4,2	-	55	4,4	7,0	53,6	0,5	-	-	-	-	-	-
689	Кофеинный напиток с молоком	1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	7,0	90,0	0,47	12,8	0,34	0,12	0,08	0,5	-
769	булочка Домашняя	1/50	3,75	6,6	60,4	194	10	12,1	41,3	1,0	-	0,06	0,01	0,6	-	-
	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-
	<b>Итого по завтракам</b>	<b>19,1</b>	<b>16,3</b>	<b>131,7</b>	<b>617</b>	<b>153,5</b>	<b>93,83</b>	<b>535,4</b>	<b>7,38</b>	<b>12,91</b>	<b>0,82</b>	<b>0,59</b>	<b>7,23</b>	<b>28,5</b>	<b>0,08</b>	
	<b>Обед</b>															
124	Щи из свежей капусты со сметаной	250/1	2,3	6,3	10,4	108	51,3	22,58	144,43	0,77	0,03	0,12	0,17	1,6	32,03	0,22
362	Пудинг творожный с сгущенным молоком	150/2	8,8	8,2	9,4	141	104,0	15,4	113,3	0,74	0,06	0,09	1,0	2,3	5,2	0,14
631	Компот из свежих плодов	1/200	0,2	0,2	28,0	109	8,4	22,8	32,0	1,44	-	0,02	0,02	0,2	2,0	-

	Хлеб ржано-пшеничный	40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-		
	<b>Итого по обедам</b>		<b>24,47</b>		<b>21,37</b>	<b>118,4</b>	<b>755</b>	<b>217,8</b>	<b>140,12</b>	<b>424,03</b>	<b>9,43</b>	<b>0,12</b>	<b>0,35</b>	<b>1,25</b>	<b>5,5</b>	<b>39,23</b>	<b>0,46</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>43,6</b>		<b>37,6</b>	<b>240,1</b>		<b>1372</b>	<b>371,3</b>	<b>233,95</b>	<b>959,43</b>	<b>16,81</b>	<b>13,03</b>	<b>1,17</b>	<b>1,84</b>	<b>12,73</b>	<b>67,73</b>	<b>0,54</b>
	<b>Девятый день</b>																	
	Завтрак																	
413	Сосиска отварная		1/80	6,2	12,1	0,5	146	15,0	-	-	1,1	-	0,01	0,05	-	-	-	
511	Рис отварной		15/05	5,66	6,1	36,0	154	13,8	23,78	46,7	1,14	0,04	0,08	0,02	0,7	-	0,1	
686	Чай стимоном		1/200	1,64	1,64	2,38	65	10,6	4,7	5,8	0,6	-	0,1	-	0,1	5,06	-	
	Хлеб пшеничный		1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-	
	<b>Итого по завтракам</b>			<b>16,54</b>	<b>20,2</b>	<b>58,78</b>	<b>455</b>	<b>49,8</b>	<b>42,48</b>	<b>91,5</b>	<b>3,48</b>	<b>0,04</b>	<b>0,26</b>	<b>0,09</b>	<b>1,34</b>	<b>5,06</b>	<b>0,1</b>	
132	Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной		250/1 0	5,7	6,89	15,3	159	33,7	35,8	154,6	1,61	0,03	0,15	0,18	13,4	17,7	0,3	
461	Тефтели в соусе		80/30	11,07	13,17	11,22	204	24,3	14,6	72,46	1,26	0,03	0,09	0,1	2,06	2,2	0,27	
520	Картофельное пюре со слив.маслом		200/5	4,3	6,4	29,5	191	58,0	43,72	98,2	1,58	0,04	0,26	0,12	2,78	34,5	0,26	
640	Кисель из свеж.ягод		1/200	0,11	0,08	13,05	56	19,5	8,1	13,5	0,3	-	-	-	0,06	40,0	0,14	
	Хлеб ржано-пшеничный		40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-	
	<b>Итого по обедам</b>			<b>25,2</b>	<b>27,06</b>	<b>95,02</b>	<b>731</b>	<b>149,1</b>	<b>125,72</b>	<b>413,76</b>	<b>6,51</b>	<b>0,1</b>	<b>0,59</b>	<b>0,44</b>	<b>18,9</b>	<b>94,4</b>	<b>0,97</b>	
	<b>Итого за день</b>			<b>41,74</b>	<b>47,26</b>	<b>153,8</b>	<b>1186</b>	<b>198,9</b>	<b>168,2</b>	<b>505,26</b>	<b>9,99</b>	<b>0,14</b>	<b>0,85</b>	<b>0,53</b>	<b>20,24</b>	<b>99,46</b>	<b>1,07</b>	
	<b>Десятый день</b>																	
6	Завтрак																	
	Бутерброд с колбасой п/к		20/20	12,8	14,6	0,06	184	30,5	37,3	154,6	4,7	0,03	0,15	0,18	13,2	7,8	0,3	
333	Макароны с сыром		150/5/40	9,15	6,15	44,7	276	40,47	55,84	39,5	4,72	0,02	0,02	0,01	0,44	-	0,05	
689	Кофейный напиток с молоком		1/200	2,3	1,5	22,4	102	72,2	7,0	90,0	0,47	12,8	0,34	0,12	0,08	0,5	-	
	Хлеб пшеничный		1/40	3,04	0,36	19,9	90	10,4	14,0	39,0	0,64	-	0,07	0,02	0,54	-	-	
	<b>Итого по завтракам</b>			<b>27,29</b>	<b>22,61</b>	<b>87,06</b>	<b>652</b>	<b>153,6</b>	<b>114,14</b>	<b>323,1</b>	<b>10,53</b>	<b>12,85</b>	<b>0,58</b>	<b>0,33</b>	<b>14,26</b>	<b>8,3</b>	<b>0,35</b>	

124	Ширыбные	1/250	8,1	12,7	10,09	178	202,1	54,3	165,4	1,4	0,6	0,12	0,16	3,3	8,9	0,7
423	Бефстроганов	1/100	11,6	12,1	2,9	168	13,1	19,74	193,3	4,72	0,02	0,1	0,2	3,9	3,08	0,19
224	Овощное рагу	1/150	3,46	9,26	14,9	171	42,8	38,6	90,14	1,42	-	0,1	0,1	1,24	12,5	3,96
631	Компот из свежих плодов	1/200	0,18	0,04	23,2	75	16,7	7,5	6,6	0,2	0,1	0,3	0,3	2,6	20,8	2,1
	Хлеб ржано-пшеничный	40/20	4,02	0,52	25,95	121	13,6	23,5	75,0	1,76	-	0,09	0,04	0,6	-	-
	Итого по обедам		27,36	34,62	76,95	713	288,3	143,64	530,44	9,5	0,72	0,71	0,8	11,64	45,28	6,95
	Итого за день		56,65	57,23	164,1	1365	441,9	257,78	853,54	20,03	13,57	1,29	1,13	25,9	53,58	7,3

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах «ХлебПроЛинформ» 2004. Под редакцией В.Г. Лапшиной.

Блюда приготовлены с использованием выработанной соли.

Все блюда приготовлены на поварской кипящей водой с использованием стеклянных стаканов многократного использования.

Итого по завтракам и обедам по 10-му циклическому меню

Белки - 482,25

Жиры - 442,3

Углеводы - 1904,8

Калорийность - 12844,46

Итого по завтракам по 10-му циклическому меню

Белки - 200,51

Жиры - 196,76

Углеводы - 934,5

Калорийность - 5623,36

Итого по обедам по 10-му циклическому меню

Белки - 280,74

Жиры - 245,54

Углеводы - 969,79

Калорийность - 7221,1

