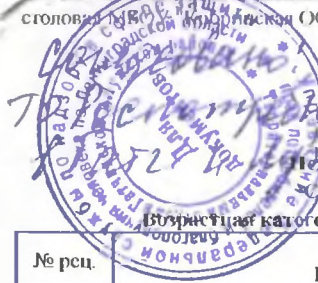


Индивидуальный предприниматель Аттатуратова Галина Петровна
 столовая № 10, Кобринская (ООШ)

Приложение 2
 СанПиН 2.4.5.2409-08



**Примерное меню
 и пищевая ценность приготовляемых блюд**

Меню: первый
 Период: первая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор МБОУ
 Кобринская ООШ
 Директор И.И.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
302.06	Каша вязкая манная с джемом	200/10	10,74	3,98	40,64	203,00	0,18	1,98	0,01	0,35	96,40	238,22	28,97	0,93
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/40	8,29	16,19	16,00	254,00	0,09	0,00	0,14	2,06	175,50	171,30	32,20	0,80
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	15,70	67,00	0,01	9,00	0,03	0,06	0,00	0,00	0,00	1,00
686.01	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,00	0,00	11,56	60,00	0,00	4,80	0,00	0,05	3,00	2,00	1,00	0,00
	Итого завтрак		19,63	20,77	83,90	584,00	0,28	15,78	0,18	2,52	274,90	411,52	62,17	2,73
Обед														
20	Салат "Дары осени"(из свежих помидоров и огурцов)	100	0,69	8,09	5,00	124,00	0,01	11,25	0,13	1,56	129,85	47,26	8,34	0,42
139.02	Суп картофельный с горохом и мясом	250/25	6,29	5,97	22,00	168,00	0,14	8,50	0,11	2,00	122,05	81,10	16,90	0,34
437	Гуляш из говядины	80/50	10,45	9,59	5,00	219,00	0,02	1,00	0,00	0,00	12,99	120,75	8,69	1,02
638	Компот из кураги	200	0,06	0,00	19,90	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,80	23,20	5,41	0,31
	Хлеб Дарницкий	60	2,00	0,00	14,00	53,00	0,05	0,00	0,00	0,00	18,00	43,00	6,00	0,01
508	Гарнир: Каша гречневая	180	8,30	4,87	51,75	221,00	0,20	0,00	0,04	0,10	87,67	261,79	42,56	2,20
	Итого обед		27,79	28,52	117,65	860,00	0,42	20,75	0,28	3,66	385,36	577,10	87,90	4,29
	Итого за день		47,42	49,29	201,55	1444,00	0,70	36,53	0,46	6,18	660,26	988,62	150,07	7,02

День: второй
 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	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
367	Галушки творожные со сметаной	150/20	11,28	13,97	23,91	234,00	0,14	0,28	0,01	1,20	92,46	215,30	37,82	1,56
	Кондитерское изделие без крема	30	1,44	0,84	10,32	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Банан свежий	180	2,70	0,00	32,12	164,00	0,07	14,00	0,13	0,85	64,80	102,20	10,80	0,82
693	Какао с молоком	200	3,78	5,73	18,20	121,00	0,04	1,50	0,04	0,40	118,40	95,00	14,00	0,18
	Итого завтрак		19,20	20,54	84,55	594,00	0,25	15,78	0,18	2,45	275,66	412,50	62,62	2,56
Обед														
40	Салат "Витаминный"	100	2,77	10,80	23,41	157,00	0,16	15,40	0,14	1,98	161,05	153,38	30,20	1,12
128	Щи по-уральски с мясом	250/25	7,67	7,64	17,20	186,00	0,08	1,80	0,09	1,10	98,20	188,40	18,95	0,90
436	Жаркое по-домашнему	50/150	11,60	6,88	22,30	280,00	0,19	0,78	0,02	0,45	87,19	186,92	25,09	2,00
633	Компот из свежих яблок и сливы	200	0,31	0,08	28,22	108,00	0,00	2,50	0,00	0,00	37,58	48,40	13,40	0,25
	Хлеб "Fazer" овощи-микс(кап/морк)	60	5,00	3,00	26,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого обед		27,35	28,40	117,13	823,00	0,43	20,48	0,25	3,53	384,02	577,10	87,64	4,27
	Итого за день		46,55	48,94	201,68	1417,00	0,68	36,26	0,43	5,98	659,68	989,60	150,26	6,83

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

День: третий
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	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
344	Омлет, фаршированный мясными продуктами	150	12,10	16,41	23,47	234,00	0,26	1,50	0,12	2,10	155,68	327,44	38,60	2,77
740	Шанежки паливные с яйцами с сах.пудрой	50/6	2,69	1,97	24,29	226,00	0,11	0,60	0,00	0,40	39,65	19,14	11,23	0,30
685.03	Чай с сахаром и молоком	150/50/15	2,00	2,00	18,00	87,00	0,00	1,00	0,07	0,00	19,12	47,00	7,00	0,00
	Хлеб пшеничный	50	2,00	0,00	18,50	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	60,00	19,00	6,00	0,00
	Итого завтрак		18,79	20,38	84,26	595,00	0,37	3,10	0,19	2,50	274,45	412,58	62,83	3,07
Обед														
140.02	Суп картофельный с мясными фрикадельками и макаронными изделиями	250/30	8,95	9,05	23,10	208,00	0,25	12,70	0,10	1,10	102,35	220,21	37,77	1,28
362	Пудинг из творога (запеченный) со сметаной	200/20	12,50	17,68	35,00	371,00	0,10	0,97	0,15	1,90	170,87	269,58	27,89	1,65
	Слива свежая	80	0,64	0,00	7,92	34,00	0,04	2,90	0,00	0,50	68,00	63,60	13,60	0,00
407	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	44,00	24,00	8,00	1,24
	Хлеб "геркулес" зерновой	60	4,00	2,00	30,50	116,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого обед		27,09	28,73	116,72	821,00	0,41	20,57	0,25	3,50	385,22	577,39	87,26	4,17
	Итого за день		45,88	49,11	200,98	1416,00	0,78	23,67	0,44	6,00	659,67	989,97	150,09	7,24

День: четвертый
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	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
305	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)	200	9,83	5,97	39,32	236,00	0,30	8,34	0,16	2,25	228,34	263,20	22,24	0,17
6	Бутерброд с маслом и колбасой п/к	30/10/40	8,54	14,45	15,00	229,00	0,00	0,00	0,00	0,06	16,24	116,54	25,00	1,00
	Груша свежая	140	0,56	0,42	14,98	59,00	0,02	7,00	0,02	0,00	30,60	32,60	15,60	1,45
685	Чай с сахаром	200/15	0,24	0,00	15,07	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,04
	Итого завтрак		19,17	20,84	84,37	582,00	0,32	15,34	0,18	2,31	275,48	412,34	62,84	2,66
Обед														
14	Салат зеленый с огурцами	100	0,32	9,02	1,52	116,00	0,00	7,15	0,01	0,90	178,40	183,50	24,80	2,70
159	Солянка рыбная	250/30	8,34	4,70	8,27	127,00	0,09	4,17	0,09	0,74	96,37	128,34	18,39	0,38
491	Чахохбили из курицы	100	10,62	10,36	9,29	256,00	0,18	9,80	0,04	1,38	74,65	103,95	22,03	0,70
639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,72	0,00	31,70	124,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб Дарницкий	60	2,00	0,00	14,00	53,00	0,05	0,00	0,00	0,00	18,00	43,00	6,00	0,01
511	Гарнир:Рис отварной	180	5,00	4,14	52,77	186,00	0,09	0,00	0,11	0,06	17,10	119,18	16,20	0,45
	Итого обед		27,00	28,22	117,55	862,00	0,41	21,12	0,25	3,08	384,52	577,97	87,42	4,24
	Итого за день		46,17	49,06	201,92	1444,00	0,73	36,46	0,43	5,39	660,00	990,31	150,26	6,90

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

День: пятый
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Г	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
729	Блишечки "Полесские" со сметаной	150/20	12,64	16,34	28,34	316,00	0,30	3,00	0,10	2,10	154,26	286,54	48,65	1,00
	Кондитерское изделие без крема	50	2,44	0,84	18,30	85,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Яблоко свежее	150	0,60	0,00	15,70	67,00	0,01	11,00	0,03	0,06	0,00	0,00	0,00	1,50
693	Какао с молоком	200	3,78	3,34	22,20	121,00	0,04	1,50	0,04	0,20	121,30	125,64	14,00	0,16
	Итого завтрак		19,46	20,52	84,54	589,00	0,35	15,50	0,17	2,36	275,56	412,18	62,65	2,66
Обед														
17	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,84	5,07	6,08	59,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,70	18,70	2,10	0,12
168	Суп-пюре из разных овощей с мясом	250/25	7,52	8,07	16,57	200,00	0,10	8,92	0,07	0,80	107,12	253,65	28,11	1,82
401	Пудинг рыбный (паровой)	85/10	8,53	8,40	6,83	244,00	0,08	0,26	0,06	0,40	74,11	126,95	12,04	0,37
631.05	Компот из свежей вишни	200	0,39	0,08	28,12	111,00	0,01	8,00	0,07	0,00	35,28	62,40	8,40	0,27
	Хлеб "Fazer" овощи-микс(кап/морк)	60	5,00	3,00	26,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
554	Сложный гарнир № 2(Карт. пюре со стручковой фасолью)	180	5,30	4,06	24,38	118,00	0,21	0,80	0,09	1,80	158,39	114,23	37,19	1,74
	Итого обед		27,58	28,68	107,98	824,00	0,40	17,98	0,29	3,00	380,60	575,93	87,84	4,32
	Итого за день		47,04	49,20	192,52	1413,00	0,75	33,48	0,46	5,36	656,16	988,11	150,49	6,98

День: шестой
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Г	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
307	Каша из тыквы с маслом	200/10	9,45	10,64	35,77	237,00	0,05	0,00	0,09	1,20	232,68	293,36	41,60	0,63
550	Профитроли	50	0,31	0,28	18,90	196,00	0,01	6,90	0,01	0,45	0,60	0,00	0,00	0,07
674	Яблоко печеное	75	9,77	9,09	14,40	98,00	0,19	7,60	0,08	0,89	40,97	118,77	20,85	1,93
685	Чай с сахаром	200/15	0,24	0,05	15,07	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,04
	Итого завтрак		19,77	20,06	84,14	589,00	0,25	14,50	0,18	2,54	274,55	412,13	62,45	2,67
Обед														
72	Винегрет с сельдью	100	0,82	6,57	6,00	93,00	0,04	4,65	0,08	2,60	124,24	80,57	14,12	0,39
144	Суп из овощей с фасолью и мясом	250/25	10,79	8,88	15,00	174,00	0,14	3,80	0,09	0,40	98,84	138,45	31,40	1,10
505	Кнели из курицы (паровые)	80/10	9,89	8,42	7,30	242,00	0,19	0,49	0,05	0,10	85,49	126,05	14,94	0,85
631.03	Компот из свежих груш	200	0,23	0,12	28,16	98,00	0,01	4,10	0,00	0,00	8,08	87,60	5,60	0,35
	Хлеб "геркулес" зерновой	60	4,00	2,00	30,50	116,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
534	Гарнир:Капуста тушеная	180	2,17	2,26	30,89	143,00	0,02	8,04	0,00	0,06	68,97	144,70	21,36	1,60
	Итого обед		27,90	28,25	117,85	866,00	0,40	21,08	0,22	3,16	385,62	577,37	87,42	4,29
	Итого за день		47,67	48,31	201,99	1455,00	0,65	35,58	0,40	5,70	660,17	989,50	149,87	6,96

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

День: седьмой

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
302.08	Каша вязкая рисовая с изюмом и маслом	200/10	10,18	6,21	47,33	226,00	0,08	1,48	0,14	2,20	181,40	226,18	28,94	0,10
6	Бутерброд с маслом и колбасой п/к	30/10/40	8,54	14,45	15,00	229,00	0,00	0,00	0,00	0,06	16,24	116,54	25,00	1,00
	Мандарин свежий	80	0,64	0,00	4,88	53,00	0,00	13,40	0,00	0,00	56,00	57,20	8,42	2,28
585.02	Чай с сахаром, яблоком и корицей	200/15/7	0,00	0,00	14,00	59,00	0,20	1,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,02
Итого завтрак			19,36	20,66	81,21	567,00	0,28	15,88	0,14	2,26	253,94	399,92	62,36	3,40
Обед														
24	Салат "Половнынский"	100	1,13	7,80	12,00	104,00	0,06	4,30	0,12	1,65	53,51	84,49	9,77	0,80
117	Борщ полтавский с курицей, галушками и сметаной	250/25/45/10	9,95	7,23	22,00	218,00	0,13	2,95	0,15	0,56	125,97	160,89	19,07	1,10
438	Азу из говядины	50/150	11,37	10,89	18,66	256,00	0,18	10,40	0,02	1,23	165,48	204,53	54,79	1,60
	Кондитерское изделие без крема	30	1,44	0,84	18,30	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок вишневый	200	1,00	0,02	20,20	92,00	0,04	4,00	0,00	0,00	28,00	54,00	3,80	0,70
	Хлеб "Fazer" овощ-микс(карт/лук)	60	3,00	2,00	26,00	152,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого обед			27,89	28,78	117,16	897,00	0,41	21,65	0,29	3,44	372,96	503,91	87,43	4,20
Итого за день			47,25	49,44	198,37	1464,00	0,69	37,53	0,43	5,70	626,90	903,83	149,79	7,60

День: восьмой

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
344	Омлет, фаршированный мясными продуктами	150	12,10	16,41	23,47	234,00	0,26	1,50	0,12	2,10	155,68	327,44	38,60	2,77
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/40	8,29	16,19	16,00	254,00	0,09	0,00	0,14	2,06	175,50	171,30	32,20	0,80
	Апельсин свежий	160	0,44	0,32	14,48	64,00	0,04	46,00	0,02	0,00	14,40	29,60	12,80	0,32
6.01	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,00	0,00	11,56	60,00	0,00	4,80	0,00	0,05	3,00	2,00	1,00	0,00
	Хлеб пшеничный	50	2,00	0,00	18,50	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	60,00	19,00	6,00	0,00
Итого завтрак			22,83	32,92	84,01	660,00	0,39	52,30	0,28	4,21	408,58	549,34	90,60	3,89
Обед														
50	Салат по-шекински	100	0,90	0,12	4,00	58,00	0,05	8,20	0,08	1,20	121,15	58,41	21,66	1,80
34	Суп крестьянский с крупой рисовой, мясом и сметаной	250/25/15	7,41	8,66	10,57	138,00	0,08	6,50	0,06	0,80	142,63	140,50	24,50	0,50
33	Мясо тушеное	80/50	9,82	11,91	4,29	245,00	0,09	0,45	0,09	1,40	86,59	287,58	22,94	0,45
1.02	Компот из свежих мандаринов	200	0,49	0,00	30,64	98,00	0,00	6,00	0,00	0,00	10,60	17,00	4,00	1,84
	Хлеб "геркулес" зерновой	60	4,00	2,00	30,50	116,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
16	Гарнир: Макароны изделия отварные	180	4,58	5,91	37,24	186,00	0,23	0,00	0,06	0,00	22,81	71,82	14,09	0,02
Итого обед			27,20	28,60	117,24	841,00	0,45	21,15	0,29	3,40	383,78	575,31	87,19	4,61
Итого за день			50,03	61,52	201,25	1501,00	0,84	73,45	0,57	7,61	792,36	1124,65	177,79	8,50

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

День: девятый

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец	Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
735	Оладьи с яблоками и сгущенным молоком	150/20	15,09	15,71	47,41	368,00	0,22	4,88	0,09	2,30	122,60	254,60	32,68	1,20
	Груша свежая	140	0,56	0,42	14,98	59,00	0,02	7,00	0,02	0,00	30,60	32,60	15,60	1,45
693	Какао с молоком	200	3,78	3,34	22,20	121,00	0,04	1,50	0,04	0,20	121,30	125,64	14,00	0,16
Итого завтрак			19,43	19,47	84,59	548,00	0,28	13,38	0,15	2,50	274,50	412,84	62,28	2,81
Обед														
25	Салат "Степной"	100	1,62	4,13	14,00	106,00	0,07	4,80	0,09	1,80	47,52	83,09	7,85	0,84
132	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/25/15	5,95	7,90	19,00	168,00	0,11	6,03	0,05	0,10	143,68	216,95	25,10	2,10
369,607	Рыба отварная с соусом польским	100/50	11,17	12,90	1,21	237,00	0,18	4,35	0,07	1,30	31,49	189,59	24,85	0,58
638	Компот из кураги	200	0,06	0,00	19,90	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,80	23,20	5,41	0,31
	Хлеб "геркулес" зерновой	60	4,00	2,00	30,50	116,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
520	Гарнир: Пюре картофельное	180	4,41	1,53	32,56	126,00	0,09	2,30	0,04	0,20	146,98	44,40	25,38	0,03
Итого обед			27,21	28,46	117,17	828,00	0,45	17,48	0,25	3,40	384,47	557,23	88,59	3,86
Итого за день			46,64	47,93	201,76	1376,00	0,73	30,86	0,40	5,90	658,97	970,07	150,87	6,67

День: десятый

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	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
304	Каша "Боярская" (из пшена с изюмом)	200	8,94	8,00	21,85	219,00	0,09	0,60	0,02	0,08	85,47	138,38	27,21	1,02
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/40	8,29	16,19	16,00	254,00	0,09	0,00	0,14	2,06	175,50	171,30	32,20	0,80
	Банан свежий	180	2,70	0,00	32,12	164,00	0,07	14,00	0,13	0,85	64,80	102,20	10,80	0,82
685.02	Чай с сахаром, яблоком и корицей	200/15/7	0,00	0,00	14,00	59,00	0,20	1,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,02
Итого завтрак			19,93	24,19	83,97	696,00	0,45	15,60	0,29	2,99	326,07	411,88	70,21	2,66
Обед														
30	Салат из редиса с огурцами и яйцом	100	4,09	4,87	4,00	98,00	0,04	0,00	0,03	1,26	98,56	91,74	10,80	0,60
174	Суп-пюре из цветной капусты с мясом	250/25	7,12	9,47	21,00	186,00	0,06	6,75	0,12	0,02	75,68	155,60	22,05	1,30
449	Биф рубленый	80	9,12	10,82	12,48	244,00	0,02	1,69	0,07	1,50	76,52	227,19	21,28	0,54
	Сок мулфрукт	200	1,84	0,40	22,80	92,00	0,18	3,80	0,00	0,00	46,00	36,00	12,00	0,00
	Хлеб "Fazer" овощи-микс(карт/лук)	60	3,00	2,00	26,00	152,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
541	Гарнир: Рагу из овощей(3-й вариант)	180	2,22	2,00	30,94	162,00	0,13	6,99	0,03	0,74	87,94	67,40	21,50	1,94
Итого обед			27,39	29,56	117,22	934,00	0,43	19,23	0,25	3,52	384,70	577,93	87,63	4,38
Итого за день			47,32	53,75	201,19	1630,00	0,88	34,83	0,54	6,51	710,77	989,81	157,84	7,04

Меню составлено по Сборнику технических нормативов под общей редакцией В.Т. Лапшиной "Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах", Издательство "Хлебпродинформ", Москва 2004г.

Составил

