

УТВЕРЖДАЮ:

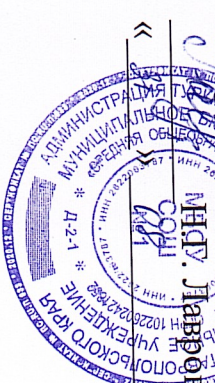
Директор МБОУ СОШ №1

Туркменского МО

Ставропольского края

М.П. Даврова

2023 год



*Десятидневное меню горячего питания учащихся, получающих основное и среднее общее образование*

*в Туркменском муниципальном округе Ставропольского края  
на 2023-2024 учебный год.*

Возрастная категория: с 12 до 17 лет.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников  
Москва, ДеЛи принт, 2005

№ рецеп. Сб. 2016 г.	Наименование блюда	Масса порции гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал.	Витамины (мг)									Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						

День: понедельник

Неделя: первая

**ЗАВТРАК**

291	Плов из мяса цыпленка - бройлера	100/180	19,47	22,53	31,87	408	0,09	1,87	48,2	0,95	24,4	161,47	37,19	201,6
71	Помидоры свежие (соленые) в нарезке	1/100	0,39	0,05	0,83	5	0,01	2,45	0	1,91	11,27	11,76	6,86	2,5
381	Кофейный напиток	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	62,1	53,5	18,7	0,3
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>680</b>	<b>27,94</b>	<b>25,76</b>	<b>78,76</b>	<b>652,70</b>	<b>36,50</b>	<b>5,62</b>	<b>60,50</b>	<b>14,16</b>	<b>110,07</b>	<b>235,33</b>	<b>69,05</b>	<b>216,70</b>

**ОБЕД**

102	Суп картофельный с горохом	1/250	10,94	4,18	41,02	235,13	0,4	11	0	3,24	33	56,34	5,74	2,39
284	Тефтели из мяса цыпленка бройлера в соусе сметанном с томатом	90/50	11,85	20,6	10,5	294	3,2	6,35	4,1	7,9	8,6	3,8	4,6	0,1
424	Картофель отварной с маслом сливочным крестьянским 72,5%	180/10	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	0,3	61,8	108,3	35,2	0,5
349	Компот из сухофруктов	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8	2,2	1,8	1
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>880</b>	<b>34,96</b>	<b>32,65</b>	<b>158,72</b>	<b>1070,13</b>	<b>52,31</b>	<b>20,05</b>	<b>25,40</b>	<b>25,16</b>	<b>129,70</b>	<b>181,84</b>	<b>59,94</b>	<b>30,49</b>

День: вторник

Неделя: первая

173	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	200/50	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	0,3	61,8	108,3	35,2	0,5
349	Компот из сухофруктов	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8	2,2	1,8	1
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>10,76</b>	<b>7,66</b>	<b>92,26</b>	<b>476,8</b>	<b>36,406</b>	<b>2,7</b>	<b>12,3</b>	<b>11,72</b>	<b>86,9</b>	<b>119,1</b>	<b>43,3</b>	<b>13,8</b>

**ОБЕД**

88	Щи из свежей капусты	1/250	9	2,1	3,1	31	0,33	38,153	0,87	4,51	84,02	89,62	3,27	3,874
295	Котлета из мяса цыпленка бройлера	1/100	6,88	7,17	7,85	196,8	0,049	0,43	5,4	13,2	12	74,32	12	16,6

203	Макаронны отварные с маслом сливочным крестьянским 72,5%	180/7	5,4	6,33	27,53	225	0,146	0,04	48,8	0,59	36,75	91,19	31,5	52,9
342	Компот из свежих яблок	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8	2,2	1,8	1
	Хлеб пшеничный I сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>837</b>	<b>27,75</b>	<b>16,67</b>	<b>103,98</b>	<b>741,20</b>	<b>49,23</b>	<b>40,02</b>	<b>76,37</b>	<b>32,02</b>	<b>159,07</b>	<b>268,53</b>	<b>61,17</b>	<b>100,87</b>

**День: среда**  
**Неделя: первая**

**ЗАВТРАК**

245	Котлеты из мяса говядины	1/100	15,58	13,6	15,02	244	0,081	0,1	5,8	0	60,9	164,68	32,48	1,64
171	Каша пшеничная рассыпчатая	1/180	3,6	4,76	26,83	214,4	0,34	0	30	3,23	31,05	236,1	156,4	35,3
71	Огурцы свежие (соленые) в нарезке	1/100	0,39	0,05	0,83	5	0,01	2,45	0	1,91	11,27	11,76	6,86	2,5
Пром	Сок яблочный	1/200	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный I сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>720</b>	<b>26,96</b>	<b>19,60</b>	<b>106,08</b>	<b>747,20</b>	<b>49,13</b>	<b>6,55</b>	<b>57,10</b>	<b>18,74</b>	<b>130,72</b>	<b>437,74</b>	<b>216,34</b>	<b>68,74</b>

**ОБЕД**

82	Борщ с капустой и картофелем	1/250	6,11	7,91	17,9	174,72	0,33	38,153	0,87	4,51	84,02	89,62	3,27	3,874
295	Выпечки из мяса пылленка-бройлера	1/100	12,16	18,08	11,84	259,2	0,049	0,43	5,4	13,2	12	74,32	12	16,6
171	Каша ячневая рассыпчатая	1/180	13,18	10,68	59,2	176,5	0,448	0	40	4,3	41,4	314,8	208,55	47,1
349	Компот из сухофруктов	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8	2,2	1,8	1
	Хлеб пшеничный I сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>830</b>	<b>37,92</b>	<b>37,74</b>	<b>154,44</b>	<b>898,82</b>	<b>49,53</b>	<b>39,98</b>	<b>67,57</b>	<b>35,73</b>	<b>163,72</b>	<b>492,14</b>	<b>238,22</b>	<b>95,07</b>

День: четверг  
Неделя: первая

**ЗАВТРАК**

1 02403	Тейгели из с/м рыбы минтай	2/50	13,29	2,11	11,2	81,91	0,07	1,23	70,88	0,7	187,05	273,24	18,51	0,49
121	Пюре картофельное( при наличии оборудования)	1/180	3,15	6,9	26,25	181,6	0,195	29,19	14,5	5,91	113,65	161,33	52,95	27,4
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
1167	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	61	0,001	0,1	0	0	14,58	8,24	4,4	0
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>595</b>	<b>23,03</b>	<b>10,05</b>	<b>96,26</b>	<b>524,91</b>	<b>48,97</b>	<b>30,52</b>	<b>106,68</b>	<b>20,21</b>	<b>328,78</b>	<b>454,01</b>	<b>88,46</b>	<b>54,39</b>
115	Суп рисовый с картошкой	1/250	4,7	8,3	20,71	171,87	0,23	14,92	2,07	4,02	27,745	23	6,24	1,101
291	Плов из мяса цыпленка - бройлера	100/180	19,47	22,53	31,87	408	0,09	1,87	48,2	0,95	24,4	161,47	37,19	201,6
379	Кофейный напиток	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	62,1	53,5	18,7	0,3
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>830</b>	<b>33,66</b>	<b>34,22</b>	<b>113,58</b>	<b>883,77</b>	<b>49,02</b>	<b>18,09</b>	<b>71,57</b>	<b>18,57</b>	<b>127,75</b>	<b>249,17</b>	<b>74,73</b>	<b>229,50</b>

День: пятница

Неделя: первая

**ЗАВТРАК**

295	Котлета из мяса цыпленка бройлера	1/100	6,88	7,17	7,85	196,8	0,049	0,43	5,4	13,2	12	74,32	12	16,6
202	Макаронны отварные с маслом сливочным крестьянским 72,5%	180/7	5,4	6,33	27,53	225	0,146	0,04	48,8	0,59	36,75	91,19	31,5	52,9
71	Огурцы свежие (соленые) в нарезке	1/100	0,39	0,05	0,83	5	0,01	2,45	0	1,91	11,27	11,76	6,86	2,5
349	Компот из сухофруктов	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8	2,2	1,8	1
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>727</b>	<b>19,14</b>	<b>14,62</b>	<b>101,71</b>	<b>715,20</b>	<b>48,91</b>	<b>4,32</b>	<b>75,50</b>	<b>29,42</b>	<b>86,32</b>	<b>190,67</b>	<b>64,76</b>	<b>99,50</b>

ОБЕД														
108	Суп с клецками	1/250	9,25	1,91	24,38	151,73	0,1	4,3	0,01	0,55	23,06	75,04	19,76	1,05
290	Мясо цыпленка бройлера, тушенное в соусе красном	100/50	15,2	22,6	14,8	324	0,061	0,54	6,75	16,5	15	92,9	15	20,8
302	Рис отварной рассыпчатый	1/180	3,6	4,76	26,83	214,4	0,34	0	30	3,23	31,05	236,1	156,4	35,3
377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,06	15,22	62	0,004	2,9	0	0,11	17,38	9,78	5,24	0,1
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>902</b>	<b>34,70</b>	<b>30,32</b>	<b>125,03</b>	<b>952,53</b>	<b>49,21</b>	<b>7,74</b>	<b>58,06</b>	<b>33,99</b>	<b>99,99</b>	<b>425,02</b>	<b>209,00</b>	<b>83,75</b>

День: понедельник  
Неделя: вторая

ЗАВТРАК														
295	Гуляш из отварного мяса цыпленка бройлера	100/50	21,21	17,84	2,4	254,9	0,06	3,44	67,5	0,09	20,04	156,45	19,74	1,61
302	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	13,18	10,68	59,2	176,5	0,448	0	40	4,3	41,4	314,8	208,55	47,1
376	Чай с сахаром	200/15	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>645</b>	<b>41,78</b>	<b>29,71</b>	<b>125,00</b>	<b>715,20</b>	<b>49,21</b>	<b>7,44</b>	<b>128,80</b>	<b>17,99</b>	<b>88,94</b>	<b>496,45</b>	<b>248,89</b>	<b>78,01</b>

ОБЕД

103	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	4,7	8,3	20,71	171,87	0,23	14,92	2,07	4,02	27,745	23	6,24	1,101
287	Котлета из мяса цыпленка бройлера	1/100	10,98	6,05	12,47	148,84	15,16	10,8	23,86	19,16	10,23	0,7	2,93	24,67
	Помидоры свежие (соленые) в нарезке	1/100	0,39	0,05	0,83	5	0,01	2,45	0	1,91	11,27	11,76	6,86	2,5
173	Картофель отварной с маслом сливочным крестьянским 72,5%	180/10	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	0,3	61,8	108,3	35,2	0,5
379	Кофейный напиток	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	62,1	53,5	18,7	0,3
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>940</b>	<b>31,26</b>	<b>24,59</b>	<b>136,71</b>	<b>882,21</b>	<b>64,10</b>	<b>30,77</b>	<b>47,23</b>	<b>38,99</b>	<b>186,65</b>	<b>208,46</b>	<b>82,53</b>	<b>55,57</b>

День: вторник

Неделя: вторник

**ЗАВТРАК**

295	Тфрегли из мяса говядинны	100/50	21,21	17,84	2,4	254,9	0,06	3,44	67,5	0,09	20,04	156,45	19,74	1,61
171	Каша пшеничная рассыпчатая	1/180	3,6	4,76	26,83	214,4	0,34	0	30	3,23	31,05	236,1	156,4	35,3
342	Компот из свежих яблок	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8	2,2	1,8	1
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>630</b>	<b>31,28</b>	<b>23,67</b>	<b>94,73</b>	<b>757,70</b>	<b>49,11</b>	<b>4,84</b>	<b>118,80</b>	<b>17,04</b>	<b>77,39</b>	<b>405,95</b>	<b>190,54</b>	<b>64,41</b>

**ОБЕД**

87	Щи из свежей капусты	1/250	9	2,1	3,1	31	0,33	38,153	0,87	4,51	84,02	89,62	3,27	3,874
292	Мясо пылленка бройлера, тушенное в соусе красном	100/50	15,2	22,6	14,8	324	0,061	0,54	6,75	16,5	15	92,9	15	20,8
143	Овощное рагу	1/180	2,1	12,3	15,75	181,5	0,165	2,7	65	0,79	38,78	121,58	42	1,19
376	Чай с сахаром	200/15	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>895</b>	<b>33,69</b>	<b>38,19</b>	<b>97,05</b>	<b>820,30</b>	<b>49,26</b>	<b>45,39</b>	<b>93,92</b>	<b>35,40</b>	<b>165,30</b>	<b>329,30</b>	<b>80,87</b>	<b>55,16</b>

День: среда

Неделя: вторник

**ЗАВТРАК**

284	Тфрегли из мяса пылленка бройлера в соусе сметанном с томатом	100/50	11,85	20,6	10,5	294	3,2	6,35	4,1	7,9	8,6	3,8	4,6	0,1
171	Каша ячневая рассыпчатая	1/180	13,18	10,68	59,2	176,5	0,448	0	40	4,3	41,4	314,8	208,55	47,1
377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,06	15,22	62	0,004	2,9	0	0,11	17,38	9,78	5,24	0,1
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>612</b>	<b>31,68</b>	<b>32,33</b>	<b>128,72</b>	<b>732,90</b>	<b>52,35</b>	<b>9,25</b>	<b>65,40</b>	<b>25,91</b>	<b>80,88</b>	<b>339,58</b>	<b>230,99</b>	<b>73,80</b>

ОБЕД														
19	Суп картофельный с горохом	1/250	10,94	4,18	41,02	235,13	0,4	11	0	3,24	33	56,34	5,74	2,39
20	Плов из мяса цыпленка - бройлера	100/180	19,47	22,53	31,87	408	0,09	1,87	48,2	0,95	24,4	161,47	37,19	201,6
71	Помидоры свежие (соленые) в нарезке	1/100	0,39	0,05	0,83	5	0,01	2,45	0	1,91	11,27	11,76	6,86	2,5
39	Компот из сухофруктов	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8	2,2	1,8	1
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>830</b>	<b>37,27</b>	<b>27,83</b>	<b>139,22</b>	<b>936,53</b>	<b>49,21</b>	<b>16,72</b>	<b>69,50</b>	<b>19,82</b>	<b>94,97</b>	<b>242,97</b>	<b>64,19</b>	<b>233,99</b>

День: четверг

Неделя: вторая

ЗАВТРАК														
25	Шницель рыбный	1/100	12,78	6,64	7,57	141	0,067	2,52	12,1	1,16	40,39	166,58	23,45	1,9
128	пюре картофельное три налички	1/180	3,15	6,9	26,25	181,6	0,195	29,19	14,5	5,91	113,65	161,33	52,95	1
71	Оруды свежие (соленые) в нарезке	1/100	0,39	0,05	0,83	5	0,01	2,45	0	1,91	11,27	11,76	6,86	12,3
39	Кофейный напиток	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	62,1	53,5	18,7	0,3
	Яблоко калиброванное 1шт	1/150	0,8	0,8	19,6	94	0	20	0	0	32	22	0,1	4,4
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>830</b>	<b>26,61</b>	<b>17,78</b>	<b>115,25</b>	<b>725,50</b>	<b>48,97</b>	<b>55,46</b>	<b>47,90</b>	<b>22,58</b>	<b>272,91</b>	<b>426,37</b>	<b>114,66</b>	<b>46,40</b>
ОБЕД														
81	Борщ с капустой и картофелем	1/250	6,11	7,91	17,9	174,72	0,33	38,153	0,87	4,51	84,02	89,62	3,27	3,874
295	Котлета из мяса цыпленка бройлера	1/100	6,88	7,17	7,85	196,8	0,049	0,43	5,4	13,2	12	74,32	12	16,6
202	Макаронны отварные с маслом сливочным крестьянским 72,5%	180/7	5,4	6,33	27,53	225	0,146	0,04	48,8	0,59	36,75	91,19	31,5	52,9
376	Чай с сахаром	200/15	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3	8,6	6,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2	2,6	6,3	14,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>852</b>	<b>25,78</b>	<b>22,60</b>	<b>116,68</b>	<b>880,32</b>	<b>49,23</b>	<b>42,62</b>	<b>76,37</b>	<b>31,90</b>	<b>160,27</b>	<b>280,33</b>	<b>67,37</b>	<b>102,67</b>

День: пятница  
Неделя: вторник

**ЗАВТРАК**

290	Мясо пылленка бройлера, тушеное в соусе красном	100/50	15,2	22,6	14,8	324	0,061	0,54	6,75	16,5	15
302	Рис рассыпчатый	1/180	3,6	4,76	26,83	214,4	0,34	0	30	3,23	31,05
Пром	Соус яблочный	1/200	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	14
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>630</b>	<b>24,78</b>	<b>28,34</b>	<b>90,09</b>	<b>758,00</b>	<b>36,80</b>	<b>4,54</b>	<b>49,05</b>	<b>31,03</b>	<b>72,35</b>

**ОБЕД**

108	Суп картофельный с клецками	1/250	4,7	8,3	20,71	171,87	0,23	14,92	2,07	4,02	27,745
284	Тефтели из мяса пылленка бройлера в соусе сметанном с томатом	100/50	11,85	20,6	10,5	294	3,2	6,35	4,1	7,9	8,6
171	Каша пшеничная рассыпчатая	1/180	3,6	4,76	26,83	214,4	0,34	0	30	3,23	31,05
349	Компот из сухофруктов	1/200	0,08	0,08	21,7	88	0,006	1,4	0	0,12	12,8
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/60	4,98	0,78	28,86	136,2	36,4	0	12,3	11,3	12,3
	Хлеб ржаной	1/40	1,41	0,21	14,94	64,2	12,3	0	9	2,3	1,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>880,00</b>	<b>26,62</b>	<b>34,73</b>	<b>123,54</b>	<b>968,67</b>	<b>52,48</b>	<b>22,67</b>	<b>57,47</b>	<b>28,87</b>	<b>93,70</b>
	<b>Итого за весь период</b>	<b>15295,00</b>	<b>53,24</b>	<b>69,46</b>	<b>247,08</b>	<b>1937,34</b>	<b>104,95</b>	<b>45,34</b>	<b>114,94</b>	<b>57,74</b>	<b>187,39</b>

Средняя стоимость дня: 88,17  
Химический состав:  
Белки 5,324  
Жиры 6,946  
Углеводы 24,708  
Энергетическая ценность 193,734

Основание:

Меню подготовил:  
Техник-технолог МКУ "Центр по ОУО"

Д. С. Трухвиони