Согласовано: Директор МБОУ СОШ № 12 л.Шахты ФИО МОТО В СОВЕСОЙ ОТО В СОВЕСОМ ОТО В СО

Утверждаю: ИП Овчинникова Л.И.

Примерное 2-х недельное меню

для организации бесплатного горячего питания обучающихся льготных категорий 5-11 классов (в 1-ю сменузавтраки), в т.ч. для обучающихся с ОВЗ (в 1-ю смену - завтрак и обед) в МБОУ СОШ № 12 г. Шахты на 2023 год

ЗАВТРАК Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед Винегрет овощной Суп картофельный (с горохом) Макароны отварные с сыром Кисель из яблок (с витамином С) Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Пряник	200 100 180 40 40 560 100 250 200 180 40 20 30 820	14,20 0,60 2,85 2,81 3,16 23,62 1,30 5,49 10,53 0,10 3,16 1,12 1,80 23,497	11,36 0,00 2,41 3,21 0,40 17,38 4,50 5,27 9,06 0,11 0,40 0,22 4,30 23,858	21,09 3,80 14,34 19,48 19,32 78,03 7,7 16,54 38,13 22,59 19,32 9,88 16,00 130,155	466,60 14,00 90,54 118,00 94,00 783,14 76 148,25 276,93 107,28 94,00 45,98 109,00 857,44	213/201 70/71/20 379/20 430/201 701/202 67/201 102/202 701/202 702/20
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед Винегрет овощной Суп картофельный (с горохом) Макароны отварные с сыром Кисель из яблок (с витамином С) Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	100 180 40 40 560 100 250 200 180 40 20	0,60 2,85 2,81 3,16 23,62 1,30 5,49 10,53 0,10 3,16 1,12	0,00 2,41 3,21 0,40 17,38 4,50 5,27 9,06 0,11 0,40 0,22	3,80 14,34 19,48 19,32 78,03 7,7 16,54 38,13 22,59 19,32 9,88	14,00 90,54 118,00 94,00 783,14 76 148,25 276,93 107,28 94,00 45,98	70/71/20 379/20 430/201 701/20: 67/201 102/20: 204/20 352/20: 701/20:
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед Винегрет овощной Суп картофельный (с горохом) Макароны отварные с сыром Кисель из яблок (с витамином С) Хлеб пшеничный	100 180 40 40 560 100 250 200 180 40	0,60 2,85 2,81 3,16 23,62 1,30 5,49 10,53 0,10 3,16	0,00 2,41 3,21 0,40 17,38 4,50 5,27 9,06 0,11 0,40	3,80 14,34 19,48 19,32 78,03 7,7 16,54 38,13 22,59 19,32	14,00 90,54 118,00 94,00 783,14 76 148,25 276,93 107,28 94,00	70/71/20 379/20 430/20 701/20 67/201 102/20 204/20 352/20 701/20
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед Винегрет овощной Суп картофельный (с горохом) Макароны отварные с сыром Кисель из яблок (с витамином С)	100 180 40 40 560 100 250 200 180	0,60 2,85 2,81 3,16 23,62 1,30 5,49 10,53 0,10	0,00 2,41 3,21 0,40 17,38 4,50 5,27 9,06 0,11	3,80 14,34 19,48 19,32 78,03 7,7 16,54 38,13 22,59	14,00 90,54 118,00 94,00 783,14 76 148,25 276,93 107,28	70/71/2 379/20 430/20 701/20 67/20 102/20 204/20 352/20
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед Винегрет овощной Суп картофельный (с горохом) Макароны отварные с сыром	100 180 40 40 560 100 250	0,60 2,85 2,81 3,16 23,62 1,30 5,49 10,53	0,00 2,41 3,21 0,40 17,38 4,50 5,27 9,06	3,80 14,34 19,48 19,32 78,03 7,7 16,54 38,13	14,00 90,54 118,00 94,00 783,14 76 148,25 276,93	70/71/2 379/20 430/20 701/20 67/20 102/20 204/20
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед Винегрет овощной Суп картофельный (с горохом)	100 180 40 40 560	0,60 2,85 2,81 3,16 23,62 1,30 5,49	0,00 2,41 3,21 0,40 17,38 4,50	3,80 14,34 19,48 19,32 78,03	14,00 90,54 118,00 94,00 783,14 76 148,25	70/71/2 379/20 430/20 701/20 67/20
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед Винегрет овощной	100 180 40 40 560	0,60 2,85 2,81 3,16 23,62	0,00 2,41 3,21 0,40 17,38	3,80 14,34 19,48 19,32 78,03	14,00 90,54 118,00 94,00 783,14	70/71/: 379/2i 430/2i 701/2i
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи Обед	100 180 40 40 560	0,60 2,85 2,81 3,16 23,62	0,00 2,41 3,21 0,40 17,38	3,80 14,34 19,48 19,32 78,03	14,00 90,54 118,00 94,00 783,14	70/71/2 379/20 430/20 701/20
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный Итого за прием пищи	100 180 40 40	0,60 2,85 2,81 3,16	0,00 2,41 3,21 0,40	3,80 14,34 19,48 19,32	14,00 90,54 118,00 94,00	70/71/2 379/2 430/2
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская Хлеб пшеничный	100 180 40 40	0,60 2,85 2,81 3,16	0,00 2,41 3,21 0,40	3,80 14,34 19,48 19,32	14,00 90,54 118,00 94,00	70/71/ 379/2 430/2
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке Булочка Российская	100 180 40	0,60 2,85 2,81	0,00 2,41 3,21	3,80 14,34 19,48	14,00 90,54 118,00	70/71/ 379/2 430/2
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор) Кофейный напиток злаковый на молоке	100	0,60	0,00	3,80 14,34	14,00 90,54	70/71/ 379/2
Омлет с запеченным картофелем Овощи посезонно (помидор)	100	0,60	0,00	3,80	14,00	70/71/
Омлет с запеченным картофелем						
	200	14,20	11,36	21,09	466,60	213/2
ЗАВТРАК		4				
	В	торник				
Итого за день:	1458	41,0187	67,8449	249,9913	1782,3045	
Итого:	898	26,24	40,50	141,01	1039,79	
Печенье	28	2,10	3,70	17,80	116,00	п.
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	702/2
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2
Компот из свежих яблок (с витамином С)	180	0,12	0,12	20,91	85,95	342/2
Рис отварной	180	4,38	6,45	44,02	251,64	304/2
Биточки (со сметанным с томатом соусом)	100	8,50	19,32	10,99	253,78	268/331
Борщ с капустой и картофелем	250	5,55	7,04	11,63	132,04	82/20
Салат из свежей капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	45/20
Обед			* * * * * * * * * * * * * * * * * * *			
Итого за прием пищи	560	14,78	27,35	108,98	742,52	
Булочка домашняя	60	4,368	7,512	26,352	190,8	424/2
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2
Масло порциями	10	0,20	7,25	0,13	66,09	14/20
Каша манная молочная с маслом, сахаром Чай с сахаром	250	0,20	0,00	48,14 15,04	330,69 60,94	181/2 376/2
ЗАВТРАК						
неделя	ПОН	ІЕДЕЛЬНИК				
	грамм	6	ж	у	ценность	
	порции	Harris	вещества		ческая ценность	сборн
наименование блюда			Пишевые (г)		№ рецеп

ЗАВТРАК		СРЕДА				
Шницель мясной (со сметанным соусом)	100	8,50	19,32	10,99	253,78	268/330/20
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	312/2017
Овощи посезонно (огурец)	100	0,80	0,10	2,80	15,00	70/71/201
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Чай с лимоном	180	0,24	0,01	13,73	56,99	377/2017
Итого за прием пищи	600	16,38	25,59	71,37	584,47	
Обед						
Салат из моркови с яблоками	100	1,06	8,48	8,52	114,68	60/2017N
Суп-лапша домашняя	250	2,56	5,54	11,62	115,75	113/2017
Плов из птицы (куры)	210	19,47	10,98	38,27	329,81	291/2017
Компот из смеси сухофруктов (с витамином С)	180	0,60	0,08	28,81	119,52	349/2017
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	702/2010
Печенье (Сэндвич)	25	1,25	5,00	15,25	112,50	п.т
Итого за день:	600	16,3774	25,5888	71,3668	584,47	
BABTPAK		ЧЕТВЕРГ				
Запеканка творожная с морковью	185	17,91	11,34	32,19	307,71	224/2017
Сметана	15	0,38	3,00	0,51	30,90	п,т,
Какао с молоком	180	3,66	3,186	15,82	106,74	382/2017
Сыр порциями	15	3,48	4,43	0,00	54,00	15/2017N
Фрукты (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,2	338/2017
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Итого за прием пищи	565	29,11	22,87	80,58	650,55	
Обед			- 2			
Овощи посезонно (огурец)	100	0,80	0,10	2,80	15,00	70/71/2017
Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,02	6,18	9,87	112,18	88/2017
Оладьи из печени с морковью (со сметанным соусом)	100	10,96	8,55	14,11	177,58	267K/3301
Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,00	302/2017
Компот из свежих яблок (с витамином С)	180	0,12	0,12	20,91	85,95	342/2017 _M
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	702/2010
Мини Круасан	18	1,08	2,88	9,90	70,20	П.Т.
Итого за прием пищи	888	34,22	29,19	131,63	915,89	
Итого за день:	1453	63,333	52,061	212,212	1566,44	
ЗАВТРАК		ТИТНИЦА	80,107			
Гуляш (50/50)	100	18,89	19,32	4,00	265,56	260/2017
Салат из свежей капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	45/2017м
Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,70	9,02	45,07	292,50	302/2017
Чай с сахаром	180	0,18	0,00	13,54	54,85	376/2017
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Итого за прием пищи	600	31,24	31,99	88,40	767,31	
Обед						
Салат из капусты квашеной	100	1,707	5,04	8,46	85,70	47/2017 _N
Суп картофельный (с рисом)	250	5,71	6,70	12,66	133,88	138/2004
рыба, тущенная в томате с овощами	100	16,50	8,90	7,50	176,60	229/2017
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	312/2017 _N
Сисель из яблок (с витамином С)	180	0,10	0,11	22,59	107,28	352/2017
Клеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98 106,20	702/2010
Зафли	30	0,80	1,00	23,20		п.т.
Итого за прием пищи	900	32,77	28,13	128,13	914,34	

1500

Итого за день:

64,0162

60,1168

216,5328

1681,645

понедельник

	ПОІ	недельник				
ЗАВТРАК Каша молочная Дружба	250	6,10	7,07	53,00	295,12	175/2017
Сыр порциями	20	4,64	5,90	0,00	72,00	15/2017N
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Булочка Октябренок	60	6,78	1,74	25,455	144,75	427/2017
Чай с сахаром	180	0,18	0,00	13,54	54,85	376/2017
Итого за прием пищи	550	20,86	15,113	111,32	660,7	
Обед						
Салат из свежей капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	45/2017 _M
Суп картофельный с клёцками	250	3,56	4,59	18,79	144,25	41/2010
Тефтели (мясные с соусом сметанным с томатом)	100	7,90	8,10	8,93	139,98	279/331/201
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	309/2017
Компот из свежих яблок (с витамином С)	180	0,12	0,12	20,91	85,95	342/2017
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	702/2010
Конфета Птичье молоко	14	0,35	3,08	8,26	64,20	п.т
Итого за прием пищи	884	24,0045	25,6405	131,9159	870,917	
Итого за день:	1434	44,8615	40,7535	243,2309	1531,637	
завтрак	E	ЗТОРНИК	3.1		2.19	,
Тефтели рыбные (с соусом сметанным с томатом)	100	8,70	8,26	12,08	157,32	239/331/201
Рис отварной	180	4,38	6,45	44,02	251,64	304/2017 _M
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	7,29	72,90	53/2017м
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Какао с молоком	180	3,66	3,186	15,82	106,74	382/2017
Итого за прием пищи	600	21,55	22,41	98,53	682,60	
Обед	31 31		22.6	2		
Винегрет овощной	100	1,30	4,50	7,70	76,00	67/2017
Рассольник ленинградский	250	2,40	6,43	16,53	133,28	96/2017 _N
Поджарка	100	15,64	16,69	4,93	232,61	251/2017
Картофель отварной	180	3,60	7,38	29,16	199,80	310/2017 _N
Компот из смеси сухофруктов (с витамином С)	180	0,60	0,08	28,81	119,52	349/2017
Вафли	30	0,80	1,00	23,20	106,20	п.т.
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	702/2010
Итого за прием пищи	900	28,62	36,69	139,53	1007,39	
Итого за день:	1500	50,1712	59,1077	238,0595	1689,9872	
		СРЕДА				
SABTPAK					r	
Запеканка рисовая с творогом	200	11,06	15,92	57,1	422	188 M
Молоко сгущенное	30	1,50	2,49	16,80	96,50	371K/2016
Чай с лимоном	180	0,24	0,01	13,73	56,99	377/2017
Фрукты (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	66	338/2017 _N
Итого за прием пищи	560	13,40	19,02	102,33	641,49	· ·
Обед						** · · ·
			8,45	22,28	170,18	66/2017M
Салат из моркови с изюмом (курагой) с маслом	100	1,26	0,43			
,	100 250	7,02	5,82	9,20	117,65	88/2017 _M
Щи из свежей капусты с картофелем	1 1 1 1 1 1 1			9,20	117,65 329,805	
Щи из свежей капусты с картофелем Плов из птицы (куры)	250	7,02	5,82			291/2017м
Ци из свежей капусты с картофелем Плов из птицы (куры) Кисель из яблок (с витамином С)	250 210	7,02 19,47	5,82 10,98	38,27	329,805	291/2017 _M 352/2017 _N
Щи из свежей капусты с картофелем Плов из птицы (куры) Кисель из яблок (с витамином С) Клеб пшеничный	250 210 180	7,02 19,47 0,10	5,82 10,98 0,11	38,27 22,59	329,805 107,28	88/2017M 291/2017M 352/2017M 701/2010M 702/2010N
Салат из моркови с изюмом (курагой) с маслом Щи из свежей капусты с картофелем Плов из птицы (куры) Кисель из яблок (с витамином С) Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	250 210 180 40	7,02 19,47 0,10 3,16	5,82 10,98 0,11 0,40	38,27 22,59 19,32	329,805 107,28 94,00	291/2017M 352/2017M 701/2010M

1390

Итого за день:

47,321

49,295

239,865

1615,385

60 60 60 60 60 60 60 60 60 60	7,70 0,80 2,85 3,16 27,77 1,41 3,20 18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА	9,02 0,10 2,41 0,40 23,16 6,01 4,10 4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	45,07 2,80 14,34 19,32 85,05 8,26 22,65 1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	292,50 15,00 90,54 94,00 677,04 92,80 140,30 119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	302/2017M 70/71/2017M 379/2017M 701/2010M 52/2017M 103/2017M 227/2017M 312/2017M 342/2017M 701/2010M 702/2010M 702/2010M
000 000 000 000 000 000 000 000	0,80 2,85 3,16 27,77 1,41 3,20 18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	0,10 2,41 0,40 23,16 6,01 4,10 4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	2,80 14,34 19,32 85,05 8,26 22,65 1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	90,54 94,00 677,04 92,80 140,30 119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	70/71/2017M 379/2017M 701/2010M 52/2017M 103/2017M 227/2017M 312/2017M 342/2017M 701/2010M 702/2010M ILT
00 00 00 00 00 00 00 00 4 4 4 4 7 7	3,16 27,77 1,41 3,20 18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ВЯТНИЦА 12,20 6,48	0,40 23,16 6,01 4,10 4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	19,32 85,05 8,26 22,65 1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	94,00 677,04 92,80 140,30 119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	52/2017м 103/2017м 227/2017м 312/2017м 342/2017м 701/2010м 702/2010м
00 00 00 00 00 00 00 00 4 4 4 4 7 7	3,16 27,77 1,41 3,20 18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ВЯТНИЦА 12,20 6,48	0,40 23,16 6,01 4,10 4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	19,32 85,05 8,26 22,65 1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	94,00 677,04 92,80 140,30 119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	52/2017м 103/2017м 227/2017м 312/2017м 342/2017м 701/2010м 702/2010м
000 000 000 000 000 000 44 000 000 000	1,41 3,20 18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 1ЯТНИЦА	23,16 6,01 4,10 4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	8,26 22,65 1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	92,80 140,30 119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	52/2017M 103/2017M 227/2017M 312/2017M 342/2017M 701/2010M 702/2010M
60 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 0	3,20 18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	4,10 4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	22,65 1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	140,30 119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	103/2017M 227/2017M 312/2017M 342/2017M 701/2010M 702/2010M
60 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 0	3,20 18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	4,10 4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	22,65 1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	140,30 119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	103/2017M 227/2017M 312/2017M 342/2017M 701/2010M 702/2010M
00 00 00 00 00 44 84 00 00 00 00 00 00 00 00 00 0	18,45 3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА	4,53 5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	1,48 24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	119,01 164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	227/2017M 312/2017M 342/2017M 701/2010M 702/2010M
30 30 0 0 0 4 34 84	3,68 0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ВЯТНИЦА 12,20 6,48	5,76 0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	24,53 20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	164,70 85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	312/2017M 342/2017M 701/2010M 702/2010M II.T
00 00 44 84 Π	0,12 3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	0,12 0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	20,91 19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	85,95 94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	342/2017м 701/2010м 702/2010м п.т
0 0 4 34 884 П	3,16 1,12 0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	0,40 0,22 3,08 24,22 47,3818	19,32 9,88 8,26 115,28 200,3358	94,00 45,98 64,20 806,94 1483,9811	701/2010M 702/2010M II.T
00 4 84 84 П	1,12 0,35 31,49 59,2594 ВЯТНИЦА 12,20 6,48	0,22 3,08 24,22 47,3818	9,88 8,26 115,28 200,3358	45,98 64,20 806,94 1483,9811	702/2010M II.T
4 84 П 00	0,35 31,49 59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	3,08 24,22 47,3818	8,26 115,28 200,3358	64,20 806,94 1483,9811	п.т
84 84 П 00	31,49 59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	24,22 47,3818	115,28 200,3358	806,94 1483,9811	
84 П 00	59,2594 ІЯТНИЦА 12,20 6,48	47,3818 13,87	200,3358	1483,9811	294/330/2017
П 00 80	12,20 6,48	13,87			294/330/2017
00	12,20		9,13	210,98	294/330/2017
30	6,48		9,13	210,98	294/330/2017
-	-	5.88			
00		0,00	39,36	236,16	309/2017м
	1,63	1,60	10,27	104,00	101/2004n
0	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010M
30	0,18	0,00	13,54	54,85	376/2017M
20	23,65	21.75	01.62	600.00	
50		21,73	31,02	033,33	
00	0,60	0,00	3,80	14,00	70/71/2017 <i>N</i>
50	6,80	7,04	11,63	137,04	84/2017 _M
50	17,57	42,14	23,69	547,14	259/2017M
30	0,60	0,08	28,81	119,52	349/2017m
0	3,16	0,40	19,32	94,00	701/2010M
0	1,12	0,22	9,88	45,98	702/2010M
8	1,08	2,88	9,90	70,20	п.т.
58	30,93	52,76	107,02	1027,88	
58	54,58	74,50	198,64	1727,86	
557	488.05	517,89	2078,42	15304,29	
95	222,36	226,62	916,21	6889,82	
9,5	22,24	22,66	91,62	688,98	
62	265,69	291,27	1162,21	8414,47	
5,2	26,57	29,13	116,22	841,45	
)	0,00	0,00	0,00	0	
				0	
	1	-			
-	90	92	383	2720	
		15.			
	60 60 60 60 60 60 60 60 60 60 60 60 60 6	00 0,60 00 6,80 00 17,57 00 0,60 00 3,16 00 1,12 8 1,08 58 30,93 58 54,58 557 488,05 95 222,36 95 222,24 62 265,69 5,2 26,57 0 0,00 90	21,73 00 0,60 0,00 00 6,80 7,04 00 17,57 42,14 00 0,60 0,08 00 3,16 0,40 00 1,12 0,22 8 1,08 2,88 38 30,93 52,76 58 54,58 74,50 557 488,05 517,89 95 222,36 226,62 9,5 22,24 22,66 265,69 291,27 5,2 26,57 29,13 0 0,00 0,00 90 92	21,73 91,62 21,73 91,62 20 0,60 0,00 3,80 20 6,80 7,04 11,63 20 17,57 42,14 23,69 20 0,60 0,08 28,81 20 1,12 0,22 9,88 8 1,08 2,88 9,90 28 30,93 52,76 107,02 28 58 54,58 74,50 198,64 29 222,36 226,62 916,21 29,5 22,24 22,66 91,62 265,69 291,27 1162,21 26,2 265,69 291,27 1162,21 26,2 26,57 29,13 116,22 27 0,00 0,00 0,00 28 90 92 383	21,75

Примерное меню сформировано в соответствии с единым региональным Примерным двухнедельным меню , согласованным Минобразованием Ростовской серти с Управлением Роспотребнадзора по Ростовской области 01.10.2020, с учетом корректировки от 27.01.2021 и от 24.08.2021. для обучающихся рестной категории 12 лет и старше (5-11 классов)

тользованная литература:

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Борник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2017. - 544c.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2010. - 544c.

борым рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся в образовательных учреждениях Кучма В.Р. изд. Научный центр здоровья детей, 2016 г.

жимического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

ЧНПИН 1.2. 3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".