

Вас обслуживает ООО «Школьное питание» тел. 4-45-47

## Меню с 10 марта по 14 марта 2025 г.

Возрастная группа: 7-11 лет

Сезон:

осенне-зимний

День: понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8			59	0,1	1,2	1,9		0,02
173	Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200/5	205	12,50	8,00	31,50	230,10	0,06	0,90	0,26		188,74	175,38	33,54	0,6
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Кондитерское изделие	65	0,5	3,4	17,6	152	0,08		11	3,5	29	90	20	2,1
<b>Итого за Завтрак</b>		510	15,68	19,98	74,93	574,79	0,19	3,80	70,76	4,00	233,92	303,16	68,68	4,18
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	60	0,69	3,13	4,33	49,43	0,02	12,7	161,74	1,43	20,74	17,58	10,39	0,78
98/М/ССЖ	Суп крестьянский с рисом на курином бульоне	200	4,41	6,64	11,52	123,8	0,18	16,3	167,32	1,93	24,58	64,91	19,67	0,75
256/М/ССЖ	Мясо тушеное (свинина)	90	13,41	14,54	2,81	199,94	0,59	2,73	101,5	0,67	16,52	146,74	18,13	0,97
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	0,22		12,8	0,42	10,98	149,53	100,04	3,36
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		800	32,15	28,83	105,72	823,43	1,18	35,73	443,36	5,88	111,12	508,86	194,33	11,60
<b>Итого за день</b>		1310	48	49	181	1398	1	40	514	10	345	812	263	16

День: вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
274/И	Соус болоньезе	90	12,9	10,32	1,72	151,48	0,45	3,72	149,5	0,13	12,43	135,62	20,03	1,99
202/М/ССЖ	Макаронные изделия отварные	150	5,53	4,78	35,29	206,4	0,09		29,5	0,8	11,94	44,83	8,11	0,82
376/М/ССЖ	Чай с сахаром, 200/11	200	0,2	0,02	11,05	45,41		0,1	0,5		5,28	8,24	4,4	0,85
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
338/М	Фрукт	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	2	0,4	19	16	12	2,3
<b>Итого за Завтрак</b>		570	21,40	15,72	72,85	520,79	0,61	8,82	181,5	1,72	55,55	230,79	54,44	6,56
<b>Обед</b>														
пр	Огурец консерв.	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,05	2,3	6,00	0,03	57,00	16,00	7,00	0,26
101/М/ССЖ	Суп картофельный с рисом с курицей	200	5,36	6,49	13,97	136,03	0,25	10	169,26	1,5	13,75	77,76	21,71	0,85
292/М/ССЖ	Жаркое по-домашнему (курица)	240	21,85	15,73	30,54	347,77	0,3	37,9	19,34	3,31	32,75	276,31	62,03	2,49
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		790	34,61	23,35	102,88	759,44	0,77	50,80	194,60	6,90	152,13	508,07	144,59	7,05
<b>Итого за день</b>		1360	56	39	176	1280	1	60	376	9	208	739	199	14

День: среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		43,7	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		104	0,24	22	76,8	4,8	1
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	150	5,69	6,38	26,61	144,04	0,17	0,18	29,7	0,38	139,86	159,68	17,72	1,24
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,87	3,8	16,09	115,45	0,04	0,3	20,12	0,01	145,45	116,2	31	1,01
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Кондитерское изделие	65	0,5	3,4	17,6	152	0,08		11	3,5	29	90	20	2,1
<b>Итого за Завтрак</b>		500	20,99	22,91	75,07	588,09	0,38	0,59	208,02	4,60	475,21	543,78	88,67	6,10
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	60	0,69	3,13	4,33	49,43	0,02	12,7	161,74	1,43	20,74	17,58	10,39	0,78
95/М/ССЖ	Рассольник домашний на курином бульоне 200	200	3,85	5,41	14,01	120,9	0,18	13,39	176,26	1,07	23,91	73,03	23,65	0,89
234/М/ССЖ	Биточки рыбные с соусом сметанным, 90/30	120	12,74	8,04	11,83	126,27	0,12	0,37	14,70	0,97	39,71	185,96	44,90	1,02
415/К/ССЖ	Рис припущенный с овощами	150	3,44	4,6	32,74	186,57	0,06	4	429,5	0,35	18,42	87,85	31,3	0,78
342/М/ССЖ	Компот из свежих яблок, 200/11	200	0,16	0,16	14,9	62,69	0,01	4	2	0,08	6,73	4,4	3,6	0,91
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		820	27,21	22,36	116,10	735,16	0,54	34,46	784,20	5,13	133,81	484,92	151,94	7,32
<b>Итого за день</b>		1320	48	45	191	1323	1	35	992	10	609	1029	241	13

День: четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
290/М/ССЖ	Гуляш из курицы	90	10,85	9,61	3,41	141,52	0,06	2,25	7,98	2,29	9,59	103,08	13,57	0,59
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	0,22		12,8	0,42	10,98	149,53	100,04	3,36
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	2,94	3,24	15,82	105,04	0,04	0,3	20		140,54	90	14,05	0,13
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
338/М	Фрукт	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	2	0,4	19	16	12	2,3
<b>Итого за Завтрак</b>		570	22,87	16,75	72,59	533,02	0,39	7,55	42,78	3,5	187,01	384,71	149,56	6,98
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	60	0,69	3,13	4,33	49,43	0,02	12,7	161,74	1,43	20,74	17,58	10,39	0,78
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	200	6,57	4,05	15,42	124,7	0,29	9,4	165,52	1,08	26,12	84,82	29,45	1,74
271/М/ССЖ	Котлеты домашние	90	12,55	9,24	11,25	179	0,19	1		0,63	14,47	131,11	25,03	1,46
143/М/ССЖ	Рагу из овощей	150	3,37	5,5	20,82	147,34	0,15	41,85	703,99	2,53	45,13	95,27	44,41	1,5
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		790	30,10	22,99	108,89	767,71	0,82	65,55	1031,25	7,73	155,09	466,78	163,13	8,93
<b>Итого за день</b>		1360	53	40	181	1301	1	73	1074	11	342	851	313	16

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
224	Запеканка творожная с морковью с повидлом 200/40	240	11,4	14,6	40,2	371,6	0,09	3,10	1,00	0,40	182,00	282,00	49,20	1,50
376/м/ССЖ	Чай с сахаром, 200/11	200	0,2	0,02	11,05	45,41		0,1	0,5		5,28	8,24	4,4	0,85
	Кондитерское изделие	65	0,5	3,4	17,6	152	0,08		11	3,5	29	90	20	2,1
<b>Итого за Завтрак</b>		505	12,10	18,02	68,85	568,61	0,17	3,20	12,50	3,90	216,28	380,24	73,60	4,45
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	60	0,69	3,13	4,33	49,43	0,02	12,7	161,74	1,43	20,74	17,58	10,39	0,78
82/м/ССЖ	Борщ из капусты с картофелем на курином бульоне, 200	200	4,01	6,37	9,66	112,7	0,16	31,49	236,46	1,54	45,46	69,29	24,38	0,93
291/м/ССЖ	Плов с отварной птицей	240	23,31	15,04	33,34	358,19	0,15	3,2	816,7	0,41	29,34	269,52	56,19	1,58
377/м/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		790	34,60	25,59	96,88	757,41	0,48	50,29	1215,40	4,62	127,92	482,27	134,30	7,13
<b>Итого за день</b>		1 295	47	44	166	1 326	1	53	1 228	9	344	863	208	12

Директор МАОУ «Гимназия»: \_\_\_\_\_

Зав. Производством: \_\_\_\_\_

Вас обслуживает ООО «Школьное питание» тел. 4-45-47

## Меню с 10 марта по 14 марта 2025 г.

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

День: понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8			59	0,1	1,2	1,9		0,02
173	Каша рисовая молочная с маслом сливочным 250/5	255	15,60	10,00	39,30	287,60	0,08	1,12	0,33		235,90	219,20	41,90	0,8
377/МССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Кондитерское изделие	65	0,5	3,4	17,6	152	0,08		11	3,5	29	90	20	2,1
<b>Итого за Завтрак</b>		570	19,57	22,08	87,56	655,79	0,22	4,02	70,83	4,13	283,38	355,68	80,34	4,57
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	100	1,17	3,23	7,28	65,29	0,03	22,35	262,89	1,5	33,78	29,44	17,48	1,29
98/МССЖ	Суп крестьянский с рисом на курином бульоне	250	5,75	8,51	14,4	157,5	0,24	20,4	209,65	2,42	29,98	82,95	24,77	0,94
256/МССЖ	Мясо тушеное (свинина)	100	15,16	16,35	2,96	224,3	0,67	2,95	121,7	0,7	18,6	166,07	20,45	1,09
171/МССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	0,26		13	0,5	12,98	179,33	120,04	4,03
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		930	36,98	32,94	117,41	928,15	1,37	49,70	607,24	6,55	133,64	587,89	228,84	13,09
<b>Итого за день</b>		1 500	57	55	205	1 584	2	54	678	11	417	944	309	18

День: вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
274/И	Соус болоньезе	100	14,34	12,66	1,88	178,96	0,5	4,08	181,3	0,15	13,95	151,13	22,3	2,21
202/МССЖ	Макаронные изделия отварные	180	6,63	4,91	42,34	240,2	0,1		29,5	0,95	14,21	53,6	9,73	0,99
376/МССЖ	Чай с сахаром, 200/11	200	0,2	0,02	11,05	45,41		0,1	0,5		5,28	8,24	4,4	0,85
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Фрукт	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	2	0,4	19	16	12	2,3
<b>Итого за Завтрак</b>		620	24,73	18,29	84,89	605,57	0,68	9,18	213,30	2,02	61,64	263,77	61,63	7,15
<b>Обед</b>														
пр	Огурец консерв.	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,05	2,3	6,00	0,03	57,00	16,00	7,00	0,26
101/МССЖ	Суп картофельный с рисом с курицей	250	6,71	7,36	17,55	163,68	0,31	12,6	211,59	1,55	17,24	97,48	27,25	1,07
292/МССЖ	Жаркое по-домашнему (курица)	280	25,54	18,22	35,6	404,48	0,35	44,1	22,62	3,78	38,1	322,68	72,29	2,9
349/МССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		920	39,97	26,75	112,52	849,40	0,88	59,60	240,21	7,42	160,97	574,16	160,39	7,68
<b>Итого за день</b>		1 540	65	45	197	1 455	2	69	454	9	223	838	222	15

День: среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		104	0,24	22	76,8	4,8	1
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев " Геркулес"	200	7,63	9,35	35,36	192,70	0,23	0,24	45,5	0,52	170,21	214,22	23,74	1,66
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,87	3,8	16,09	115,45	0,04	0,3	20,12	0,01	145,45	116,2	31	1,01
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Кондитерское изделие	65	0,5	3,4	17,6	152	0,08		11	3,5	29	90	20	2,1
<b>Итого за Завтрак</b>		560	23,72	25,98	88,65	671,15	0,45	0,65	223,82	4,87	507,86	607,02	97,99	6,72
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	100	1,17	3,23	7,28	65,29	0,03	22,35	262,89	1,5	33,78	29,44	17,48	1,29
95/М/ССЖ	Рассольник домашний на курином бульоне, 250	250	5,24	7,29	17,54	157,68	0,24	16,94	218,86	1,56	28,34	94,31	30,04	1,16
234/М/ССЖ	Биточки рыбные с соусом сметанным, 100/30	130	14,1	8,14	13,47	139,31	0,13	0,40	15,4	1,03	43,28	205,74	49,88	1,15
415/К/ССЖ	Рис припущенный с овощами	180	4,14	5,52	39,44	224,55	0,07	4,8	515,4	0,42	22,12	105,72	37,66	0,94
342/М/ССЖ	Компот из свежих яблок, 200/11	200	0,16	0,16	14,9	62,69	0,01	4	2	0,08	6,73	4,4	3,6	0,91
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		950	31,16	25,36	130,92	838,82	0,63	48,49	1014,55	5,82	158,55	555,71	176,76	8,39
<b>Итого за день</b>		1 510	55	51	220	1 510	1	49	1 238	11	666	1 163	275	15

День: четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
290/М/ССЖ	Гуляш из курицы	100	11,95	11,09	3,49	159,32	0,07	2,35	8,82	2,74	10,38	113,46	14,79	0,64
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	0,26		13	0,5	12,98	179,33	120,04	4,03
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	2,94	3,24	15,82	105,04	0,04	0,3	20		140,54	90	14,05	0,13
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Фрукт	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	2	0,4	19	16	12	2,3
<b>Итого за Завтрак</b>		620	26,02	18,66	83,21	605,12	0,45	7,65	43,82	4,16	192,10	433,59	174,08	7,90
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	100	1,17	3,23	7,28	65,29	0,03	22,35	262,89	1,5	33,78	29,44	17,48	1,29
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	250	8,3	5,64	19,28	161,47	0,37	11,76	207,1	1,57	32,63	106,81	36,9	2,19
271/М/ССЖ	Котлеты домашние	100	13,86	10,26	12,3	197,71	0,22	1,1		0,69	15,81	144,87	27,59	1,6
143/М/ССЖ	Рагу из овощей	180	4,07	5,61	25,1	168,42	0,18	50,6	844,8	2,6	54,64	114,84	53,59	1,82
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		920	34,32	25,81	120,83	860,13	0,97	86,41	1314,79	8,42	185,49	533,96	189,41	10,35
<b>Итого за день</b>		1 540	60	44	204	1 465	1	94	1 359	13	378	968	363	18

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
224	Запеканка творожная с морковью с повидлом 200/40	240	11,4	14,6	40,2	371,6	0,09	3,10	1,00	0,40	182,00	282,00	49,20	1,50
376/МССЖ	Чай с сахаром, 250/11	250	0,3	0,03	13,80	56,80		0,1	0,6		6,60	10,30	5,5	1,06
	Кондитерское изделие	65	0,5	3,4	17,6	152	0,08		11	3,5	29	90	20	2,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>555</b>	<b>12,15</b>	<b>18,03</b>	<b>71,60</b>	<b>580,00</b>	<b>0,17</b>	<b>3,22</b>	<b>12,60</b>	<b>3,90</b>	<b>217,60</b>	<b>382,30</b>	<b>74,70</b>	<b>4,66</b>
<b>Обед</b>														
пр	Салат овощной	100	1,17	3,23	7,28	65,29	0,03	22,35	262,89	1,5	33,78	29,44	17,48	1,29
82/МССЖ	Борщ из капусты с картофелем на курином бульоне, 250	250	5,24	7,08	12,03	133,58	0,21	39,47	298,69	1,59	57,38	88,27	30,77	1,2
291/МССЖ	Плов с отварной птицей	280	27,15	17,38	39,11	417,1	0,17	3,7	945,12	0,47	34,07	314,09	65,51	1,84
377/МССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,0	0,7	23,80	119	0,11			0,8	17,4	90	28,2	2,34
<b>Итого за Обед</b>		<b>920</b>	<b>40,15</b>	<b>28,74</b>	<b>107,97</b>	<b>853,06</b>	<b>0,56</b>	<b>68,42</b>	<b>1507,20</b>	<b>4,80</b>	<b>157,61</b>	<b>557,68</b>	<b>157,10</b>	<b>8,17</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 475</b>	<b>52</b>	<b>47</b>	<b>180</b>	<b>1 433</b>	<b>1</b>	<b>72</b>	<b>1 520</b>	<b>9</b>	<b>375</b>	<b>940</b>	<b>232</b>	<b>13</b>

Директор МАОУ «Гимназия»: \_\_\_\_\_

Зав. Производством: \_\_\_\_\_