

Утверждаю:

Директор МАОУ «Адаптивная школа-интернат  
«Ступени» г. Перми

Т.Н. Крутикова

Дата:



## Десятидневное меню

Дети проживающие с 7 лет до 11 лет  
( ВЕСНА)

**Источник:** Сборник технологических нормативов, рецептурных блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений.

Пермь 2008 г.

### Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая			155	5	5	23	158	107
	Молоко свежее	0,0801	0,0801						
	Крупа манная	0,0234	0,0234						
	Масло сливочное	0,0038	0,0038						
	Сахарный песок	0,0038	0,0038						
	Вода	0,0529	0,0529						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47
	Хлеб пшеничный	0,03	0,03						
	<b>Итого за Завтрак</b>					<b>7</b>	<b>5</b>	<b>47</b>	<b>268</b>
Обед	Икра кабачковая			60		4	4	54	25,06
	Кабачковая икра	0,06	0,063						
	Рассольник ленинградский			200	2	5	14	119	42
	Картофель	0,06	0,08						
	Геркулес крупа	0,004	0,004						
	Морковь	0,008	0,01						
	Лук репчатый	0,004	0,0048						
	Огурцы консервированные	0,012	0,0152						
	Масло растительное	0,004	0,004						
	Сметана	0,008	0,008						
	Вода	0,15	0,15						
	Соль	0,0024	0,0024						
	Каша гречневая рассыпчатая			150	8	7	42	270	219
	Гречневая крупа	0,069	0,069						
	Масло сливочное	0,0068	0,0068						
	Вода	0,102	0,102						
	Суфле из кур			90	28	28	4	383	30
	Птица	0,1581	0,1787						
	Яйцо	0,4179	0,4179						
	Молоко свежее	0,0197	0,0197						
	Мука пшеничная	0,0035	0,0035						
Масло сливочное	0,0051	0,0051							
Вода	0,0042	0,0042							
Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283	
Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225							

Сахарный песок	0,0135	0,0135						
Вода	0,171	0,171						
Хлеб ржаной			50	4		22	111	48
Хлеб ржаной	0,05	0,05						

<b>Итого за Обед</b>			43	44	114	1040		
<b>Итого за день</b>			50	49	161	1308		

(лист 2)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный			150	2	9	3	113	132
	Яйцо	2,3077	2,3077						
	Молоко свежее	0,0577	0,0577						
	Масло сливочное	0,0115	0,0115						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47
	Хлеб пшеничный	0,03	0,03						
<b>Итого за Завтрак</b>					4	9	27	223	
Обед	Суп картофельный с бобовыми			200	4	3	17	118	45
	Горох	0,016	0,0168						
	Картофель	0,04	0,0534						
	Морковь	0,01	0,0126						
	Лук репчатый	0,008	0,0104						
	Масло сливочное	0,004	0,004						
	Вода	0,14	0,14						
	Соль	0,0024	0,0024						
	Картофельная запеканка с мясом			200	3	12	27	235	31
	Картофель	0,165	0,22						
	Масло сливочное	0,01	0,01						
	Яйцо	0,004	0,004						
	Говядина б/к	0,112	0,132						
	Соус томатный			50		2	3	28	44
	Вода	0,025	0,025						
	Мука пшеничная	0,0025	0,0025						
	Масло сливочное	0,0025	0,0025						
Томат-паста	0,0075	0,0075							
Сахарный песок	0,0009	0,0009							
Салат из моркови с зеленым горошком			60	1	6	3	75	12	
Морковь	0,0336	0,042							
Горошек зеленый консервированный	0,024	0,0384							

Масло растительное	0,006	0,006							
Компот из свежих яблок			180				18	67	282
Яблоки	0,036	0,0405							
Сахарный песок	0,0135	0,0135							
Вода	0,1548	0,1548							
Хлеб ржаной			50	4			22	111	48
Хлеб ржаной	0,05	0,05							
Итого за Обед				12	23		90	634	
Итого за день				16	32		117	857	

(лист 3)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая			155	4	5	26	158	114
	Рис	0,0234	0,0234						
	Молоко свежее	0,0809	0,0809						
	Вода	0,0537	0,0537						
	Сахарный песок	0,0038	0,0038						
	Масло сливочное	0,0038	0,0038						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47
	Хлеб пшеничный	0,03	0,03						
Итого за Завтрак					6	5	50	268	
Обед	Горошек зел. конс. отварной			60	2	2	4	47	25,07
	Горошек зеленый консервированный	0,0654	0,1008						
	Щи из свежей капусты с картофелем			200	1	4	6	77	63
	Капуста свежая	0,04	0,0552						
	Картофель	0,024	0,032						
	Морковь	0,01	0,0126						
	Лук репчатый	0,008	0,0104						
	Сметана	0,008	0,008						
	Вода	0,16	0,16						
	Соль	0,0024	0,0024						
	Масло сливочное	0,004	0,004						
	Рыба, тушеная в томате с овощами			70/70	12	7	5	155	172
	Минтай свежий	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Морковь	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						

Лук репчатый	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Томат-паста	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Масло растительное	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Макаронные изделия отварные			150	5	5	22	218	227
Лапша, вермишель, рожки	0,051	0,051						
Масло сливочное	0,0068	0,0068						
Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283
Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225						
Сахарный песок	0,0135	0,0135						
Вода	0,171	0,171						
Хлеб ржаной			50	4		22	111	48
Хлеб ржаной	0,05	0,05						
<b>Итого за Обед</b>				25	18	87	711	
<b>Итого за день</b>				31	23	137	979	

(лист 4)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая			155	5	6	21	162	109
	Геркулес крупа	0,0227	0,0227						
	Молоко свежее	0,0807	0,0807						
	Масло сливочное	0,0038	0,0038						
	Сахарный песок	0,0038	0,0038						
	Вода	0,0524	0,0524						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47	
Хлеб пшеничный	0,03	0,03							
<b>Итого за Завтрак</b>					7	6	45	272	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком			60		6	1	63	7
	Капуста квашеная	0,0486	0,0696						

Лук репчатый	0,006	0,0078							
Масло растительное	0,006	0,006							
Борщ с капустой и картофелем			200	1	5	6	94	37	
Свекла	0,032	0,04							
Капуста свежая	0,016	0,02							
Картофель	0,016	0,0214							
Морковь	0,01	0,0126							
Лук репчатый	0,004	0,0048							
Масло растительное	0,004	0,004							
Сахарный песок	0,002	0,002							
Сметана	0,008	0,008							
Вода	0,152	0,152							
Соль	0,0024	0,0024							
Картофельное пюре			150	3	6	7	160	241	
Картофель	0,126	0,168							
Молоко свежее	0,0225	0,0225							
Масло сливочное	0,0068	0,0068							
Печень говяжья по-строгановски			70/40	1	10	2	101	34	
Печень говяжья	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
Масло сливочное	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
Сметана	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
Мука пшеничная	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
отвар	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283	
Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225							
Сахарный песок	0,0135	0,0135							
Вода	0,171	0,171							
Хлеб ржаной			50	4		22	111	48	
Хлеб ржаной	0,05	0,05							
<b>Итого за Обед</b>				10	27	66	632		
<b>Итого за день</b>				17	33	111	904		

(лист 5)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая вязкая на молоке			155	7	6	29	191	104
	Гречневая крупа	0,0302	0,0302						
	Молоко свежее	0,1006	0,1006						
	Вода	0,0204	0,0204						
	Сахарный песок	0,0038	0,0038						
	Масло сливочное	0,0038	0,0038						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35

Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47	
Хлеб пшеничный	0,03	0,03							
<b>Итого за Завтрак</b>				9	6	53	301		
<b>Обед</b>									
Огурец консервированный			60	2		1	11	24	
Огурцы консервированные	0,06	0,12							
Суп картофельный с макаронными изделиями			200	2	3	17	104	39	
Лапша, вермишель, рожки	0,008	0,008							
Картофель	0,06	0,092							
Морковь	0,008	0,0104							
Лук репчатый	0,008	0,0096							
Масло сливочное	0,0032	0,0032							
Вода	0,1496	0,1496							
Соль	0,0024	0,0024							
Рагу из овощей			150	3	7	17	148	29	
Картофель	0,0468	0,0622							
Морковь	0,0234	0,0293							
Капуста свежая	0,0527	0,0659							
Лук репчатый	0,0117	0,0146							
Масло сливочное	0,0048	0,0048							
отвар	0,0329	0,0329							
Масло растительное	0,0059	0,0059							
Мука пшеничная	0,0011	0,0011							
Сметана	0,022	0,022							
Котлета куриная припущенная			90	11	7	6	209	209	
Птица	0,0669	0,1851							
Хлеб пшеничный	0,0167	0,0167							
Вода	0,0231	0,0231							
Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283	
Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225							
Сахарный песок	0,0135	0,0135							
Вода	0,171	0,171							
Хлеб ржаной			50	4		22	111	48	
Хлеб ржаной	0,05	0,05							
<b>Итого за Обед</b>				23	17	91	686		
<b>Итого за день</b>				32	23	144	987		

(лист 6)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с крупой			200	5	5	18	143	52

Молоко свежее	0,14	0,14						
Рис	0,0144	0,0144						
Масло сливочное	0,002	0,002						
Сахарный песок	0,0024	0,0024						
Вода	0,0704	0,0704						
Чай с сахаром			200/10			10	39	35
Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47
Хлеб пшеничный	0,03	0,03						
<b>Итого за Завтрак</b>				7	5	42	253	
<b>Обед</b>								
Свекольник			200	2	4	7	103	43
Свекла	0,0512	0,064						
Картофель	0,0344	0,0456						
Морковь	0,008	0,01						
Лук репчатый	0,0088	0,0112						
Масло сливочное	0,004	0,004						
Сахарный песок	0,0013	0,0013						
Томат-паста	0,001	0,001						
Сметана	0,008	0,008						
Вода	0,16	0,16						
Соль	0,0024	0,0024						
Суфле из кур			90	28	28	4	383	30
Птица	0,1581	0,1787						
Яйцо	0,4179	0,4179						
Молоко свежее	0,0197	0,0197						
Мука пшеничная	0,0035	0,0035						
Масло сливочное	0,0051	0,0051						
Вода	0,0042	0,0042						
Макаронные изделия отварные			150	5	5	22	218	227
Лапша, вермишель, рожки	0,051	0,051						
Масло сливочное	0,0068	0,0068						
Икра кабачковая			60		4	4	54	25,06
Кабачковая икра	0,06	0,063						
Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283
Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225						
Сахарный песок	0,0135	0,0135						
Вода	0,171	0,171						
Хлеб ржаной			50	4		22	111	48
Хлеб ржаной	0,05	0,05						
<b>Итого за Обед</b>				40	41	87	972	
<b>Итого за день</b>				47	46	129	1225	

(лист 7)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая	№ рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	----------------	-------------



	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы	ценность	
Завтрак	Каша "Дружба"			155	4	5	21	144	102
	Молоко свежее	0,0771	0,0771						
	Рис	0,0113	0,0113						
	Пшено	0,0083	0,0083						
	Масло сливочное	0,0038	0,0038						
	Сахарный песок	0,0038	0,0038						
	Вода	0,0529	0,0529						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Хлеб пшеничный			70	6	1	33	165	47
Хлеб пшеничный	0,07	0,07							

**Итого за Завтрак** 10 6 64 348

Обед	Огурец консервированный			60	2		1	11	24
	Огурцы консервированные	0,06	0,12						
	Суп-пюре из разных овощей			200	2	4	10	86	59
	Морковь	0,024	0,03						
	Капуста свежая	0,016	0,02						
	Картофель	0,018	0,024						
	Лук репчатый	0,008	0,0104						
	Мука пшеничная	0,004	0,004						
	Масло сливочное	0,004	0,004						
	Молоко свежее	0,03	0,03						
	Вода	0,15	0,15						
	Соль	0,0024	0,0024						
	Жаркое по-домашнему			220	21	19	13	354	181
	Картофель	0,114	0,152						
	Лук репчатый	0,015	0,019						
	Масло сливочное	0,007	0,007						
	Томат-паста	0,003	0,003						
	Говядина б/к	0,111	0,131						
	Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283
	Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225						
	Сахарный песок	0,0135	0,0135						
	Вода	0,171	0,171						
	Хлеб ржаной			50	4		22	111	48
Хлеб ржаной	0,05	0,05							

**Итого за Обед** 30 23 74 665  
**Итого за день** 40 29 138 1013

(лист 8)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая	№ рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	----------------	-------------

	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы	ценность	
Завтрак									
	Каша манная молочная жидкая			155	5	5	23	158	107
	Молоко свежее	0,0801	0,0801						
	Крупа манная	0,0234	0,0234						
	Масло сливочное	0,0038	0,0038						
	Сахарный песок	0,0038	0,0038						
	Вода	0,0529	0,0529						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47
	Хлеб пшеничный	0,03	0,03						
<b>Итого за Завтрак</b>					7	5	47	268	
Обед									
	Салат из квашеной капусты с луком			60		6	1	63	7
	Капуста квашеная	0,0486	0,0696						
	Лук репчатый	0,006	0,0078						
	Масло растительное	0,006	0,006						
	Суп картофельный с бобовыми			200	4	3	17	118	45
	Горох	0,016	0,0168						
	Картофель	0,04	0,0534						
	Морковь	0,01	0,0126						
	Лук репчатый	0,008	0,0104						
	Масло сливочное	0,004	0,004						
	Вода	0,14	0,14						
	Соль	0,0024	0,0024						
	Картофельное пюре			150	3	6	7	160	241
	Картофель	0,126	0,168						
	Молоко свежее	0,0225	0,0225						
	Масло сливочное	0,0068	0,0068						
	Котлета рыбная любительская			90	10	2	5	98	162
	Минтай свежий	0,0604	0,099						
	Морковь	0,018	0,0244						
	Хлеб пшеничный	0,0072	0,0072						
	Лук репчатый	0,0072	0,009						
	Яйцо	0,2571	0,2571						
	Молоко свежее	0,009	0,009						
	Масло растительное	0,0026	0,0026						
	Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283
	Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225						
	Сахарный песок	0,0135	0,0135						
	Вода	0,171	0,171						
	Хлеб ржаной			50	4		22	111	48
	Хлеб ржаной	0,05	0,05						
<b>Итого за Обед</b>					22	17	80	653	

Итого за день	29	22	127	921	
---------------	----	----	-----	-----	--

(лист 9)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая			155	6	6	27	181	112
	Пшено	0,0302	0,0302						
	Молоко свежее	0,0762	0,0762						
	Молоко сухое	0,0091	0,0091						
	Масло сливочное	0,0038	0,0038						
	Сахарный песок	0,0038	0,0038						
	Вода	0,0507	0,0507						
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления						
	Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47
	Хлеб пшеничный	0,03	0,03						
	Итого за Завтрак					8	6	51	291
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями			200	2	3	17	104	39
	Лапша, вермишель, рожки	0,008	0,008						
	Картофель	0,06	0,092						
	Морковь	0,008	0,0104						
	Лук репчатый	0,008	0,0096						
	Масло сливочное	0,0032	0,0032						
	Вода	0,1496	0,1496						
	Соль	0,0024	0,0024						
	Макаронные изделия отварные			150	5	5	22	218	227
	Лапша, вермишель, рожки	0,051	0,051						
	Масло сливочное	0,0068	0,0068						
	Котлета куриная припущенная			90	11	7	6	209	209
	Птица	0,0669	0,1851						
	Хлеб пшеничный	0,0167	0,0167						
	Вода	0,0231	0,0231						
	Салат из свеклы с чесноком			60	1	5	5	80	28
	Свекла	0,054	0,072						
	Чеснок	0,0003	0,0004						
	Масло растительное	0,006	0,006						
	Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283
	Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225						
	Сахарный песок	0,0135	0,0135						
	Вода	0,171	0,171						
Хлеб ржаной			50	4		22	111	48	

Хлеб ржаной	0,05	0,05						
<b>Итого за Обед</b>			24	20	100	825		
<b>Итого за день</b>			32	26	151	1116		

(лист 10)

Рацион: Приходящие с 7 до 11 лет

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
	Продукт	Нетто	Брутто		Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога			150	14	12	17	252	141,01	
	Творог	0,141	0,142							
	Крупа манная	0,0097	0,0097							
	Яйцо	0,1	0,1							
	Сахарный песок	0,0097	0,0097							
	Сметана	0,0052	0,0052							
	Масло сливочное	0,0052	0,0052							
	Ванилин									
	Сухари панировочные	0,0052	0,0052							
	Молоко свежее	0,036	0,036							
	Сгущенное молоко с сахаром			30	2	3	17	99	23	
	Сгущенное молоко с сахаром	0,03	0,03							
	Чай с сахаром			200/10			10	39	35	
	Чай	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
	Сахарный песок	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
	Вода	Ошибка вычисления	Ошибка вычисления							
	Хлеб пшеничный			30	2		14	71	47	
	Хлеб пшеничный	0,03	0,03							
	<b>Итого за Завтрак</b>					18	15	58	461	
	<b>Обед</b>	Салат из моркови с зеленым горошком			60	1	6	3	75	12
Морковь		0,0336	0,042							
Горошек зеленый консервированный		0,024	0,0384							
Масло растительное		0,006	0,006							
Рассольник домашний			200	2	5	12	111	41		
Картофель		0,06	0,08							
Капуста свежая		0,016	0,02							
Морковь		0,008	0,0104							
Лук репчатый		0,008	0,0104							
Огурцы консервированные		0,012	0,024							
Масло растительное		0,004	0,004							
Сметана		0,008	0,008							
Вода		0,14	0,14							
Соль		0,0024	0,0024							
Рагу из кури			250							
Птица		0,1029	0,1157							

Масло растительное	0,0086	0,0086						
Картофель	0,1143	0,1757						
Морковь	0,0243	0,03						
Томат-паста	0,0086	0,0086						
Лук репчатый	0,0143	0,0171						
Мука пшеничная	0,0014	0,0014						
Компот из смеси сухофруктов			180	1		28	103	283
Компот (сухофрукты)	0,0225	0,0225						
Сахарный песок	0,0135	0,0135						
Вода	0,171	0,171						
Хлеб ржаной			50	4		22	111	48
Хлеб ржаной	0,05	0,05						
<b>Итого за Обед</b>			8	11		65	400	
<b>Итого за день</b>			26	26		123	861	
<b>Итого за период</b>			320	309		1338	10171	
<b>Среднее значение за период</b>			32	30,9		133,8	1017,1	

Составил \_\_\_\_\_ Э.Р. Юрковская

Утвердил \_\_\_\_\_