


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «СШ № 38» г. Смоленска

 Машаев С. А.

2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ОАО Столовая «Смоленское бистро»

 Карпенкова Е. А.

2024 г.

**Основное (10-ти дневное меню) горячего питания
для обучающихся в общеобразовательных учреждениях
города Смоленска**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Разработано согласно требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и Методическими рекомендациями МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций» в соответствии с рекомендуемым образцом меню Главного государственного санитарного врача Российской Федерации Поповой А.Ю. с учетом выделенных средств.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / под общей редакцией В.Т. Лапиной, 2004г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Министерство торговли СССР, 1983г.

Справочник. Рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений города Москвы/под редакцией Варфоломеевой В.Л., 2003г.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /под редакцией Могильного М.П. и Тутельяна В.А., 2015г.

272/ 1983	Суп-пюре из бобовых	250	5,3	7,8	11,4	135	0,22	5,8	0	0,05	2,1	0,06	39,1 4	90,4 8	0,0 1	208, 3	0	35, 7	1,6 4
492/ 2004	Плов из птицы	200	17,2	19,9	53,2	412	0,08	1,26	60	0	0,69	0,33	56,3 8	249, 1	0	68	0	59, 4	2,7 4
639/ 2004	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,02	0,72	0	0,2	0,18	0	32,5	15,4	0,0 1	13	0	8	0,9
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,03 5	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный .	20	1,7	0,2	9,8	48	0,03 5	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,0 1	34,8 9	0	6,6	0,4
	Итого за обед	700	26,7 5	28,2	118, 4	782	0,39	7,78	60	0,6	3,31	0,39	138, 4	402, 4	0,0 3	326, 2	0	119	6,1 8
	Полдник																		
	Булочка домашняя	100	11,5	6,7	57,2	335,1	0,06	0,1 1	8,64	0,5 2	32,1	51,7	8,37	0,54	5,8	3,35	28, 6	16 8	0,1
693/ 2004	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	0	1,3	0,01			0,06	122	2,8		8,6		14	0,5 6
	Итого за полдник	300	16,4	11,7	89,7	525,1	0,06	1,41	8,65	0,52	32,1 1	51,7 7	130, 4	3,34	3,3 5	11,9 5	28,6	182	0,6 2
	Всего за день		61,5 9	57,3 7	288, 9	1893,7	0,55	23,1	69,0 5	2,02	36,6 2	52,2 9	451, 4	556, 8	3,3 8	436, 3	28,6	328	8,5 2

№ рецептуры	День 2. Наименование блюда. Возраст 7-11 лет. Начальное образование	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		B1	C	A	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
	Завтрак																		
338/2015	Фрукты свежие (не менее 100г)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,1	14	0	0,64	1,4	0,18	22,4	19,2	0	6	0	12,6	0
173/2015	Каша вязкая овсяная молочная	200	11,7	13,6	26,4	277	0,18	0,86	30	0,22	1,4	0	209,2	190,87	0,01	155	0	41	1,25
693/2004	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	0	1,3	0,01			0,06	122	2,8		8,6		14	0,56
гост	Хлеб пшеничный.	40	2,55	0,3	14,7	96	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4
	Итого за завтрак	540,00	19,55	19,30	83,40	610,00	0,32	16,16	30,01	0,86	3,10	0,24	358,20	230,27	0,02	204,49	0,00	74,20	2,21
	Обед																		
134/2004	Суп крестьянский с крупой (со сметаной)	255	2,73	6,05	14,45	123,9	0,07	6,6	0	0,02	0,87	0,04	21,36	44,77	0	371	0	18,16	0,6
498/2004	Котлеты рубленые из птицы (с соусом)	90	12,97	12,25	12,7	214	0,06	0,45	37,1	0	0,75	0,1	87,43	72,16	0,01	114,67	0	22,08	0,92
516/2004	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,3	221	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116,39	101,4	0,02	44,4	0	15,37	0,85
631/2004	Компот из свежих плодов(ябл)	200	0,2	0	35,8	142	0,01	4	0	0	0	0,4	14,86	7,4	0	60	0	4,32	0,7

	ок)																		
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за обед	725	23,1	24,75	110,9	763,9	0,243	11,05	71,1	0,99	2,56	0,57	245,84	255,73	0,033	592,07	0	69,53	3,57
	Полдник																		
	Сосиска в тесте, 30/30	70	8,99	20,82	22,2	316	0,19	0,1	20	0	0,98	0,02	98,1	37,15	0	4	0	16,7	0,53
685/ 2004	Чай с сахаром	222	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
	Итого за полдник	292	9,19	20,82	37,2	374	0,19	0,13	20	0	0,98	0,02	109,2	39,95	0	12,6		18,1	0,81
	Всего за день		51,84	64,87	231,45	1747,90	0,75	27,34	121,11	1,85	6,64	0,83	713,24	525,95	0,05	809,16	0,00	161,83	6,59

<u>День 3. Наименование блюда. Возраст 7-11 лет. Начальное образование</u>	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
		Б	Ж	У		В1	С	А	В	Д	В2	Са	Р	К	Se	Mg	Fe		
Завтрак																			
Грудка куриная тушеная	100	10,1	8,6	7,6	140	0,1	0,74	18,64	0	0,98	0	24	72	0,001	94	0	16,22	0,6	
Каша вязкая гречневая	150	4,5	6,75	22,4	171	0,1	0,08	20	0,3	1	0,2	73,1	67	0	56	0	12	0,7	
Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0,02	4	0	0	0	0,16	14	14	0	0	0	8	2,8	
Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4	
Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5	
Итого за завтрак	515	18,45	15,85	67,4	480	0,29	4,82	38,64	0,65	2,32	0,36	121,5	200,4	0,0113	186,89	0	52,42	5	

Обед																		
Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	3,7	2,9	11,9	99	0,09	6,6	0			0,04	23,36	54,05	0,01	385	0	21,8	0,86
Котлета рыбная любительская (с соусом)	90	14,45	14,65	25,6	239,05	0,09	3,25	0	0	1,4	0,02	168	124,7	0	107,1	0	23	0,9
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	25,9	211,5	0,03	1,4	16	0,4	1,1	0	102,9	64,6	0	84,3	0	16,1	0,4
Напиток лимонный/апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	0,02	0	0	0	0,7	0,16	12	2,4	0	98	0	0	0,8
Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
Итого за обед	720	23,35	24,6	101,2	708,55	0,265	11,25	16	0,75	3,24	0,22	312,1	275,8	0,01	676,4	0	70,5	3,46
Полдник																		
Картофельная запеканка	100	10	9,8	16,5	198	0,03	1,4	16	0,4	1,1	0	102,9	64,6	0	84,3	0	16,1	0,4
Чай с лимоном, 200/15/7	222	0,3	0	15,2	60	0	5,25	0			0	5,25	4,4		21,3		4,4	0,36
Итого за полдник	322	10,3	9,8	31,7	258	0,03	6,65	16	0,4	1,1		108,2	69		105,6		20,5	0,76
Всего за день		52,1	50,25	200,3	1446,55	0,585	22,72	70,64	1,8	6,66	0,58	541,7	545,2	0,021	968,9	0	135,67	9,22

№ рецептуры	День 4. Наименование блюда. Возраст 7-11 лет. Начальное образование	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		B1	C	A	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe

	Завтрак																		
366/ 2004	Запеканка из творога с повидлом	110	14,81	15,9	32,05	330,4	0,07	0,3	0	0,08	0,4	0,03	28,63	69,5	0	78,4	0	17,42	0,6
685/ 2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
гост	Сок фруктовый, 1/0,2	200	1	0	21,2	88	0,1	21	0	0,64	1,4	0,18	24,6	19,2	0	6	0	8	1,8
	Итого за завтрак	525	16,01	15,9	68,25	476,4	0,17	21,3	0	0,72	1,8	0,21	64,33	91,5	0	93	0	26,82	2,68
	Обед																		
124/ 2004	Щи из свежей капусты со сметаной	255	2,13	3,25	10,15	125,9	0,22	5,8	0	0,05	2,1	0,06	39,14	90,5	0,01	208	0	35,7	1,64
ТТК	Гречка покупечески	200	17,2	19,9	53,2	412	0,2	0	40	0	0,69	0,33	132	116	0	68	0	21	0,5
685/ 2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0,02	4	0	0	0	0,16	14	14	0	0	0	8	2,8
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,04	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,04	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,9	0	6,6	0,4
	Итого за обед	720	23,18	23,65	100,8	706,9	0,51	9,8	40	0,4	3,13	0,55	195,5	267	0,02	313	0	80,9	5,84
	Полдник																		
	Печенье	100	3	3,92	29,76	166,8	0,02	0	2	0,7	5,8	18	4	0,42	1,5	1,96	14,9	83,4	0,02
	Кефир	200	7,8	5	8,4	108	0,02	0,72	0	0,2	0,18	0	32,5	15,4	0,01	13	0	8	0,9
	Итого за полдник	300	10,8	8,92	38,16	274,8	0,04	0,72	2	0,9	5,98	18	36,5	15,8	1,51	15	14,9	91,4	0,92
	Всего за день		49,99	48,47	207,2	1458,1	0,72	31,9	42	2,02	10,9	18,76	296,4	375	1,53	421	14,9	199,1	9,44

110/ 2004	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	255	2,13	5,9 5	13,2 5	116,9	0,05	10,6	0	0,1 8	0,6	0,0 4	39,78	43,7	0	162	0	20,9	1,2 5
668/ 1983	Тефтели мясные в соусе	90	15,5	10, 9	38,5	253,9	0,2	0	40	0,2 5	0,8	0	132	115, 5	0,0 1	64	0	21	0,5
510/ 2004	Каша гречневая вязкая	150	4,5	6,7 5	22,4	171	0,02	12,4	0	0,0 9	0,3	0,2 8	117	80	0,0 1	26,4	0	8,8	0,2
701/ 2004	Напиток яблочный	200	0,1	0	26,4	102	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,2 8
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,03 5	0	0	0,3 5	0,0 4	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за обед	725	24,1 8	23, 9	113, 2	706,8	0,30 5	23,0 3	40	0,8 7	1,7 4	0,3 2	305,6 8	272	0,0 2	263	0	61,7	2,7 3
	Полдник																		
	Бутерброд ветчиной 25/40	65	4,06	0,5 2	21,8 8	109,2	0,01	0,14	52	0,0 4	0,2 6	0,0 6	176	100	0	17,6	0	7	0,2
685/ 2004	Компот из изюма	222	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,2 8
	Итого за полдник	287	4,26	0,5 2	36,8 8	167,2	0,01	0,17	52	0,0 4	0,2 6	0,0 6	187,1	102, 8	0	26,2	0	8,4	0,4 8
	Всего за день		47,1 9	42, 6	225	1469,1	0,42 5	28,5 9	16 4	0,9 5	2,5 6	0,4 4	700,0 3	532, 2	0,0 2	458, 1	0	108, 5	4,1 1

№ рецептуры	День 7. Наименование блюда. Возраст 7-11 лет. Начальное образование	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Р	В2	Ca	Р	К	Se	Мg	Fe		
	Завтрак																		
ТТК	Капуста тушеная домашнему с мяс. фаршем	230	11,5	15,4	8,3	300,5	0,14	0,86	30	0,22	1,4	0	40	92	0,01	140	0	38	1,5
686/2004	Чай с лимоном, 200/15/7	222	0,3	0	15,2	60	0	5,25	0			0	5,25	4,4		21,3		4,4	0,36
ГОСТ	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	48	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,9	0	6,6	0,4
ГОСТ	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за завтрак	502	15,45	15,9	45,9	471,5	0,21	6,11	30	0,57	1,74	0	55,65	143,8	0,02	198	0	59	2,76
	Обед																		
135/2004	Суп из овощей со сметаной	255	2,33	5,15	17,55	153,9	0,07	6,6	0	0,02	0,87	0,04	21,36	44,77	0	371	0	18	0,6
658/1983	Шницель (мясной) с соусом	90	14,43	12,15	41,05	254,6	0,19	0,1	20	0	0,98	0,02	98,1	37,15	0	4	0	17	0,53
516/2004	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	21,9	221	0,068	0	34	0,62	0,9	0,03	116,4	101,4	0,02	44,4	0	15	0,85
699/2004	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93	0	0,03	0			0	11,1	2,8		8,6		1,4	0,28
ГОСТ	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,035	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5

139/ 2004	Суп картофельн ый с бобовыми	250	4,96	4,98	14,84	133,6	0,19	4,67	0	0,02	1,6	0,05	34, 1	70,5	0	378, 2	0	28, 5	1,6 4
498/ 2004	Котлеты рубленные из птицы (с соусом)	90	12,9 7	12,2 5	12,7	214	0,06	0,45	37,1	0	0,75	0,1	87, 4	72,1 6	0,01	114,6 7	0	22, 1	0,92
482/ 1995	Капуста тушенная	150	5,25	6,15	35,3	221	0,06 8	0	34	0,62	0,9	0,03	116	101, 4	0,02	44,4	0	15, 4	0,85
639/ 2004	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,02	0,72	0	0,2	0,18	0	32, 5	15,4	0,01	13	0	8	0,9
ГОСТ	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,03 5	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за обед	720	25,7 3	23,6 8	106,8 4	755,6	0,37 3	5,84	71,1	1,19	3,47	0,18	276	289, 5	0,04	552, 3	0	83, 6	4,81
	Полдник																		
ТТК	Крендель сахарный	100	7,6	4,4 6	38,1 3	223,4	0,0 6	0,1 1	8,6 4	0,5 2	32,1 1	51, 7	8,4	0,5 4	5,7 5	3,3 5	28, 6	16 8	0,0 6
	Кефир	200	5,8	5	8	106	0,0 8	1,4	40	0	240	180	28	0,2	5,8	5	8	10 6	0,0 8
	Итого за полдник	300	13,4	9,46	46,13	329,4	0,14	1,51	48,6	0,52	272,1	231, 7	36, 4	0,74	11,5 5	8,35	36,6		
	Всего за день		57,6	54,0 9	227,6 7	1654,1	0,61 8	27,3	170	2,11	277,1	232	425	374, 3	11,5 9	672, 3	36,6	119	7,17

№ рецептур ы	<u>День 9.</u> <u>Наименовани</u> <u>е блюда.</u> <u>Возраст 7-11</u> <u>лет.</u> <u>Начальное</u> <u>образование.</u>	Масса порци й	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	Витамины					Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Р	Д	В2	Ca	Р	І	К

	Завтрак																		
173/ 2015	Каша вязкая овсяная молочная	200	13,2	15,4	32	317,3	0,18	0,86	30	0,22	1,4	0	209	191	0,0 1	155	0	41	1,2 5
685/ 2004	Чай с сахаром	215	0,2	0	15	58	0	0,03	0			0	11, 1	2,8		8,6		1,4	0,2 8
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,03 5	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,0 1	34,8 9	0	6,6	0,4
338/ 2015	Фрукты свежие (не менее 100г)	100	0,56	0,56	13,8	65,8	0,1	14	0	0,64	1,4	0,18	22, 4	19,2	0	6	0	12,6	0
	Итого за завтрак	535	15,6 6	16,1 6	70,6	489,1	0,31 5	14,8 9	30	0,86	3,1	0,18	247	230	0,0 2	204, 5	0	61,6	1,9 3
	Обед																		
143/ 2004	Суп с макаронным и изделиями и картофелем	250	3,7	2,9	11,9	99	0,09	6,6	0			0,04	23, 4	54,1	0,0 1	385	0	21,8	0,8 6
394/ 1985	Жаркое по домашнему	200	16,2 2	20,8 2	51,4 4	465	0,19	0,1	20	0	0,98	0,02	98, 1	37,2	0	4	0	16,7	0,5 3
639/ 2004	Компот из изюма	200	0,3	0	15,2	60	0	5,25	0			0	5,2 5	4,4		21,3		4,4	0,3 6
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,03 5	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,0 1	34,8 9	0	6,6	0,4
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,03 5	0	0	0,35	0,04	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
	Итого за обед	700	23,8 7	24,2 2	100, 9	735	0,35	11,9 5	20	0,35	1,32	0,06	137	143	0,0 2	447, 2	0	59,1	2,6 5
	Полдник																		
	Пирожок с конфитуро м	100	6,5	3,25	46,6	241,9	0,05	0,06	3,75	0,4 5	18,3	32, 6	5,6	0,3 4	3,9	1,95	28	145	0,1

	Молоко	200	6	6,4	9,4	120	0,04	1,2	30	0	242	182	28	0,2	6	6,4	9,4	120	0
	Итого за полдник	300	12,5	9,65	56	361,9	0,09	1,26	33,75	0,45	260,3	215	33,6	0,54	9,9	8,35	37,4	265,2	0,09
	Всего за день		52,03	50,03	227,5	1586	0,755	28,1	83,75	1,66	264,7	215	418	374	9,94	660	37,4	385,9	4,67

№ рецептуры	День 10. Наименование блюда. Возраст 7-11 лет. Начальное образование.	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Р	В2	Ca	Р	І	К	Se	Mg	Fe		
	Завтрак																			
70-71/2015	Овощи натуральные свежие/соленые (в нарезке)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	0,03	3,3	0	0	0,4	0	12,24	16,2	0,02	0	0	7	0,1	
388/2004	Котлеты рыбные (с соусом)	90	10,58	8	12,52	166,8	0,1	6,4	20	0,05	1	0,04	63,5	77	0,01	135	0	12,5	1,1	
511/2004	Рис отварной	150	3,75	6,15	33,55	228	0,05	4,76	22,7	0	0,9	0,09	38,53	28,33	0	107	0	10,2	0,17	
692/2004	Кофейный напиток/какао	200	1,4	1,6	22,31	105	0,06	1,6	24,4			0,19	152,2	124,5		216	0	21,34	0,47	
ГОСТ	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,04	0	0	0,35	0	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5	
	Итого за завтрак	530	18,34	16,17	83,26	576	0,28	16,1	67,1	0,4	2,3	0,32	272,3	276,03	0,03	461	0	60,64	2,34	
	Обед																			
132/2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	3,13	5,25	10,55	122,9	0,15	15,8	38,8	0,15	1,7	0,15	104	84	0	107	0	22,1	1,2	
670/1983	Фрикадельки с соусом	90	12,52	12,32	13,2	225	0,1	0,74	18,6	0	1	0	24	72	0,001	94	0,03	16,22	0,6	

516/ 2004	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,3	221	0,0 7	0	34	0,6 2	0, 9	0,0 3	116, 4	101,4	0,02	44, 4	0	15,37	0,8 5
631/ 2004	Компот из свежих плодов(яблок)	200	0,2		35,8	142	0,0 1	4	0	0	0	0,4	14,8 6	7,4	0	60	0	4,32	0,7
гост	Хлеб ржаной.	30	1,95	0,3	12,6	63	0,0 4	0	0	0,3 5	0	0	5,8	30	0	2	0	9,6	0,5
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,7	0,2	9,8	48	0,0 4	0	0	0	0, 3	0	4,6	17,4	0,01	34, 9	0	6,6	0,4
	Итого за обед	745	24,7 5	24,2 2	117,2 5	821,9	0,4	20, 5	91, 4	1,1 2	3, 9	0,5 8	269, 7	312,2	0,03 1	342	0,0 3	74,21	4,2 5
	Полдник																		
	Булочка Веснушка	75	2,1	2,74	20,8	116,8	0,0 2	0	2	0,7	5, 8	18	4	0,42	1,5	1,9 6	14, 9	83,4	0,0 2
686/ 2004	Чай с лимоном, 200/15/7	222	0,3	0	15,2	60	0	5,2 5	0			0	5,25	4,4		21, 3		4,4	0,3 6
	Итого за полдник	297	2,4	2,74	36	176,8	0,0 2	5,2 5	2	0,7	5, 8	18	9,25	4,82	1,5	23, 3	14, 9	87,8	0,3 8
	Всего за день		45,4 9	43,1 3	236,5 1	1574,7	0,6 9	41, 8	160	2,2 2	12	18, 9	551, 2	593,0 5	1,56 1	826	14, 9	222,6 5	6,9 7

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ горячего питания (завтрак и обед)
СОСТАВЛЯЕТ 77,32 рубля в день

СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ полдника СОСТАВЛЯЕТ 45 рублей в
день за счет средств родителей

Накопительная ведомость (пищевые вещества и энергетическая ценность) за 10 дней
Возраст 7-11 лет. Начальное образование.

Пищевые вещества, энергетическая ценность	Б	Ж	У	Ккал
День 1	61,59	57,37	288,91	1893,7
День 2	51,84	64,87	231,45	1747,90
День 3	52,10	50,25	200,30	1446,55
День 4	49,99	48,47	207,16	1458,1
День 5	47,19	42,56	225,03	1469,1
День 6	55,37	52,21	215,49	1591,5
День 7	45,39	43,58	225,9	1563,4
День 8	57,6	54,09	227,67	1654,1
День 9	52,03	50,03	227,54	1586
День 10	45,49	43,13	236,51	1574,7
всего за 10 дней	518,59	506,56	2285,96	15985,05
суточная норма: завтрак, обед (50-60%)	38,5г-46,2г	39,5г-47,4г	167,5г-201г	1175-1410
норма за 10 дней	385г-462г	395г-474г	1675г-2010г	11750-14100
отклонения от нормы	0	0	0	0