

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ №5

«01» \_\_\_\_\_ 2024 г.



**Двухнедельное меню основного (организованного) горячего питания (завтрак)  
для обучающихся 5-11 классов общеобразовательных школ  
на весенний период 2024 г  
стоимостью 158-00 руб.**

№	Наименование блюда	СРБ и КИ	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энерг. цен-сть, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углев.		В1,мг	В2,мг	С,мг	А,рет. экв.	Д,мкг	Са,мг	Р,мг	Mg,мг	Fe,мг	K,мг	Na,мг	Ca,мг	Se, мкг
<b>1 неделя</b>																				
<b>1 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1	Сыр порциями	97 (21)	30	6,667	7,501	0,000	94	0,01	0,11	0,21	0,06	0,33	300,00	180,00	16,50	0,21	30,00	0,00	4,29	0,00
2	Каша "Полезная" (пшенно-кукурузная) молочная жидкая с маслом 250/5	(25)	255	6,843	6,514	39,522	244	0,13	0,15	0,65	73,50	0,06	147,58	175,47	38,95	1,42	190,20	54,24	6,53	28,20
3	Какао-напиток "Витошка", обогащенный витаминами	(25)	200	2,875	2,440	13,119	86	0,19	0,33	7,00	107,92	1,35	105,86	79,17	11,31	0,18	116,20	7,92	1,76	17,60
4	Булочка молочная	779 (21)	60	4,495	1,164	30,477	150	0,04	0,05	0,15	0,22	0,13	42,76	61,10	10,11	0,53	87,36	24,42	2,81	9,29
5	Фрукты свежие	(21)	1 шт	0,676	0,188	7,170	33	0,06	0,03	38,00	0,00	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,26	0,09	132,30
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>645</b>	<b>21,556</b>	<b>17,808</b>	<b>90,288</b>	<b>608</b>	<b>0,43</b>	<b>0,68</b>	<b>46,01</b>	<b>181,71</b>	<b>1,87</b>	<b>631,20</b>	<b>512,74</b>	<b>87,88</b>	<b>2,44</b>	<b>578,77</b>	<b>86,85</b>	<b>15,49</b>	<b>187,39</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>21,556</b>	<b>17,808</b>	<b>90,288</b>	<b>608</b>	<b>0,43</b>	<b>0,68</b>	<b>46,01</b>	<b>181,71</b>	<b>1,87</b>	<b>631,20</b>	<b>512,74</b>	<b>87,88</b>	<b>2,44</b>	<b>578,77</b>	<b>86,85</b>	<b>15,49</b>	<b>187,39</b>
<b>2 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1	Колбаски "Витаминные" тушенные в соусе 90/50	(25)	140	11,020	10,252	7,230	165	0,18	0,05	5,97	0,06	0,00	27,30	121,50	22,26	1,28	296,43	55,84	8,88	58,56
2	Рис припущенный с овощами	(25)	180	3,713	6,013	41,713	236	0,19	0,03	0,54	12,96	0,06	21,46	94,05	31,19	0,76	78,38	126,66	9,07	34,24
3	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
5	Пирожки печеные с повидлом (м.р)	687 (12)	50	2,402	2,413	27,994	143	0,02	0,02	0,05	0,02	0,08	9,48	26,35	5,12	0,58	29,39	11,23	2,75	7,30
6	Фрукты свежие	627 (21)	1 шт	0,382	0,042	10,587	44	0,03	0,02	11,30	0,00	0,00	18,08	12,43	10,17	2,49	314,14	1,99	0,29	7,96
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>723</b>	<b>18,723</b>	<b>18,915</b>	<b>107,293</b>	<b>674</b>	<b>0,51</b>	<b>0,14</b>	<b>17,90</b>	<b>13,04</b>	<b>0,14</b>	<b>104,94</b>	<b>309,51</b>	<b>86,97</b>	<b>6,59</b>	<b>775,33</b>	<b>195,72</b>	<b>20,99</b>	<b>108,05</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>18,723</b>	<b>18,915</b>	<b>107,293</b>	<b>674</b>	<b>0,51</b>	<b>0,14</b>	<b>17,90</b>	<b>13,04</b>	<b>0,14</b>	<b>104,94</b>	<b>309,51</b>	<b>86,97</b>	<b>6,59</b>	<b>775,33</b>	<b>195,72</b>	<b>20,99</b>	<b>108,05</b>

3 день																				
Завтрак																				
1	Зеленый горошек порциями	T/24 (12)	30	0,739	0,050	1,696	10	0,02	0,01	1,20	0,00	0,00	5,28	16,18	5,48	0,18	24,65	0,00	0,00	0,00
2	Омлет натуральный	340 (21)	150	13,298	17,525	2,635	221	0,09	0,56	0,91	38,63	2,59	112,86	255,88	18,75	2,96	211,42	60,60	35,45	69,66
3	Напиток растворимый "Цикорий" с молоком	(25)	200	1,152	1,034	10,770	57	0,01	0,06	0,26	24,60	0,00	53,06	39,59	5,66	0,10	58,10	3,96	0,88	8,80
4	Хлеб "Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	40	1,396	0,259	14,703	67	0,12	0,02	0,00	0,00	0,00	32,00	64,00	19,20	1,00	76,00	0,00	0,00	0,00
5	Булочка с шоколадной начинкой	(25)	50	3,291	8,027	28,568	200	0,02	0,03	0,01	0,03	0,12	8,43	30,29	4,49	0,43	34,80	11,05	4,29	10,39
6	Фрукты свежие	(12)	1 шт	0,382	0,042	10,587	44	0,03	0,02	11,30	0,00	0,00	18,08	12,43	10,17	2,49	314,14	1,99	0,29	7,96
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>583</b>	<b>20,257</b>	<b>26,937</b>	<b>68,959</b>	<b>599</b>	<b>0,30</b>	<b>0,69</b>	<b>13,68</b>	<b>63,26</b>	<b>2,71</b>	<b>229,72</b>	<b>418,37</b>	<b>63,75</b>	<b>7,16</b>	<b>719,12</b>	<b>77,60</b>	<b>40,91</b>	<b>96,81</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>20,257</b>	<b>26,937</b>	<b>68,959</b>	<b>599</b>	<b>0,30</b>	<b>0,69</b>	<b>13,68</b>	<b>63,26</b>	<b>2,71</b>	<b>229,72</b>	<b>418,37</b>	<b>63,75</b>	<b>7,16</b>	<b>719,12</b>	<b>77,60</b>	<b>40,91</b>	<b>96,81</b>
4 день																				
Завтрак																				

3	Сосиски или котлеты "Детские"	393 (13)	100	9,532	14,062	0,000	165	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,72	1,30	0,38	0,05	0,22	103,94	0,80	0,00
4	Макаронные изделия отварные	516 (21)	150	4,483	3,696	31,295	176	0,07	0,02	0,00	12,60	0,06	20,54	82,78	23,97	0,78	98,55	88,79	0,05	10,44
5	Соус томатный " Помидорка"	(0)	30	0,298	0,629	4,136	23	0,01	0,00	1,49	0,00	0,00	3,09	5,52	3,70	0,17	60,75	10,54	0,27	0,40
6	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
7	Хлеб "Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
8	Туесочек сдобный ягодный	(25)	60	2,383	3,961	25,407	147	0,02	0,02	0,82	14,16	0,10	11,15	26,13	5,04	0,46	39,56	8,92	1,78	5,77
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>580</b>	<b>17,901</b>	<b>22,543</b>	<b>80,608</b>	<b>597</b>	<b>0,18</b>	<b>0,06</b>	<b>2,35</b>	<b>26,76</b>	<b>0,16</b>	<b>73,11</b>	<b>170,91</b>	<b>51,33</b>	<b>2,95</b>	<b>256,08</b>	<b>212,18</b>	<b>2,89</b>	<b>16,61</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>17,901</b>	<b>22,543</b>	<b>80,608</b>	<b>597</b>	<b>0,18</b>	<b>0,06</b>	<b>2,35</b>	<b>26,76</b>	<b>0,16</b>	<b>73,11</b>	<b>170,91</b>	<b>51,33</b>	<b>2,95</b>	<b>256,08</b>	<b>212,18</b>	<b>2,89</b>	<b>16,61</b>
5 день																				
Завтрак																				
1	Запеканка творожная с вишней	(25)	150	16,628	13,169	28,596	299	0,05	0,28	2,04	18,78	0,45	171,87	231,76	30,30	1,18	188,87	62,96	29,54	37,49
2	Соус вишневый (вишня, крахмал)	(0)	30	0,079	0,004	6,537	26	0,00	0,00	0,74	0,00	0,00	4,26	3,35	2,78	0,16	27,37	0,22	0,00	0,32
3	Чай с сахаром 200/10 *	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Плюшка новомосковская	1 (25)	75	5,057	4,595	40,708	224	0,05	0,03	0,04	0,08	0,07	21,78	53,54	9,29	0,69	71,03	32,69	4,79	14,16
5	Фрукты свежие	627 (21)	1 шт	0,382	0,042	10,587	44	0,03	0,02	11,30	0,00	0,00	18,08	12,43	10,17	2,49	314,14	1,99	0,29	7,96
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>578</b>	<b>22,305</b>	<b>17,810</b>	<b>95,170</b>	<b>630</b>	<b>0,14</b>	<b>0,33</b>	<b>14,15</b>	<b>18,86</b>	<b>0,52</b>	<b>220,61</b>	<b>308,25</b>	<b>56,36</b>	<b>5,26</b>	<b>601,41</b>	<b>97,86</b>	<b>34,62</b>	<b>59,93</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>22,305</b>	<b>17,810</b>	<b>95,170</b>	<b>630</b>	<b>0,14</b>	<b>0,33</b>	<b>14,15</b>	<b>18,86</b>	<b>0,52</b>	<b>220,61</b>	<b>308,25</b>	<b>56,36</b>	<b>5,26</b>	<b>601,41</b>	<b>97,86</b>	<b>34,62</b>	<b>59,93</b>
6 день																				
Завтрак																				
1	Томаты свежие порциями	(12)	30	0,279	0,056	1,090	6	0,02	0,01	7,50	0,00	0,00	4,20	7,80	6,00	0,27	87,00	0,60	0,12	6,00

2	Котлеты, биточки, шницели рубленные с луком	416 (25)	90	11,280	16,267	11,845	239	0,13	0,09	0,36	0,00	0,00	43,77	152,90	25,81	2,39	206,46	83,36	2,39	36,28
3	Рис припущенный	512 (21)	150	2,952	3,583	33,857	179	0,16	0,02	0,00	12,60	0,06	12,25	71,38	23,28	0,52	44,88	80,44	6,92	22,91
4	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
6	Ватрушка с вишней и повидлом	695 (12)	75	3,705	2,062	35,614	176	0,04	0,03	0,94	0,03	0,08	17,23	41,39	10,32	0,86	76,73	21,80	3,42	10,38
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>585</b>	<b>19,422</b>	<b>22,163</b>	<b>102,175</b>	<b>686</b>	<b>0,43</b>	<b>0,16</b>	<b>8,84</b>	<b>12,63</b>	<b>0,14</b>	<b>106,07</b>	<b>328,65</b>	<b>83,64</b>	<b>5,54</b>	<b>472,06</b>	<b>186,20</b>	<b>12,85</b>	<b>75,57</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>19,422</b>	<b>22,163</b>	<b>102,175</b>	<b>686</b>	<b>0,43</b>	<b>0,16</b>	<b>8,84</b>	<b>12,63</b>	<b>0,14</b>	<b>106,07</b>	<b>328,65</b>	<b>83,64</b>	<b>5,54</b>	<b>472,06</b>	<b>186,20</b>	<b>12,85</b>	<b>75,57</b>

	<b>2 неделя</b>																			
	<b>1 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Каша пшеничная молочная жидкая с м/с 250/5	262 (12)	255	7,501	6,142	38,326	239	0,14	0,16	0,66	73,99	0,06	155,70	215,38	40,58	2,16	235,15	51,62	33,06	22,30
2	Чай с молоком натуральным 150/50/10	630 (12)	210	1,311	1,034	10,830	58	0,01	0,06	0,30	24,60	0,00	57,42	46,76	9,48	0,82	58,10	3,96	0,88	8,80
3	Сосиски запеченные в тесте	701 (12)	100	8,242	9,259	25,869	220	0,10	0,02	0,01	0,03	0,07	16,68	105,64	14,98	1,33	43,98	90,71	3,48	9,31
4	Фрукты свежие	627 (21)	1 шт	0,389	0,324	11,324	50	0,02	0,03	5,75	0,00	0,00	21,85	18,40	13,80	2,65	178,25	1,01	0,10	10,12
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>680</b>	<b>17,443</b>	<b>16,760</b>	<b>86,349</b>	<b>566</b>	<b>0,27</b>	<b>0,27</b>	<b>6,71</b>	<b>98,62</b>	<b>0,12</b>	<b>251,65</b>	<b>386,18</b>	<b>78,85</b>	<b>6,95</b>	<b>515,48</b>	<b>147,29</b>	<b>37,52</b>	<b>50,53</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>17,443</b>	<b>16,760</b>	<b>86,349</b>	<b>566</b>	<b>0,27</b>	<b>0,27</b>	<b>6,71</b>	<b>98,62</b>	<b>0,12</b>	<b>251,65</b>	<b>386,18</b>	<b>78,85</b>	<b>6,95</b>	<b>515,48</b>	<b>147,29</b>	<b>37,52</b>	<b>50,53</b>
	<b>2 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Тефтели рыбные в соусе 90/60	332 (12)	150	10,881	10,626	11,891	187	0,12	0,08	1,91	12,55	6,46	23,02	127,49	24,34	0,73	244,17	79,18	25,77	228,38
2	Пюре картофельное	520 (21)	150	2,589	4,038	19,185	123	0,12	0,10	10,38	23,67	0,06	43,44	85,37	28,64	1,11	632,07	85,48	0,75	37,95
3	Чай с лимоном 200/10/7	686 (21)	217	0,212	0,007	8,943	37	0,00	0,00	2,84	0,00	0,00	7,42	8,72	4,67	0,78	11,41	0,01	0,02	0,62
4	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
5	Сдоба майская	(25)	50	2,842	6,302	28,706	183	0,03	0,02	0,06	2,83	0,07	17,97	33,60	5,99	0,47	44,28	20,03	3,59	9,37
6	Фрукты свежие	(21)	1 шт	0,676	0,188	7,170	33	0,06	0,03	38,00	0,00	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,26	0,09	132,30
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>697</b>	<b>18,247</b>	<b>21,356</b>	<b>86,922</b>	<b>613</b>	<b>0,41</b>	<b>0,25</b>	<b>53,18</b>	<b>39,05</b>	<b>6,59</b>	<b>150,85</b>	<b>320,18</b>	<b>89,03</b>	<b>3,94</b>	<b>1143,93</b>	<b>184,96</b>	<b>30,22</b>	<b>408,61</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>18,247</b>	<b>21,356</b>	<b>86,922</b>	<b>613</b>	<b>0,41</b>	<b>0,25</b>	<b>53,18</b>	<b>39,05</b>	<b>6,59</b>	<b>150,85</b>	<b>320,18</b>	<b>89,03</b>	<b>3,94</b>	<b>1143,93</b>	<b>184,96</b>	<b>30,22</b>	<b>408,61</b>
	<b>3 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Запеканка творожная с рисом	(0)	160	14,073	8,599	32,084	262	0,12	0,21	0,18	7,24	0,26	136,21	215,19	32,92	0,98	110,14	135,05	26,84	39,18
2	Молоко сгущеное порциями	(0)	20	1,437	1,899	10,612	65	0,02	0,09	0,80	36,00	0,00	58,00	48,00	5,80	0,05	72,00	1,80	0,60	6,90
3	Кофейный напиток с молоком	395 (21)	200	2,296	1,778	11,297	70	0,02	0,06	0,26	24,69	0,00	59,73	73,20	27,47	1,25	131,08	3,96	0,88	8,80
4	Булочка домашняя	769 (21)	75	4,542	8,520	42,111	263	0,04	0,02	0,00	0,03	0,03	11,88	44,03	7,83	0,64	57,63	18,21	5,63	15,01
5	Фрукты свежие	(21)	1 шт	0,676	0,188	7,170	33	0,06	0,03	38,00	0,00	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,26	0,09	132,30

	<b>Итого за завтрак:</b>		555	23,023	20,984	103,274	694	0,26	0,41	39,24	67,96	0,29	300,82	397,42	85,03	3,01	525,85	159,29	34,03	202,19
	<b>Итого за день:</b>			23,023	20,984	103,274	694	0,26	0,41	39,24	67,96	0,29	300,82	397,42	85,03	3,01	525,85	159,29	34,03	202,19
	<b>4 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Огурцы свежие порциями	(12)	40	0,237	0,038	0,727	4	0,01	0,01	2,80	0,00	0,00	6,80	12,00	5,60	0,20	78,40	0,80	0,00	2,80
2	Фрикадельки " Нежные" отварные	(25)	70	7,978	10,790	7,055	157	0,09	0,09	0,68	7,40	0,09	27,63	105,62	14,44	1,26	173,51	14,68	2,13	31,60
3	Соус томатный " Помидорка"	(0)	30	0,298	0,629	4,136	23	0,01	0,00	1,49	0,00	0,00	3,09	5,52	3,70	0,17	60,75	10,54	0,27	0,40
4	Макаронные изделия отварные	516 (21)	150	4,483	3,696	31,295	176	0,07	0,02	0,00	12,60	0,06	20,54	82,78	23,97	0,78	98,55	88,79	0,05	10,44
5	Чай с сахаром 200/10 *	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
6	Хлеб " Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	40	1,396	0,259	14,703	67	0,12	0,02	0,00	0,00	0,00	32,00	64,00	19,20	1,00	76,00	0,00	0,00	0,00
7	Сырная палочка	(25)	40	4,012	4,857	17,166	128	0,03	0,04	0,04	2,20	0,15	68,32	65,00	7,96	0,42	45,70	8,91	3,86	8,55
8	Фрукты свежие	627 (21)	113	0,382	0,042	10,587	44	0,03	0,02	11,30	0,00	0,00	18,08	12,43	10,17	2,49	314,14	1,99	0,29	7,96
	<b>Итого за завтрак:</b>		693	18,944	20,311	94,412	636	0,35	0,21	16,35	22,20	0,29	181,08	354,52	88,88	7,06	847,05	125,70	6,59	61,75
	<b>Итого за день:</b>			18,944	20,311	94,412	636	0,35	0,21	16,35	22,20	0,29	181,08	354,52	88,88	7,06	847,05	125,70	6,59	61,75
	<b>5 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Томаты свежие порциями	(12)	30	0,279	0,056	1,090	6	0,02	0,01	7,50	0,00	0,00	4,20	7,80	6,00	0,27	87,00	0,60	0,12	6,00
2	Гуляш из куриной грудки в яблочно-томатном соусе 50/75	(0)	125	13,195	5,629	12,802	155	0,07	0,01	2,85	12,03	0,06	19,06	117,23	18,66	1,61	336,84	4,65	14,85	84,55
3	Каша гречневая рассыпчатая	508 (21)	150	6,965	5,039	34,464	211	0,21	0,12	0,00	12,60	0,06	20,58	182,40	120,94	4,10	219,75	80,01	3,46	14,15
4	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Хлеб " Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	50	1,745	0,324	18,379	83	0,14	0,03	0,00	0,00	0,00	40,00	80,00	24,00	1,25	95,00	0,00	0,00	0,00
6	Печенье масляное	(29)	20	1,098	3,262	11,734	81	0,01	0,02	0,01	11,83	0,10	5,50	13,30	1,78	0,17	15,47	0,65	1,11	3,01
	<b>Итого за завтрак:</b>		585	23,440	14,311	87,211	571	0,46	0,18	10,40	36,45	0,22	93,97	407,92	175,21	8,15	754,06	85,92	19,53	107,71
	<b>Итого за день:</b>			23,440	14,311	87,211	571	0,46	0,18	10,40	36,45	0,22	93,97	407,92	175,21	8,15	754,06	85,92	19,53	107,71
	<b>6 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Вареники с творогом, рубленным яйцом, зеленью	(0)	180	13,722	6,217	32,927	243	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,84	2,18	0,64	0,08	0,25	116,15	0,00	0,00
2	Масло сливочное	96 (21)	8	0,054	5,452	0,099	50	0,00	0,01	0,00	32,00	0,09	1,92	2,40	0,00	0,02	2,08	0,00	0,08	0,22
3	Напиток растворимый "Цикорий" с молоком	(25)	200	1,152	1,034	10,770	57	0,01	0,06	0,26	24,60	0,00	53,06	39,59	5,66	0,10	58,10	3,96	0,88	8,80
4	Хлеб " Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
5	Лепешка сметанная	(25)	50	3,166	4,918	25,471	159	0,03	0,03	0,01	4,08	0,03	13,34	35,95	6,03	0,45	48,80	13,80	3,31	10,23
	<b>Итого за завтрак:</b>		468	19,141	17,816	80,296	558	0,13	0,11	0,27	60,68	0,12	103,16	128,12	26,72	1,41	166,23	133,91	4,27	19,25
	<b>Итого за день:</b>			19,141	17,816	80,296	558	0,13	0,11	0,27	60,68	0,12	103,16	128,12	26,72	1,41	166,23	133,91	4,27	19,25

Всего: 7433 : 12 = 619 ккал
Всего: 240,402 : 12 = 20,033 грамм белка
Всего: 237,713 : 12 = 19,809 грамм жира
Всего: 1082,957 : 12 = 90,246 грамм углеводов

Экономист по ценам:

Технолог



Примечание:

- 12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г
- 13 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1997г
- 21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.
- 25 - Техничко-технологическая карта №
- 29 - ОСТ 10-060-95