Согласовано:
Директор МОБУ "СОШ" №_____
_____
" "_____ 2023 г.

Утверждаю:
И.П. Кононенко Ю.А. _____/Ю.А. Кононенко /
" "_____ 2023 г.

Десятидневное меню
"Обеспечение одноразовым питанием и бесплатным молоком или кисломолочными продуктом обучающихся 1-4 классов включительно в МОБУ СОШ Дальнегорского городского округа
на 2022 - 2023 год

Наименование блюда.	выход	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Mg мг.	Р мг.	Fe мг.	
1-ый день														
Каша молочная манная с маслом сливоч	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№2216сбрец 2004
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб рец 2004
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	0	3	0,02	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		**15,94**	**20,11**	**70,57**	**516,5**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**54,35**	**135**	**1,31**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**21,74**	**26,51**	**79,97**	**634,5**	**0,27**	**8,58**	**30,05**	**0,51**	**584,58**	**236,35**	**163**	**1,51**	
2-ой день														
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	№60 сб.рец.1994
Тефтели из мяса кур в соусе.	80/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,5	30	0	8,536	0	0	0,847	№180сб.рец 2004
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№19 сб.рец 2004
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		**25,65**	**26,91**	**106,71**	**641,93**	**0,11**	**10,50**	**30,01**	**0,12**	**75,71**	**78,90**	**52,71**	**3,19**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**31,45**	**33,31**	**116,11**	**759,93**	**0,19**	**11,70**	**60,01**	**0,12**	**328,51**	**260,90**	**80,71**	**3,39**	
3-ой день														
Каша молочная гречневая со сливоч маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№2216сбрец 2004
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб рец 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.		5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		**19,32**	**16,32**	**70,44**	**448,10**	**0,18**	**7,49**	**0,05**	**0,48**	**464,38**	**59,60**	**207,00**	**1,44**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004

4-ой день														
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	№104сб рец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,3	6,9	25,2	9,9	5,58	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Итого завтрак:		**17,63**	**17,86**	**71,04**	**481,55**	**0,134**	**2,7**	**52,039**	**0,375**	**206,68**	**78,83**	**146,34**	**9,51**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**23,43**	**24,26**	**80,44**	**599,55**	**0,214**	**3,9**	**82,039**	**0,375**	**459,48**	**260,83**	**174,34**	**9,71**	
5-ой день														
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками с маслом сливочн.	175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№116сбрец2004
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	0	3	0,02	№14сбрец2004
Итого завтрак:		**13,9**	**20,55**	**72,45**	**525**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**54,35**	**135**	**1,31**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**19,7**	**26,95**	**81,85**	**643**	**0,27**	**8,58**	**30,05**	**0,51**	**584,58**	**236,35**	**163**	**1,51**	
6-ой день														
Макароны отварные со слив мас с сыром	150/5/5	8,37	11,3	40,83	242,18	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№274 сб.рец. 1994
Какао на молоке	200	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	1,6	0	0	152,94	0	0	0,54	№397сб рец 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		**21,45**	**19,78**	**77,63**	**494,04**	**0,104**	**1,71**	**0,049**	**0,095**	**300,71**	**70,25**	**85,91**	**0,97**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**27,25**	**26,18**	**87,03**	**612,04**	**0,184**	**2,91**	**30,049**	**0,095**	**553,51**	**252,25**	**113,91**	**1,17**	
7-ой день														
Каша молочная манная с маслом сливоч	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№2216сбрец 2004
Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/10	2,28	3,10	10,80	93,20	0,03	0,25	0,11	0	75,47	16,3	114,97	0,28	№469 сб рец 2005
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		**18,12**	**14,96**	**81,24**	**534,90**	**0,21**	**7,63**	**0,12**	**0,40**	**404,85**	**70,65**	**246,97**	**1,57**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**23,92**	**21,36**	**90,64**	**652,90**	**0,29**	**8,83**	**30,12**	**0,40**	**657,65**	**252,65**	**274,97**	**1,77**	
8-ой день														
Омлет натуральный с зеленым горошком	150	9,3	11,25	43,13	349,01	0,154	0,39	0,39	4,55	105,43	18,72	0,26	2,99	№255сбрец2004
Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Итого завтрак:		**18,18**	**16,51**	**81,45**	**544,61**	**0,188**	**2,14**	**0,429**	**4,625**	**254,18**	**30,17**	**83,46**	**3,94**	

		[illegible]	[illegible]	[illegible]	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**23,98**	**22,91**	**90,85**	**662,61**	**0,268**	**3,34**	**30,429**	**4,625**	**506,98**	**212,17**	**111,46**	**4,14**	
9-ой день														
Котлета рыбная любительская	80	8,2	3,95	9,22	187.26	0,076	0,44	0	0	71,2	0	0	0,59	№325 сб рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	150/5	3,65	5,37	26,69	209,70	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сбрец2004
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	11,7	54,25	1,05	528 сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		**21,445**	**20,47**	**88,19**	**545,33**	**0,216**	**4,79**	**0,44**	**0,21**	**114,315**	**14,7**	**54,25**	**3,245**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**27,245**	**26,87**	**97,59**	**663,33**	**0,296**	**5,99**	**30,44**	**0,21**	**367,115**	**196,7**	**82,25**	**3,445**	
10-ой день		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Mg мг.**	**Р мг.**	**Fe мг.**	
Рагу овощное с курицей	180	9,20	14,82	36,28	312,60	0,08	12,9	0,05	2,24	42,06	0	44,2	2,2	№342сбрец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		**18,28**	**19,78**	**70,8**	**507,2**	**0,114**	**19**	**0,089**	**2,315**	**189,01**	**5,25**	**119,2**	**2,89**	
Молоко	200	5,8		9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Итого:		**24,08**	**19,78**	**80,2**	**625,2**	**0,194**	**20,2**	**30,089**	**2,315**	**441,81**	**187,25**	**147,2**	**3,09**	

ИП Кононенко Ю.А.__________ **Ю.А.Кононенко.**

Технолог: ____________ **О.Н. Фенькив**

Бухгалтер: ______________ **Л.Е.Макрицкая**

Директор МОБУ "СОШ" №_____

_____ 2023 г.

И.П. Кононенко Ю.А. _____ /Ю.А. Кононенко /

" "_____ 2023 г.

Десятидневное меню

на одного обучающегося в 1-4 классах с ограниченными возможностями здоровья и/ или ребенка-инвалида,членов семьи граждан постоянно проживающих на терртории Приморского края ставших инвалидами вследствии ранения, контузии, увечия или заболевания, полученных при выполнении задач, или погибших в ходе специальной военной операции на территориях Донецкой Народной Республики, Луганской Народной республики,Запорожской области,Херсонской области и Украины в МОБУ СОШ Дальнегорского городского округа на 2023-2024 год.

Наименование блюда.	выход	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
1-вый день														
Завтрак		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная манная со сливочным маслом.	200/5	10,24	15,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№2216сбрец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
		15,94	**24,11**	**70,57**	**516,50**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**135,00**	**54,35**	**1,31**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Салат из сырых овощей	60	0,96	4,56	3,18	56,58	0,024	6,8	0	0,28	5,6	10,4	8,00	0,36	№71/24сбрец 2004/94
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05	№83/121сбрец2004
Голубцы ленивые	190	12,60	9,85	19,30	283,30	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№410сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		31,957	**22,915**	**88,25**	**739,53**	**0,27**	**13,86**	**60,01**	**1,63**	**132,83**	**145,53**	**96,38**	**6,21**	
ИТОГО 1-ый день		**47,90**	**47,03**	**158,82**	**1256,03**	**0,46**	**21,24**	**60,06**	**2,14**	**464,61**	**280,53**	**150,73**	**7,52**	
2-ой день														
Завтрак		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная пшенная со сливочным маслом.	200/5	10,24	15,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№2216сбрец 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		19,12	**20,62**	**74,24**	**449,1**	**0,184**	**3,125**	**0,049**	**0,475**	**466,18**	**213,2**	**67,8**	**1,7**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	№60 сб.рец.1994
Суп картофельный с горохом и колбасой.	250/15	8,20	6,80	13,00	178,48	0,02	5,19	0,02	0,1	36,54	14	36,7	2,58	№66/15сбрец 2004
Тефтели ии мяса кур в соусе.	80/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№180сб.рец 2004
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№19 сб.рец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		33,61	**33,31**	**118,13**	**811,4**	**0,093**	**15,685**	**30,03**	**0,22**	**80,906**	**92,9**	**89,41**	**4,707**	
ИТОГО 2-ой день		**52,73**	**53,93**	**192,37**	**1260,5**	**0,277**	**18,81**	**30,08**	**0,695**	**547,086**	**306,1**	**157,21**	**6,407**	
3-ий день														
Завтрак		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная гречневая со сливочным маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№2216сбрец 2004
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004

Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	0	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		15,94	**20,11**	**70,57**	**486,5**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**135**	**54,35**	**1,31**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№10 сб рец 2010
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	9,06	7,89	8,35	171,74	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№88/273,2сбрец2004
Рыба тушеная с овощами	130	9,40	7,70	8,50	147,70	0,056	0,72	0	0	92,36	0	0	0,698	№309сб.рец 1994
Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	168,2	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№472 сб.рец.1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		29,98	**23,48**	**113,025**	**734,09**	**0,208**	**18,59**	**0,05**	**0,24**	**167,285**	**89,2**	**24,04**	**3,303**	
ИТОГО 3-ой день		**45,92**	**43,59**	**183,595**	**1220,59**	**0,398**	**25,97**	**0,1**	**0,75**	**499,065**	**224,2**	**78,39**	**4,613**	
4-ий день														
Завтрак		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№257сбрец 1994
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
		21,14	**13,01**	**68,13**	**459,76**	**0,18**	**3,13**	**0,05**	**0,48**	**466,18**	**213,20**	**67,80**	**1,70**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Икра овощная	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№76 сб.рец.1994
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05	№83/121сбрец2004
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	№104сб рец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		30,15	**26,51**	**102,51**	**756,79**	**0,23**	**7,95**	**52,05**	**1,55**	**123,29**	**149,18**	**105,44**	**4,43**	
ИТОГО за 4-ый день		**51,29**	**39,52**	**170,64**	**1216,55**	**0,41**	**11,08**	**52,10**	**2,03**	**589,47**	**362,38**	**173,24**	**6,13**	
5-ый день														
Завтрак		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками и сливоч маслом.	175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№116сбрец2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
		13,9	**20,55**	**72,45**	**525**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**135**	**54,35**	**1,31**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	№60 сб.рец.1994
Суп картофельный с крупой (гречка) с курицей	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№80/15,2сбрец2004
Тефтели мясные в соусе.	90/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№79сб.рец 2004
Гороховое пюре	150	9,50	3,50	56,50	224,00	0,01	0	0	0	104,5	65	96,4	62	№468сб.рец.1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		37,02	**34,11**	**136,91**	**779,93**	**0,153**	**24,865**	**30,05**	**0,2**	**206,696**	**162,9**	**158,24**	**65,747**	
ИТОГО за 5-ый день		**50,92**	**54,66**	**209,36**	**1304,93**	**0,343**	**32,245**	**30,1**	**0,71**	**538,476**	**297,9**	**212,59**	**67,057**	

Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Макароны отварные со сливочным маслом и сыром	150/5/5	8,37	11,3	40,83	242,18	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№274 сб.рец. 1994
Какао на молоке	200	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	1,6	0	0	152,94	0	0	0,54	№397сб рец 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		21,45	**19,78**	**77,63**	**494,04**	**0,104**	**1,705**	**0,049**	**0,095**	**300,71**	**140**	**16,16**	**0,97**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Свекла с сыром	60	0,32	0,04	1,12	44,60	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№29 сбрец 1994
Суп картофельный с горбушей.	250/15	7,92	8,75	14,53	131,80	0,02	8,34	0,01	0,01	37,56	25	31,65	1,39	№43сб рец 2004
Гречка по- купечески с мясом	190	13,40	10,75	18,80	282,10	0,05	12,54	0,01	0,02	36,04	54	73	5,72	№624сб.рец.2005
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		28,40	**19,94**	**82,99**	**671,49**	**0,11**	**24,38**	**0,02**	**0,17**	**76,91**	**84,20**	**108,65**	**7,29**	
ИТОГО за 6-ый день		**49,85**	**39,72**	**160,62**	**1165,53**	**0,22**	**26,09**	**0,07**	**0,27**	**377,62**	**224,20**	**124,81**	**8,26**	
7-ый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша молочная манная со сливочным маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№2216сбрец 2004
Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/10	7,28	6	10,80	93,20	0,03	0,25	0,11	0	75,47	16,3	114,97	0,28	№469 сб рец 2005
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		23,12	**17,86**	**81,24**	**534,90**	**0,21**	**7,63**	**0,12**	**0,40**	**404,85**	**148,30**	**169,32**	**1,57**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Салат из огурца консервирован с луком и растит маслом	60	1,68	0	1,14	5,6	0,004	0,49	0	0,01	1,7	3	1,4	0,05	
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	7,67	10,55	21,97	173,72	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№128/110/332,2сбрец2004
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	№104сб рец 2004
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		25,6	**23,95**	**105,95**	**687,27**	**0,214**	**15,81**	**52,05**	**0,11**	**123,84**	**129,18**	**74,68**	**4,93**	
ИТОГО за 7-ый день		**48,72**	**41,81**	**187,19**	**1222,17**	**0,42**	**23,44**	**52,17**	**0,51**	**528,69**	**277,48**	**244,00**	**6,50**	
8-ый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Омлет натуральный с зеленым горошком	150	9,3	11,25	43,13	349,01	0,154	0,39	0,39	4,55	105,43	18,72	0,26	2,99	№255сбрец2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
		18,18	**16,51**	**81,45**	**544,61**	**0,188**	**2,135**	**0,429**	**4,625**	**254,18**	**99,92**	**13,71**	**3,94**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Икра морковная	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№75 сб.рец.1994
Свекольник с мясом и сметаной	250/15/5	6,02	10	12,35	175,72	0,02	8,34	0,01	0,01	37,56	25	31,65	1,39	№131/110/332,2сбрец2004
Тефтели мясные в соусе.	90/50	9,48	9,8	9,94	163,10	0,02	0,55	0,003	0,05	18,6	36	19,86	0,83	№79сб.рец 2004
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№19 сб.рец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012

ИТОГО за 8-ый день		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	0,1	10,09	0,063	0,28	101,49	147	85,62	2,9	
9-ый день		**47,55**	**47,56**	**198,705**	**1394,42**	**0,288**	**12,225**	**0,492**	**4,905**	**355,67**	**246,92**	**99,33**	**6,84**	
Завтрак														
		Б	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная пшенная со сливочным маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№2216сбрец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
		15,94	**20,11**	**70,57**	**486,5**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**135**	**54,35**	**1,31**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
		Б	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Икра овощная	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№76 сб.рец.1994
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	9,06	7,89	9,35	171,74	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№88/273/332,2сбрец2004
Котлета рыбная Любительская	90	8,2	3,95	9,22	187.26	0,076	0,44	0	0	71,2	0	0	0,59	№325 сб рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	150/5	3,65	5,37	26,69	209,70	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сбрец2004
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
ИТОГО за 9-ый день		**31,47**	**25,91**	**103,01**	**722,47**	**0,27**	**20,36**	**0,49**	**0,40**	**183,23**	**159,25**	**54,94**	**4,47**	
10 -ый день		**47,41**	**46,02**	**173,58**	**1208,97**	**0,46**	**27,74**	**0,54**	**0,91**	**515,01**	**294,25**	**109,29**	**5,78**	
Завтрак														
		Б	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№257сбрец 1994
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
		21,14	**13,01**	**68,13**	**459,76**	**0,184**	**3,125**	**0,049**	**0,475**	**466,18**	**213,2**	**67,8**	**1,7**	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб рец 2004
Обед														
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№10 сб рец 2010
Рагу овощное с курицей	190	9,20	14,82	36,28	312,60	0,08	12,94	0,05	2,24	42,06	0	44,2	2,2	№342сбрец 2004
Суп картофельный с горохом и курицей	250/10	8,20	6,80	13,00	178,48	0,02	5,19	0,02	0,1	36,54	14	36,7	2,58	№66/15сбрец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
ИТОГО за 10-ый день		**24,38**	**23,06**	**101,58**	**728,52**	**0,142**	**21,63**	**0,07**	**2,48**	**81,91**	**19,2**	**84,9**	**4,96**	
		45,52	**36,07**	**169,71**	**1188,28**	**0,326**	**24,755**	**0,119**	**2,955**	**548,09**	**232,4**	**152,7**	**6,66**	
ВСЕГО ЗА ДЕСЯТЬ ДНЕЙ		***Б***	***Ж***	***У***	***К***									
ВСЕГО ЗА ОДИН ДЕНЬ		***487,80***	***449,90***	***1804,59***	***12437,97***									
ИП Кононенко Ю.А. _____ Ю.А.Кононенко.		***47,46***	***48,1***	***179,87***	***1261,77***									
Технолог: _____ О.Н.Фенькив.														
Бухгалтер: _____ Л.Е. Макрицкая														

Директор МОБУ "СОШ" №_____
_____
"_____" 2023 г.

И.П. Кононенко Ю.А. _____ /Ю.А. Кононенко /
" "_____ 2023 г.

0133 3-11кл

Десятидневное меню

на одного обучающегося в 5-11 классах с ограниченными возможностями здоровья и/ или ребенка-инвалида,членов семьи граждан постоянно проживающих на терртории Приморского края ставших инвалидами вследствии ранения, контузии, увечия или заболевания, полученных при выполнении задач, или погибших в ходе специальной военной операции на территориях Донецкой Народной Республики, Луганской Народной республики,Запорожской области,Херсонской области и Украины в МОБУ СОШ Дальнегорского городского округа на 2023-2024 год.

Наименование блюда.	выход	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
1-вый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша молочная манная со сливочным маслом.	250/5	11,36	12,36	37,60	354,38	0,17	1,42	0,01	0,46	329,14	142	56,18	0,78	№2216сбрец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
		17,06	**21,11**	**72,25**	**587,38**	**0,21**	**7,42**	**0,05**	**0,57**	**343,49**	**145,00**	**56,18**	**1,34**	
Обед														
Салат из сырых овощей	100	1,6	7,6	7,28	94,3	0,024	3,97,2	0	0,28	5,6	10,2	8	0,36	№71/24сбрец 2004/94
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/15	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05	№83/121сбрец2004
Голубцы ленивые	230	16,80	13,6	25,50	339,76	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№410сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизир.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		36,797	**29,705**	**98,55**	**833,71**	**0,27**	**7,06**	**60,01**	**1,63**	**132,83**	**145,33**	**96,38**	**6,21**	
ИТОГО 1-ый день		**53,86**	**50,82**	**170,80**	**1421,09**	**0,48**	**14,48**	**60,06**	**2,20**	**476,32**	**290,33**	**152,56**	**7,55**	
2-ой день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша молочная пшенная со сливочным маслом.	250/5	11,36	12,36	37,60	354,38	0,17	1,42	0,01	0,46	329,14	142	56,18	0,78	№2216сбрец 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		20,24	**17,62**	**75,92**	**549,98**	**0,204**	**3,165**	**0,049**	**0,535**	**477,89**	**223,2**	**69,63**	**1,73**	
Обед														
Винегрет овощной с растит маслом	100	1,67	10,34	8,20	130,10	0	10	0	0,1	22,9	41,8	13,9	1	№60 сб.рец.1994
Суп картофельный с горохом и колбасой.	250/15	8,20	6,80	13,00	178,48	0,02	5,19	0,02	0,1	36,54	14	36,7	2,58	№66/15сбрец 2004
Тефтели из мяса кур в соусе.	100/50	20,10	19,96	22,12	271,80	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№180сб.рец 2004
Макароны отварные со сливочным маслом	180/5	7,12	5,05	53,1	236,50	0,01	0	0,01	0,02	13,52	72,3	13,8	0,34	№19 сб.рец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		43,85	**42,55**	**144,96**	**1029,87**	**0,093**	**15,685**	**30,03**	**0,22**	**82,006**	**128,1**	**64,4**	**4,767**	
ИТОГО 2-ой день		**64,09**	**60,17**	**220,88**	**1579,85**	**0,297**	**18,85**	**30,08**	**0,755**	**559,896**	**351,3**	**134,03**	**6,497**	

Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша молочная гречневая со сливочным маслом.	250/7	11,36	12,36	41,40	331,84	0,16	1,41	0,01	0,45	328,16	134	57,46	0,85	№2216сбрец 2004
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		17,06	**21,11**	**76,05**	**564,84**	**0,2**	**7,41**	**0,05**	**0,56**	**342,51**	**137**	**57,46**	**1,41**	
Обед														
Салат из зеленого горошка	100	0,37	1,74	6,27	40,75	0,024	7	0	0,28	5,6	10,4	8	0,36	
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	9,06	7,89	8,35	171,74	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№88/273,2сбрец2004
Рыба тушеная с овощами	140	16,50	12,60	14,50	264,80	0,056	0,72	0	0	92,36	0	0	0,698	№309сб.рец 1994
Картофельное пюре	180	4,9	6,05	48,5	196,2	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№472 сб.рец.1994
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		40,33	**31,18**	**129,765**	**934,32**	**0,25**	**26,44**	**0,45**	**0,48**	**177,585**	**148,65**	**39,74**	**4,533**	
ИТОГО 3-ой день		**57,39**	**52,29**	**205,815**	**1499,16**	**0,45**	**33,85**	**0,5**	**1,04**	**520,095**	**285,65**	**97,2**	**5,943**	
4-ий день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливоч маслом	250/5	13,16	8,35	29,81	282,18	0,17	1,42	0,01	0,46	329,14	142	56,18	0,78	№2216сбрец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
		22,04	**13,61**	**68,13**	**477,78**	**0,20**	**3,17**	**0,05**	**0,54**	**477,89**	**223,20**	**69,63**	**1,73**	
Обед														
Икра овощная	100	1,77	9,65	9,34	133,67	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№76 сб.рец.1994
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05	№83/121сбрец2004
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	376,25	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№104сб рец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		33,16	**33,01**	**113,14**	**900,56**	**0,23**	**8,26**	**60,05**	**1,55**	**128,29**	**156,13**	**111,58**	**5,19**	
ИТОГО за 4-ый день		**55,20**	**46,62**	**181,27**	**1378,34**	**0,43**	**11,43**	**60,10**	**2,09**	**606,18**	**379,33**	**181,21**	**6,92**	
5-ый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками и сливоч масл.	225/25/5	9,64	12,3	42,86	356,80	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№116сбрец2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
		15,34	**21,05**	**77,51**	**589,80**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**135**	**54,35**	**1,31**	
Обед														
Винегрет овощной с растит маслом	100	1,67	10,34	8,20	130,10	0	10	0	0,1	22,9	41,8	13,9	1	№60 сб.рец.1994
Суп картофельный с крупой (гречка) с курицей	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№80/15,2сбрец2004
Тефтели мясные в соусе.	100/50	15,80	14,3	16,50	241,80	0,02	0,55	0,003	0,05	18,6	36	19,86	0,83	№79сб.рец 2004
Гороховое пюре со сливочным маслом	180/5	4,02	7,68	31,52	178,20	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№468сбрец1994

Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	№508сб.рец.2004
		36,41	41,87	120,87	903,9	0,16	24,92	0,053	0,25	113,625	161,8	53,8	4,255	гост31805-2012
ИТОГО за 5-ый день		51,75	62,92	198,38	1493,7	0,35	32,3	0,103	0,76	445,405	296,8	108,15	5,565	
6-ый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Макароны отварные со слив мас с сыром	180/5/5	9,2	11,3	46,25	278,20	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№274 сб.рец. 1994
Какао на молоке	200	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	1,6	0	0	152,94	0	0	0,54	№397сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
		22,28	19,78	83,05	530,06	0,104	1,705	0,049	0,095	300,71	140	16,16	0,97	
Обед														
Свекла с сыром	100	0,54	0,07	1,87	47,34	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№29 сбрец 1994
Суп картофельный с горбушей.	250/15	6,51	3,74	19,13	140,30	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05	№80/273сбрец2004
Гречка по- купечески с мясом	230	17,60	16,8	59,20	397,26	0,076	0,44	0	0	71,2	0	0	0,59	№416 сб.рец.1994
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		33,91	23,11	130,77	836,72	0,23	14,09	0,41	1,59	121,01	145,45	44,70	2,87	
ИТОГО за 6-ый день		56,19	42,89	213,82	1366,78	0,33	15,80	0,46	1,69	421,72	285,45	60,86	3,84	
7-ый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша молочная манная со сливочным маслом.	250/5	11,36	12,36	37,60	354,38	0,17	1,42	0,01	0,46	329,14	142	56,18	0,78	№2216сбрец 2004
Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/10	7,28	6	10,80	93,20	0,03	0,25	0,11	0	75,47	16,3	114,97	0,28	№469 сб рец 2005
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		24,24	18,86	82,92	605,78	0,23	7,67	0,12	0,46	416,56	158,30	171,15	1,60	
Обед														
Салат из огурца консервирован с луком и растит маслом	100	0,84	0	0,57	4,8	0,004	0,49	0	0,01	1,7	3	1,4	0,05	
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	7,67	10,55	21,97	173,72	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№128/110,2сбрец2004
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	376,25	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№104сб рец 2004
Компот из смеси сухофруктов.витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		25,6	26,6	112,27	776,77	0,214	16,12	60,05	0,11	128,84	136,13	80,82	5,69	
ИТОГО за 7-ый день		49,84	45,46	195,19	1382,55	0,44	23,79	60,17	0,57	545,40	294,43	251,97	7,29	
8-ый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Омлет натуральный с зеленым горошком	200	1,07	11,95	49,51	405,00	0,205	0,52	0,52	6,08	140,57	0,35	24,96	3,99	№255сбрец2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		9,95	17,21	87,83	600,6	0,239	2,265	0,559	6,155	289,32	81,55	38,41	4,94	
Обед														
Икра морковная	100	1,77	9,65	9,34	133,67	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№75 сб.рец.1994
Свекольник с мясом и сметаной	250/15/5	6,02	10	12,35	175,72	0,02	8,34	0,01	0,01	37,56	25	31,65	1,39	№131/110,2сбрец2004
Тефтели мясные в соусе.	100/50	15,80	14,3	16,50	241,80	0,02	0,55	0,003	0,05	18,6	36	19,86	0,83	№79сб.рец 2004

Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		37,47	**39,4**	**139,825**	**1000,68**	**0,1**	**10,09**	**0,063**	**0,28**	**102,59**	**154,3**	**88,51**	**2,96**	
ИТОГО за 8-ый день		**47,42**	**56,61**	**227,655**	**1601,28**	**0,339**	**12,355**	**0,622**	**6,435**	**391,91**	**235,85**	**126,92**	**7,9**	
9-ый день														
Завтрак		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная пшенная со сливочным маслом.	250/5	11,36	12,36	37,60	354,38	0,17	1,42	0,01	0,46	329,14	142	56,18	0,78	№2216сбрец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
		17,06	**21,11**	**72,25**	**587,38**	**0,21**	**7,42**	**0,05**	**0,57**	**343,49**	**145**	**56,18**	**1,34**	
Обед														
Икра овощная	100	1,77	9,65	9,34	133,67	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№76 сб.рец.1994
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	250/15/5	9,06	7,89	9,35	171,74	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№88/273/332,2сбрец2004
Котлета рыбная Любительская	100	9,45	5,2	11,53	234,08	0,095	0,55	0	0	92,75	0	0	0,74	№325 сб рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	180/7	4,82	5,68	37,52	224,66	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сбрец2004
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	64,72	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		34,60	**31,32**	**119,89**	**1050,87**	**0,29**	**20,47**	**0,49**	**0,40**	**204,78**	**159,25**	**54,94**	**4,62**	
ИТОГО за 9-ый день		**51,66**	**52,43**	**192,14**	**1638,25**	**0,50**	**27,89**	**0,54**	**0,97**	**548,27**	**304,25**	**111,12**	**5,96**	
10 -ый день														
Завтрак		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливоч маслом	250/5	13,16	8,35	29,81	282,18	0,17	1,42	0,01	0,46	329,14	142	56,18	0,78	№2216сбрец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№15\1сб рец 2004
		22,04	**13,61**	**68,13**	**477,78**	**0,204**	**3,165**	**0,049**	**0,535**	**477,89**	**223,2**	**69,63**	**1,73**	
Обед														
Салат из зеленого горошка	100	0,37	1,74	6,27	40,75	0,024	7	0	0,28	5,6	10,4	8	0,36	
Рагу овощное с курицей.	230	12,89	18,38	36,34	475,60	0,05	12,54	0,01	0,02	36,04	54	73	5,72	№342сбрец 2004
Суп картофельный с горохом и колбасой.	250/15	8,20	6,80	13,00	178,48	0,02	5,19	0,02	0,1	36,54	14	36,7	2,58	№66/15сбрец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
		28,22	**27,32**	**104,15**	**907,82**	**0,124**	**24,73**	**0,03**	**0,4**	**78,69**	**78,4**	**117,7**	**8,66**	
ИТОГО за 10-ый день		**50,26**	**40,93**	**172,28**	**1385,60**	**0,33**	**27,90**	**0,08**	**0,94**	**556,58**	**301,60**	**187,33**		

ИП Кононенко Ю.А. _____ **Ю. А. Кононенко.**

Технолог: _____ **О.Н.Феньків.**

Бухгалтер: _____ **Л.Е. Макрицкая**

Директор МОБУ "СОШ" №
_____
" " _____ 2023 г.

Утверждаю:
И.П. Кононенко Ю.А. _____ / Ю.А. Кононенко /
" " _____ 2023 г.

Десятидневное меню
"Обеспечение одноразовым питанием обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, из семей имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума, из семей находящихся в сложной жизненной ситуации,из числа детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, дети участников специальной военной операции.
в МОБУ СОШ Дальнегорского городского округа.
на 2023-2024 год.

Наименование блюда.	выход	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
1-ый день														
Голубцы ленивые	230	16,80	13,6	25,50	339,76	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№410сб рец 1994
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодирован, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,1	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Итого:		**25,88**	**18,56**	**60,02**	**534,36**	**0,134**	**7,365**	**60,04**	**0,1**	**203,33**	**54,38**	**134,38**	**4,43**	
2-ой день														
Винегрет овощной с растит маслом	100	1,67	10,34	8,20	130,10	0	10	0	0,1	22,9	41,8	13,9	1	№60 сб.рец.1994
Тефтели из мяса курв соусе.	100/50	20,10	19,96	22,12	271,80	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№180сб.рец 2004
Макароны отварные со сливочным маслом	180/5	7,12	5,05	53,1	236,50	0,01	0	0,01	0	13,52	72,3	13,8	0,34	№19 сб.рец 2004
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодирован, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого:		**35,89**	**36,15**	**133,54**	**860,4**	**0,113**	**10,495**	**30,01**	**0,1**	**76,806**	**114,1**	**27,7**	**3,247**	
3-ой день														
Рыба тушеная с овощами	100/50	16,50	12,60	14,50	264,80	0,056	0,72	0	0	92,36	0	0	0,698	№309сб.рец 1994
Картофельное пюре	180	4,65	5,93	38,84	226,70	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сб рец 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,1	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодирован, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого:		**30,23**	**23,49**	**87,86**	**686,10**	**0,12**	**6,83**	**0,04**	**0,08**	**240,68**	**5,25**	**75,00**	**1,91**	
4-ый день														
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	376,25	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№104сб рец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодирован, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,1	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Итого:		**22,11**	**20,51**	**77,93**	**571,85**	**0,13**	**3,01**	**60,04**	**0,08**	**205,13**	**60,58**	**142,58**	**4,69**	

5-ый день														
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками и сливоч маслом.	175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№116сбрец2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,10	7,25	0,13	66	0,01	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
Итого:		**13,90**	**19,55**	**72,45**	**516,20**	**0,19**	**7,38**	**0,05**	**0,51**	**331,78**	**135,00**	**54,35**	**1,31**	
6-ый день														
Свекла с сыром	100	0,54	0,07	1,87	47,34	0,012	3,5	0	0,1	2,8	5,2	4	0,18	№29 сбрец 1994
Гречка по- купечески с мясом	230	17,60	16,8	59,20	397,26	0,05	12,54	0,01	0	36,04	54	73	5,72	№416 сб рец 1994
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодирован, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого:		**26,24**	**19,47**	**97,62**	**641,63**	**0,122**	**26,39**	**0,41**	**0,3**	**58,29**	**113,5**	**88,7**	**7,49**	
7-ый день														
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	376,25	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№104сб рец 2004
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Масло сливочное	10	0,10	7,25	0,13	66	0,01	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого:		**20,33**	**23,3**	**89,86**	**664,25**	**0,18**	**1,26**	**60,04**	**0,1**	**90,63**	**52,13**	**59,38**	**4,82**	
8-ый день		**Б**	**Ж**	**У**	**К**	**В1 мг.**	**С мг.**	**А мг.**	**Е мг.**	**Са мг.**	**Р мг.**	**Mg мг.**	**Fe мг.**	
Омлет натуральный с зеленым горошком	200	16,07	13,25	49,51	405,00	0,205	0,52	0,52	6,1	140,57	0,35	24,96	3,99	№255сбрец2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,1	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого:		**25,15**	**18,21**	**84,03**	**599,60**	**0,24**	**6,63**	**0,56**	**6,16**	**287,52**	**5,60**	**99,96**	**4,68**	
9-ый день														
Котлета рыбная Любительская	100	9,45	5,2	11,53	234,08	0,095	0,55	0	0	92,75	0	0	0,74	№325 сб рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	180/7	4,82	5,68	37,52	224,66	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сбрец2004
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	64,72	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.рец.2004
Масло сливочное	10	0,10	7,25	0,13	66	0,01	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодирован, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого:		**23,87**	**21,03**	**101,33**	**811,46**	**0,24**	**4,90**	**0,44**	**0,21**	**135,87**	**57,25**	**11,70**	**3,40**	
10-ый день														
Рагу овощное с курицей.	230	12,89	18,38	36,34	475,60	0,05	12,54	0,01	0	36,04	54	73	5,72	№342сбрец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбрец2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,1	135	5,25	75	0,15	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодирован, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого:		**21,97**	**23,34**	**70,86**	**670,2**	**0,084**	**18,645**	**0,049**	**0,1**	**182,99**	**59,25**	**148**	**6,41**	

ИП Кононенко Ю.А._____ **Ю.А.Кононенко.**

Технолог: _____ **О.Н. Фенькив**

Бухгалтер: _____ **Л.Е.Макрицкая**