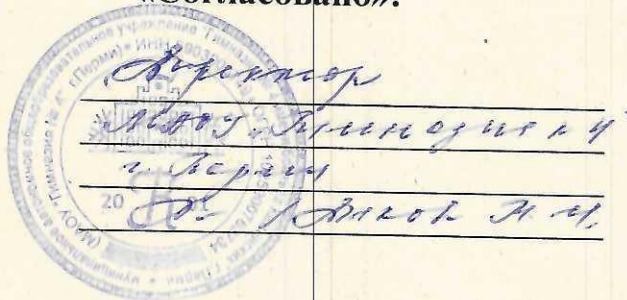


ж.п. С.п.п.

Общество с ограниченной ответственностью
«Вкус и Качество»

«Согласовано»:



Дополнительный ассортимент
для организации питания детей от 12-18 лет
на осенне-зимний период
в образовательных учреждениях

«Утверждаю»

ООО «Вкус и Качество»
Директор Т.Л.Кудинова



2024 г

в работе с 01.01.2024г

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации» 5-е издание, переработанное и дополненное. Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» Пермь 2013г.
- «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. акад. Е. А. Вагнера» Минздрав России. Пермь 2018г.
- «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. акад. Е. А. Вагнера» Минздрав России. Пермь 2021г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022г.
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» 2020г.
- «Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания» Скурихин И.М., Тутельян В.А. Москва 2007г.

Ведомость контроля за рационом питания за 12 дней
Подразделение: Дополнительное питание для старшеклассников

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека												В среднем за период	Норма в день, г(мл)	
	1д	2д	3д	4д	5д	6д	7д	8д	9д	10д	11д	12д			
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ													0,00	0,20	
2. КАКАО-ПОРОШОК						2,40							0,20	1,00	
3. КАРТОФЕЛЬ			128,30		68,30			128,30	136,80	16,20	186,00		55,33	187,00	
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ													0,00	150,00	
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ						100,20					25,00		10,43	10,00	
6. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК												2,40	0,20	2,00	
7. КРАХМАЛ													0,00	3,00	
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ	71,40	52,50					52,50			71,40		62,50	25,86	45,00	
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ				52,50									4,38	15,00	
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	5,80	6,30			4,40	3,00	1,30	7,60	11,40	5,70	5,40	1,80	4,39	15,00	
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,00	6,60	5,30	7,50				5,30	3,00		6,00	4,80	4,38	30,00	
12. МОЛОКО	14,00	16,80	22,50	23,00	9,30	130,00			22,50				235,10	39,43	300,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ			3,10		4,60	18,00							22,30	4,00	15,00
14. МЯСО 1-Й КАТЕГОРИИ	28,00		81,00		56,00						52,50	135,60	29,43	70,00	
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ,МОРОЖЕННЫЕ,КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	60,00	54,60	11,80	51,00	155,00		6,00	55,80	81,40	45,90	60,00		48,46	280,00	
16. ПТИЦА (ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	26,60	48,30		121,60				96,00	55,00	82,00			35,79	35,00	
17. РЫБА (ФИЛЕ), В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАЛОСОЛЕНОЕ													0,00	58,00	
18. САХАР	1,20	20,60	10,00	10,00	10,00	22,00	10,00	10,00	11,20	8,00	1,20	17,70	10,99	30,00	
19. СМЕТАНА						4,50							0,38	10,00	
20. СОКИ ПЛОДООВОЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	306,50	200,00	220,00	204,00	203,00	105,00	306,00	204,00	200,00	327,00	200,00	240,00	226,29	200,00	
21. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,90	4,20	2,50	3,50	1,10	2,30	1,40	3,70	0,20	1,30	1,18	1,00	1,94	3,00	
22. СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ,ЯЗЫК,СЕРДЦЕ)													0,00	30,00	
23. СУХОФРУКТЫ					20,00								1,67	15,00	
24. СЫР				10,00					12,60				1,88	10,00	
25. ТВОРОГ(5%-9% м.д.ж.)						136,50							11,38	50,00	
26. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		16,00		7,20				7,20	20,00	22,00		150,00	18,53	185,00	
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38,90	38,90	20,00	33,00	30,70	20,00	21,00	20,00	20,00	30,50	23,60	20,00	26,38	150,00	
28. ХЛЕБ РЖАНОЙ													0,00	80,00	
29. ЧАЙ				1,00			1,00	1,00					0,25	1,00	
30. ЯЙЦО, ШТ				8,00		6,60		2,50			17,70	4,30	3,26	40,00	

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	24,93	23,57	75,50	616,11		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	965,63	901,09	138,56	100,57	339,58	4,98

"Утверждаю"

Судилко //

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Директор *М* //

День 1

Дополнительное питание для старшеклассников

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 1,)															
60 СБ 2022	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ(60)	60	0,42	1,05	3,06	4,15	48,40	0,02	0,03	24,64		28,35	20,27	10,98	0,38
347 СБ 2021	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ",,	70	0,98	12,06	12,08	9,78	196,78	0,06	0,11	0,71	13,44	26,45	115,80	14,90	1,26
202 СБ 2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ 2021)	150	4,09	9,04	6,71	40,85	259,93	0,31	0,15	5,14	24,00	17,19	214,87	142,89	4,81
501 СБ 2021	СОК ФРУКТОВЫЙ/ГРУШЕВЫЙ	200	2,30			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			8,74	23,73	22,05	87,30	644,31	0,43	0,34	34,49	37,44	89,99	377,94	179,57	9,47

Зав. производ. *Судилко* //

Калькулятор *Судилко* Терещенко И.С./

"Утверждаю"

Судилора //

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Директор *М.* //

День 2

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 2,)															
68 СБ 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО-КОРЕЙСКИ.	60	0,46	0,75	4,26	4,60	60,37	0,03	0,04	3,30		16,89	30,85	19,38	0,40
615 СБ 2022	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ.	70	0,99	11,01	11,99	9,94	192,59	0,06	0,10	1,18	31,08	30,54	100,96	13,24	0,79
624 СБ 2022	РИС ПИКАНТНЫЙ	150	3,28	3,97	4,63	32,77	188,82	0,18	0,05	0,42	18,00	14,22	175,80	61,56	1,20
819 СБ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	2,82	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			8,50	18,15	21,13	84,98	606,23	0,31	0,23	5,94	49,08	92,25	344,19	113,90	3,19

Зав. производ. *С.* //

Калькулятор *И.* Терещенко И.С./

"Утверждаю"

Судинда //

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Директор *А.И.* //

День 3

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 3,)															
149 СБ 2018г	ОВОЩИ(СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ).К,	30	0,01	0,03	0,01	0,05	0,39								
503 СБ 2022	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	0,31	18,02	15,87	3,07	227,27	0,07	0,15	1,23	9,20	16,39	184,97	23,94	2,69
643 СБ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022)	150	2,20	3,24	3,25	22,03	130,77	0,16	0,13	25,95	16,50	46,07	96,69	32,99	1,23
496 СБ 2021	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	1,96	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			5,43	23,55	19,61	54,31	489,41	0,26	0,35	227,18	25,70	78,76	298,06	63,13	4,77

Зав. производ. *А.И.* //

Калькулятор *А.И.* Терещенко И.С./

"Утверждаю"

Судинда //

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Директор *М.* //

День 4

Дополнительное питание для старшекласников

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 4,)															
ТТК 242	САЛАТ "ЦЕЗАРЬ" ШКОЛЬНЫЙ	100	0,23	8,72	10,20	2,31	123,95	0,05	0,13	11,23	50,04	55,79	129,65	17,70	0,86
619 СБ 2022	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ	4/25	0,74	16,55	13,54	7,35	218,47	0,10	0,19	1,78	54,20	46,80	163,29	20,17	1,34
629 СБ 2022	ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ(СПАГЕТТИ)	150	3,71	5,73	6,12	37,11	226,87	0,09	0,03		30,00	22,82	50,18	9,06	0,94
459 СБ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,06	0,01	10,26	42,62			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			6,66	32,64	30,07	66,55	659,11	0,26	0,36	15,99	134,24	142,39	365,95	54,99	4,25

Зав. производ. *Судинда* //

Калькулятор *Терещенко И.С.* //

"Утверждаю"

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Судинская //

Директор *М.* //

День 5

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 5,)															
В/Н	МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ В СТАКАНЧИКАХ	60	0,41	0,78	0,06	4,14	21,00	0,04	0,04	3,00		16,20	33,00	22,80	0,42
523 СБ 2022	БИФШТЕКС ПО-ДОМАШНЕМУ,	70	0,95	10,92	16,31	9,48	228,84	0,19	0,10	0,96	1,86	23,79	123,28	80,19	1,50
176 СБ 2021	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,86	3,57	4,73	18,57	131,87	0,13	0,13	36,60	15,12	69,42	99,22	40,76	1,25
495 СБ 2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,18	0,45	0,02	21,81	89,21		0,01	0,80		22,90	15,62	6,12	1,24
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подмену:			6,35	17,30	21,32	63,52	518,12	0,38	0,29	41,36	16,98	136,31	284,12	152,67	4,63

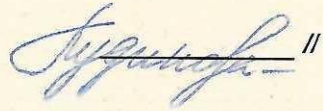
Зав. производ. *И.С.* //


Калькулятор *И.С.* Терещенко И.С./

"Утверждаю"

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

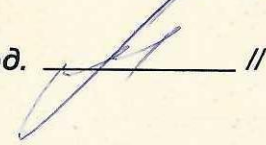
 //

Директор  //

День 6

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 6,)															
555 СБ 2013	ПЛЮШКА С САХАРОМ.(ПОКРОВСКИЙ)	100	6,20	7,50	9,00	62,00	359,00								
286 СБ 2021	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ.СО СГУЩ	150/30	4,60	33,72	11,51	46,03	422,61	0,11	0,40	1,00	61,95	338,61	404,62	46,18	1,10
462 СБ 2021	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,50	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,00	123,37	105,72	24,20	0,78
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			13,25	46,28	23,57	132,57	929,19	0,17	0,57	2,30	81,95	465,98	523,34	73,18	2,10

Зав. производ.  //

Калькулятор  Терещенко И.С./

"Утверждаю"

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Судинда //

Директор *М.* //

День 7

Дополнительное питание для старшеклассников

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 7,)															
149 СБ 2018г	ОВОЩИ(СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ).К	60	0,01	0,05	0,01	0,10	0,78								
575 СБ 2022	ФИЛЕ КУРИНОЕ В СУХАРЯХ,,	70	0,05	18,03	16,76	0,49	224,94					3,68	0,78	0,22	0,03
625 СБ 2022	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (СБ 2022)	150	3,28	3,98	5,21	32,78	194,11	0,18	0,05	0,42	21,20	4,84	174,09	60,99	1,13
457 СБ2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			5,30	23,64	22,18	52,94	507,20	0,20	0,06	0,52	21,20	22,62	196,12	68,41	2,23

Зав. производ. *Судинда* //

Калькулятор *Терещенко И.С.* //

"Утверждаю"

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Судинина //

Директор *М* //

День 8

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 8,)															
32 СБ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ЗАПЕЧЕНОЙ С СЫРОМ.	60	0,47	1,97	4,85	4,65	70,06	0,01	0,04	5,31	10,58	24,41	50,07	13,96	0,79
ТК	ФИЛЕ КУРИНОЕ С СЫРНОЙ ШАПКОЙ	60	0,07	13,05	21,95	0,73	252,81	0,01	0,05	3,06	44,65	25,93	61,77	8,14	0,34
643 СБ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022)	150	2,20	3,24	3,25	22,03	130,77	0,16	0,13	25,95	16,50	46,07	96,69	32,99	1,23
459 СБ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,06	0,01	10,26	42,62			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			4,72	19,90	30,26	47,19	543,46	0,20	0,23	37,30	71,73	113,39	231,36	63,15	3,47

Зав. производ. *Судинина* //

Калькулятор *Терещенко И.С.* //

"Утверждаю"

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Судилора //

Директор *М* //

День 9

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 9,)															
60 СБ 2022	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ(60)	60	0,42	1,05	3,06	4,15	48,40	0,02	0,03	24,64		28,35	20,27	10,98	0,38
369 СБ 2013	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	240	2,44	18,49	22,18	24,42	371,73	0,25	0,23	32,33	32,80	31,42	223,46	51,26	2,52
497 СБ 2021	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	1,07	0,10	0,04	10,72	45,50			3,00		3,10	2,20	3,00	0,15
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			4,88	21,22	25,48	48,81	512,83	0,29	0,27	59,97	32,80	66,87	258,93	68,04	3,27

Зав. производ. *Судилора* //

Калькулятор *Терещенко И.С.*

"Утверждаю"

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Судина //

Директор *М.* //

День 10

Дополнительное питание для старшекласников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 10,)															
47 СБ 2021	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.	60	0,52	0,83	3,71	5,21	57,94	0,03	0,03	6,40		14,55	27,34	12,15	0,52
542 СБ 2022	МИТБОЛЫ,	70	0,54	10,66	10,61	5,40	160,08	0,05	0,08	0,49		10,92	108,93	13,86	1,59
202 СБ 2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ 2021)	150	4,09	9,04	6,71	40,85	259,93	0,31	0,15	5,14	24,00	17,19	214,87	142,89	4,81
817 СБ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ(ЯБЛОКИ)	200	1,02	0,09	0,09	10,15	41,72	0,01		2,28		3,84	2,46	2,00	0,51
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			7,12	22,20	21,32	71,13	566,87	0,42	0,27	14,31	24,00	50,50	366,60	173,70	7,65

Зав. производ. *Судина* //

Калькулятор *Терещенко И.С.* /

"Утверждаю"

Гудинда //

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Директор *М.* //

День 11

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Комплекс № 1 (День 11,)																
60 СБ 2022	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ	60/1/4	0,42	2,64	4,49	4,24	68,03	0,03	0,08	24,62	31,25	35,14	44,25	12,47	0,69	
334 СБ 2021	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ. СОУСОМ	240/50	3,55	30,34	30,78	35,45	540,05	0,32	0,37	38,55	42,20	42,01	382,70	75,47	5,63	
501 СБ 2021	СОК ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНЫЙ	200	2,30			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22	
580 СБ 2021	ВАФЛИ,1ШТ	25	1,56	0,98	7,65	15,63	135,25	0,01	0,01		1,50	2,00	10,50	1,50	0,15	
Итого по подменю:			8,78	35,54	43,12	87,84	882,53	0,40	0,51	67,17	74,95	97,15	464,45	100,24	9,49	

Зав. производ. *Гудинда* //

Калькулятор *Терещенко И.С.* //

"Утверждаю"

Судимов //

"Согласовано"

МАОУ СОШ №

Директор *М.* //

День 12

Дополнительное питание для старшеклассников

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Комплекс № 1 (День 12,)															
223 СБ 2021	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (МОЛОЧНАЯ).	250	5,37	10,72	9,63	53,69	345,14	0,31	0,21	1,56	49,20	164,78	255,97	68,81	1,86
464 СБ 2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 1 ВАРИАНТ	200	1,24	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
82 СБ 2021	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (150)	150	1,47	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
523/2018 Г	БЛИНЧИКИ СО СГ.МОЛОКОМ	50/10	2,55	5,21	5,24	25,52	170,45	0,07	0,11	0,82	28,97	106,15	100,80	15,29	0,47
23 СБ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	0,95	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			11,58	19,56	16,93	115,81	696,46	0,47	0,44	18,03	88,17	359,23	431,27	107,40	5,93

Зав. производ. *Судимов* //

Калькулятор *Терещенко И.С.* //