день	- понедельник					Во	зрастн	ая кате	гория '	12 - 18	пет			
Недел	ля первая						Сезо	н: осе	нне-зиг	инее				
юдол			Пищев	ые веш	ества									()
		Macca	·	(r)		Энергет ическая		витами	1ны (мг))	IVIVI	неральные	вещества	(МГ)
	Прием пищи, наименование блюда	порции (г)	Б	ж	У	ценность (ккал)	А (мкг)	B1	С	E	Ca	Fe	Р	Mg
175	Сборник рецептур на прдукцию для обуч принт, 2005	ающихся	во всех о	оброзов	затель	ных учреж	дениях	/Под.	Ред. М.	П. Мог	ильного и	B.A. Tyme.	льяна М.	:ДеЛи
	плов из птицы	200	49,77	9,72	45,07	426,87	49,4	0,19	5,71	0,72	90,19	3,39	417,55	198,12
	грудка куринная	196,29	46,32	3,73	0,79	221,81	137,4	0,14	3,53	0,39	15,7	2,75	335,66	168,81
	масло сливочное	7,6	0,06	5,51	0,1	50,24	34,2	0	0	0,08	1,82	0,02	2,28	0,03
	морковь	16,29	0,21	0,02	1,12	5,7	325,8	0,01	0,81	0,06	4,4	0,11	9	6,2
	лук репчатый	8,7	0,12	0,02	0,71	3,57	0	0	0,87	0,02	2,7	0,07	5,04	1,22
	крупа рисовая	43,71	3,06	0,44	32,35	145,55	0	0,04	0	0,17	65,57	0,44	65,57	21,86
959	Сборник рецептур на прдукцию для обуч принт. 2005	ающихся	во всех (оброзое	ватель	ных учреж	дениях	/Под.	Ред. М.	П. Мог	ильного и	B.A. Tyme.	льяна М.	:ДеЛи
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	27,58	118,6	0	0	1,59	0	152,22	0,48	0	21,34
	какао порошок	6	1,46	0,9	0,61	17,34	0,18	0,01	0	0,02	7,68	1,32	39,3	25,5
	сахар	20	0	0	19,96	79,8	0	0	0	0	0,6	0,06	0	0
	вода	200	5,8	5	9,6	108	44	0,08	2,6	0	240	0,2	180	28
	молоко	200	5,8	5	9,6	108	44	0.08	2,6	0	240	0,2	180	28
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13.2
	Энергетическая пищевая									,	,	,		-,
	ценность обеда		53,85	13,26	72,65	545,47	49,4	0,19	7,3	0,72	242,41	3,87	417,55	219,46
	с11 часов до12													
	полдник													
174	Сборник рецептур блюд и кулинырных из	делий дл	ія питани	ія детеі	й в дош	ІКОЛЬНЫХ О	рганиза	ациях /Г	Под. Ре	д. М.П.	Могильно	го и В.А. Т	утельяна.	- М.:ДеЛі
	каша рисовая	200	5,98	3,64	43,25	200,46	22	0,08	1,3	0,18	123,7	0,56	156	36
	рис круглый	44	3,08	0,44	32,56	146,52	0	0,04	0	0,18	3,52	0,44	66	22
	молоко	100	2,9	3,2	4,7	60	22	0,04	1,3	0	120	0,1	90	14
	сахар	6	0	0	5,99	23,94	0	0	0	0	0,18	0,02	0	0
	хлеб													
	чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,4	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,34	4,
	чай с сахаром	5	0,18	0,03	1,03	5,17	0	0,01	1,2	0,03	3,91	0,1	7,31	1,7
	сахар	5	0,18	0,03	1,03	5,17	0	0,01	1,2	0,03	3,91	0,1	7,31	1,7
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая ценность обеда		9,34	4,09	77,95	355,83	22,5	0,14	1,4	0,7	138,35	2,23	199,14	53,6
	полдник с 11 до 15 часов													
	Сборник рецептур на прдукцию для обучи принт, 2005	ающихся	во всех (оброзов	ватель	ных учреж	дениях	/Под.	Ред. М.	П. Мог	ильного и	B.A. Tyme.	льяна М.	:ДеЛи
96	рассольник питерский	250	23,59	23,19	17,3	371,22	322,3	0,2	19,29	2,74	34,05	2,46	251	48,49
	крупа перловая	75	1,5	0,3	12,23	57,75	2,25	0,09	15	0,08	7,5	0,67	41,5	17,25
	картофель	75	1,5	0,3	12,23	57,75	2,25	0,09	15	0,08	7,5	0,67	41,5	17,25
	морковь	5	0,07	0,01	0,41	2,05	0	0	0,5	0,01	1,55	0,04	2,9	0,7
	лук репчатый	5	0,07	0,01	0,41	2,05	0	0	0,5	0,01	1,55	0,04	2,9	0,7
	томатная паста	15	0,12	0,01	0,25	1,95	0,75	0,003	0,75	0,01	3,45	0,09	3,6	2,1
	масло растительное	5	0,12	5	0	44,95	0,73	0	0,73	2,2	0	0	0,1	0
	тушка цб	187,5	21,31	17,81	0,38	245,27	119,3	0,1	2,54	0,45	16,95	1,47	179,88	22,64
	чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,4	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,34	
	чай с сахаром	5	0,18	0,03	1,03	5,17	0	0,01	4.0	0.00	0.04	0.4	7.04	4,
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	5					0		1,2	0,03	3,91	0,1	7,31	1,7
	сахар хлеб	40	3,16	0,03	19,3	94	0	0,01	1,2 0	0,03 0,52	3,91 9,2	0,1	7,31 34,8	1,7 13,2
	VIICO.	40	3,10	0,4	19,3	34		0,00	U	0,32	5,∠	0,0	J 4 ,0	10,2

						Bo:	зрастна	ая кате	гория 1	12 - 18 J	тет			
	вторник						Сезс	н: осеі	не-зи	инее				
	первая неделя	Macca	Пищев	ые вещ	ества	Энергет		Витами	ны (мг)		Мин	еральные	вещества	(мг)
	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ическая ценность	А (мкг)	B1	С	E	Ca	Fe	Р	Mg
	ред. Доц. Коровка	Л.С., дои	ц. Доброс	ердова	И.И. и	др., Ураль	ский ре	егионал	ТЬНЫЙ Ц	центр п	итания, 2	1004 г.		
44	каша дружба	250	7,52	4,52	36,19	216,54	33,57	0,15	1,95	0,62	186,43	0,82	200,27	43,7
	молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	33	0,06	1,95	0	180	0,15	135	21
	рис	14	0,98	0,14	10,36	46,62	0	0,011	0	0,56	1,12	0,14	21	15,7
	пшено	19	2,19	0,627	12,64	64,98	0,57	0,079	0	0,057	5,13	0,513	44,27	15,7
	сахар	6	0	0	5,99	23,94	0	0	0	0	0,18	0,02	0	0
	бутрброд с маслом													
	масло	10	0,08	7,25	0,13	66,1	45	0,001	0	0,1	2,4	0,02	3	0,0
	хлеб	40	3,16	0,4	19,2	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13
77	Сборник рецептур блюд и кулинырных из	делий дл	ля предпр	риятий	общес	твенного	питан	ия / А.И	1. Здобн	юв, В.А	. Цыганен	ко, М.И Пе	әресичный	
	чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
	чай черный	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,
	сахар	20	0	0	14,97	59,85	0	0	0	0	0,5	0,05	0	0
	вода													
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13
	Энергетическая пищевая ценность обеда		10,88	5,42	70,5	371,9	34,1	0,21	2,05	1,14	201,08	2,49	243,31	61
	полдник													
	с 11 до 12													
3	Сборник рецептур блюд и кулинырных из	делий дл	ля питан	ия шко	пьнико	з /Под. Рес	∂. М.П.	Могиль	ного.,	2007	<u> </u>			
	бутрброд масло с сыром	50	6,31	7,9	15,32	152,79	82,5	0,054	0,42	0,49	158,85	0,745	109,2	17,
1	хлеб	30	2,37	0,3	14,73	71,4	0	0,05	0	0,39	6,9	0,6	26,7	10,
١	масло сливочное	5	0,04	3,625	0,065	33,05	22,5	0	0	0,05	1,2	0,01	1,5	0,0
	сыр	20	15	3,9	0,525	53,34	60	0,004	0,42	0,05	150,75	0,135	81	7,
77	Сборник рецептур блюд и кулинырных из	делий дл	ля предпр	оиятий	общес	твенного	питан	ия / А.И	1. Здобн	юв, В.А	. Цыганен	ко, М.И Пе	ересичный	
	чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,
	чай	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,
	сахар	8	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,8
	хлеб	20					,					0,04	1,04	
		20	0	0	14,97	59,85	0	0	0	0	0,5	0,04	0	(
	Энергетическая пищевая ценность обеда	20	6, 51	0 8,4	14,97 30,36	59,85 214,16		0 0,054	0 0,52	0 0,49	0,5 164,3		-	21,9
	ценность обеда полдник с11 до 15 час		6,51	8,4	30,36	214,16	0 83	0,054	0,52	0,49	164,3	0,05 1,615	0 117,44	21,
37	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с	обучающ	6,51 цихся во	8,4 ecex o	30,36 бразов	214,16 зательнь	0 83 Ix учре	0,054 ждени	0,52 Fix./ Πο	0,49 д. Ред.	164,3 М.П. Моги	0,05 1,615 ильного и	0 117,44 B.A. Tyme	21, ельян
87	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами	бучаюш 250	6,51 цихся во 7,85	8,4 8cex o	30,36 <i>бразов</i> 16,88	214,16 вательнь 231,61	0 83 IX Y4pe 344,2	0,054 ждения 0,09	0,52 πx./ Ποσ 15,56	0,49 д. <i>Ред.</i> 3,87	164,3 <i>М.П. Моги</i> 29,41	0,05 1,615 ильного и	0 117,44 B.A. Tyme 152,12	21, ельян 41,
37	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с	обучающ	6,51 цихся во	8,4 ecex o	30,36 бразов	214,16 зательнь	0 83 Ix учре	0,054 ждени	0,52 Fix./ Πο	0,49 д. Ред.	164,3 М.П. Моги	0,05 1,615 ильного и	0 117,44 B.A. Tyme	21, ельян 41,
87	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами	бучаюш 250	6,51 цихся во 7,85	8,4 8cex o	30,36 <i>бразов</i> 16,88	214,16 вательнь 231,61	0 83 IX Y4pe 344,2	0,054 ждения 0,09	0,52 πx./ Ποσ 15,56	0,49 д. <i>Ред.</i> 3,87	164,3 <i>М.П. Моги</i> 29,41	0,05 1,615 ильного и	0 117,44 B.A. Tyme 152,12	21, ельян 41,
87	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель	250	6,51 дихся во 7,85 5,76	8,4 8cex o 14,66 11,56	30,36 66pa30e 16,88	214,16 231,61 127,2	0 83 344,2 0	0,054 ждениз 0,09 0,01	0,52 15,56	0,49 3,87 3,68	164,3 М.П. Моги 29,41 14,4	0,05 1,615 льного и 1,49 0,64	0 117,44 B.A. Tyme 152,12 89,6	21 ,; ельян 41 ,; 16
37	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь	250 40	6,51 дихся во 7,85 5,76 1,4	8,4 14,66 11,56 0,28	30,36 6 <i>pa30e</i> 16,88 0	214,16 231,61 127,2 53,9	0 83 344,2 0 2,1	0,054 ждения 0,09 0,01 0,08	0,52 15,56 0 14	0,49 3,87 3,68 0,07	164,3 Μ.Π. Μοευ 29,41 14,4 7	0,05 1,615 ильного и 1,49 0,64 0,63	0 117,44 152,12 89,6 40,6	21 ,9 21 ,9 41 ,6 16 6,1
87	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь	250 40 70 16,25	6,51 RUXCS BO 7,85 5,76 1,4 0,21	8,4 14,66 11,56 0,28 0,01	30,36 66pa30e 16,88 0 11,41 1,12	214,16 231,61 127,2 53,9 5,68	0 83 344,2 0 2,1 325	0,054 ждения 0,09 0,01 0,08 0	0,52 15,56 0 14 0,81	0,49 3,87 3,68 0,07 0,06	М.П. Моги 29,41 14,4 7 4,38	0,05 1,615 1,615 1,49 0,64 0,63 0,11	0 117,44 152,12 89,6 40,6 8,93	21 , ельян 41 , 16 16 6,1
87	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь лук крупа рисовая	250 40 70 16,25 7,5	6,51 AUXCS 60 7,85 5,76 1,4 0,21 0,1	8,4 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01	30,36 6pa30e 16,88 0 11,41 1,12 0,61	214,16 231,61 127,2 53,9 5,68 3,07	0 83 344,2 0 2,1 325 0	ждени: 0,09 0,01 0,08 0	0,52 15,56 0 14 0,81 0,75	0,49 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01	М.П. Моги 29,41 14,4 7 4,38 2,32	0,05 1,615 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06	0 117,44 152,12 89,6 40,6 8,93 4,35	21 , 6 41 , 7 16 6, 1 1, 0 2, 6
	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь лук крупа рисовая масло сливочное	250 40 70 16,25 7,5 5 3,8	6,51 7,85 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03	8,4 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75	30,36 6 <i>pa30e</i> 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04	214,16 231,61 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11	0 83 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1	0,054 0,09 0,01 0,08 0 0 0	0,52 15,56 0 14 0,81 0,75 0	0,49 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03	164,3 М.П. Моги 29,41 14,4 7 4,38 2,32 0,4 0,091	0,05 1,615 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0	0 117,44 152,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14	21 , 9 21 , 9 41 , 10 16 6, 1 1, 0 2, 9
	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь лук крупа рисовая масло сливочное консервы	250 40 70 16,25 7,5 5 3,8	6,51 7,85 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03	8,4 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75	30,36 6 <i>pa30e</i> 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04	214,16 231,61 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11	0 83 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1	0,054 0,09 0,01 0,08 0 0 0	0,52 15,56 0 14 0,81 0,75 0	0,49 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03	164,3 М.П. Моги 29,41 14,4 7 4,38 2,32 0,4 0,091	0,05 1,615 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0	0 117,44 152,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14	21, 41, 10 16 6,1, 1,, 2, 0,0
	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь лук крупа рисовая масло сливочное консервы Сборник рецептур блюд и кулинырных	250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 изделиі	6,51 7,85 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 й для пр	8,4 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 редпри	30,36 6 6 7 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 9 9 17 17 17 17 17 17 17 17	214,16 231,61 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 бщественн	0 83 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1	0,054 0,09 0,01 0,08 0 0 0 о	0,52 15,56 0 14 0,81 0,75 0 0 / А.И. 3	0,49 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 6добно	М.П. Моги 29,41 14,4 7 4,38 2,32 0,4 0,091 в, В.А. Цы	0,05 1,615 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0	0 117,44 152,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 М.И Перес	21, ¹ 41, ¹ 16 6,1 1,(2, ¹ 0,0 сичнь 4,
87	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь лук крупа рисовая масло сливочное консервы Сборник рецептур блюд и кулинырных чай с сахаром	250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 изделий	6,51 7,85 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 й для пр	8,4 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 редпри 0,5	30,36 бразов 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 ятий об 15,04	214,16 231,61 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 бществени 61,37	0 83 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1 HOTO III	0,054 ждения 0,09 0,01 0,08 0 0 0 о о о о о о о о о о	0,52 15,56 0 14 0,81 0,75 0 0 7 A.Μ. 3	0,49 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 сдобно	7 4,38 2,32 0,4 0,091 в, В.А. Цы	0,05 1,615 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0	0 117,44 152,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 М.И Перес	21, 41, 16 6,1 1,0 2,; 0,0 6,2 4,
	ценность обеда полдник с11 до 15 час Сборник рецептур на продукцию для с суп с консервами картофель морковь лук крупа рисовая масло сливочное консервы Сборник рецептур блюд и кулинырных чай с сахаром	250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 изделиі 200 3	6,51 (ихся во 7,85 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 й для пр 0,2 0,2	8,4 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 редпри 0,5 0,05	30,36 6разов 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 ятий об 15,04 0,07	214,16 231,61 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 бщественн 61,37 1,52	0 83 344,2 0 2,1 325 0 17,1 ного пь 0,5	0,054 ждения 0,09 0,01 0,08 0 0 0 отания 0 0	0,52 15,56 0 14 0,81 0,75 0 0 / Α.Μ. 3 0,1	0,49 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 сдобно 0	М.П. Моги 29,41 14,4 7 4,38 2,32 0,4 0,091 в. В.А. Цы 5,45 4,95	0,05 1,615 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0 1ганенко, Г 0,87 0,82	0 117,44 152,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 М.И Перес 8,24 8,24	21 , 9 21 , 9 41 , 16 16 6, 1 1, 0 2, 9

	первая неделя					Bo	зрастн	ая кате	гория 1	12 - 18 :	пет			
ı	среда						•	он: осе						
		Macca	Пищев	ые веш	ества	Энергет	1	Витами			Мин	еральные	вещества	(мг)
	Прием пищи, наименование блюда	порции (г)	Б	ж	У	ическая ценность	А (мкг)	B1	С	Е	Ca	Fe	Р	Mg
98	Сборник рецептур блюд и кулинырных	изделий	для пип			дошкольн принт, 20	,	анизаці	иях /По	д. Ред.	М.П. Моги	льного и Е	В.А. Тутел	ьяна
	Суп крестьянский		10	8,63	27,9	167,3	0	0,9	9,67	0,13	64,13	2,37	75,6	19,2
	бульон	200	22,73	19	0,4	261,62	127,2	0,11	2,71	0,37	18,07	1,57	191,87	24,15
	картофель	25	0,5	0,1	4,08	19,25	0,75	0,03	5	0.03	2,5	0,23	14,5	5,75
	пшено	5	0,57	0,17	3,33	17,1	0,15	0,02	0	0.02	1,35	0,14	11,65	4,15
	морковь	10	0,13	0,01	0,69	3,5	200	0,006	0,5	0,04	2,7	0,07	5,5	3,8
	лук	5	0	5	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0
	масло растительное	200	22,73	19	0,4	261,62	127,2	0,11	2,71	0,37	18,07	1,57	191,87	24,15
	соль													
	сметана 15%	10	0,73	2,56	2,97	38,09	20	0,01	0,04	0,12	11,65	0,11	11,81	2,65
	капуста	50	0,09	0,05	2,35	14	1,5	0,015	22,5	0,05	24	0,3	15,5	8
	томатная паста	2,5	0,12	0	0,48	2,55	7,5	0,003	1,125	0,025	0,5	0,057	11,7	1,25
	чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	0,84	4,4
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
411	Сборник методических рекомендаций по 2008	организа	ации пип	пания д	етей и	подростк	ов в уч	ережде	ниях об	разова	ния Санкп	п-Петербу	рга СПб	б.: Речь,
	2008	200	0,1	0	30,79	121,02	0	0	0	0	0,3	0,03	0	
	Кисель (концентрат)	24	0,1	0	20,81	81,12	0	0	0	0	0	0	0	0
	Сахар	0,3	0	0,3	1,19	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0.06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая	40		<u> </u>				<u> </u>						,
	Энергеническая пищевая		33,33	29	39,82	569,19	294,5	0,11	3,61	10,04	18,5	65,73	194,24	99,75
	полдник													
	11до12часов													
101	Сборник рецептур блюд и кулинырных изс	делий дл	пя питан	ия дет	ей в до	школьных	с органі	изациях	: /Под. I	Ре∂. М.	П. Могилы	ного и В.А	. Тутелья	на
475	М.:ДеЛи принт, 2005 Сборник рецептур блюд и кулинырных изд	опий пе	G FUTOUR	G 5070	i n nou	VOEL III IV O	DECLUACION OF THE PROPERTY OF	DILLIAGIV /F	lon Do	ь МП	Moriagi ilo	-0 14 D A T	ATORI GUO	М :ПоПи
175	1 1 31 11 3	1					i 	r i —					утельяна. 200,27	
	каша дружба	200	7,2	4,52	36,19	216,54	33,57	0,15	1,95	0,62	186,43	0,82		43,77
		10	2 40	0.607	10.64	64.00	0.57	0.070	0	0.057	F 10	0.540	-	
	пшено	19	2,19	0,627	12,64	64,98	0,57	0,079	0	0,057	5,13	0,513	44,27	15,77
	рис	14	0,98	0,14	10,36	46,62	0	0,011	0	0,56	1,12	0,14	44,27	15,77
	рис молоко	14 150	0,98 4,35	0,14 3,75	10,36	46,62 81	0	0,011	0	0,56	1,12	0,14 0,15	44,27 21 135	15,77 7 21
	рис	14 150 5	0,98 4,35 0,08	0,14 3,75 7,28	10,36 7,2 0,13	46,62 81 66,1	0 33 45	0,011 0,06 0,001	0 1,95 0	0,56 0 0,1	1,12 180 2,4	0,14 0,15 0,02	44,27 21 135 3	15,77 7 21 0,04
943	рис молоко масло	14 150 5	0,98 4,35 0,08	0,14 3,75 7,28	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный	46,62 81 66,1	0 33 45 нного п	0,011 0,06 0,001 итания	0 1,95 0	0,56 0 0,1	1,12 180 2,4	0,14 0,15 0,02	44,27 21 135 3	15,77 7 21 0,04
943	рис молоко масло	14 150 5	0,98 4,35 0,08	0,14 3,75 7,28	10,36 7,2 0,13 ятий о	46,62 81 66,1 бществен	0 33 45 нного п	0,011 0,06 0,001 итания	0 1,95 0	0,56 0 0,1	1,12 180 2,4	0,14 0,15 0,02	44,27 21 135 3	15,77 7 21 0,04
943	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны	14 150 5 ых издел 200 3	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07	46,62 81 66,1 бществен К.:А.С.Н	0 33 45 нного п С., 2005	0,011 0,06 0,001 итания	0 1,95 0 1/Asm	0,56 0 0,1 cocm.: a	1,12 180 2,4 А.И. Здобн	0,14 0,15 0,02 ов, В.А. Ц	44,27 21 135 3 ыганенко,	15,77 7 21 0,04 M.M 4,4 4,4
943	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром	14 150 5 ых издел 200 3	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21	46,62 81 66,1 6ществен K.:A.C.F 61,37 1,52 2,38	0 33 45 HH020 Π (., 2005 0,5 0,5	0,011 0,06 0,001 итания 0 0	0 1,95 0 1/Asm 0,1 0,1 2,8	0,56 0 0,1 cocm.: A	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U 0,87 0,82 0,04	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54	15,77 7 21 0,04 <i>M.U</i> 4,4 4,4 0,84
943	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб	14 150 5 ых издел 200 3	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07	46,62 81 66,1 6ществен К.:А.С.Н 61,37 1,52	0 33 45 HHO2O II (., 2005 0,5	0,011 0,06 0,001 итания 0	0 1,95 0 1/Asm	0,56 0 0,1 cocm.: a	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95	0,14 0,15 0,02 гов, В.А. Ц 0,87 0,82	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24	15,77 7 21 0,04 M.M 4,4 4,4
943	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая	14 150 5 ых издел 200 3	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21	46,62 81 66,1 6ществен K.:A.C.F 61,37 1,52 2,38	0 33 45 HH020 Π (., 2005 0,5 0,5	0,011 0,06 0,001 итания 0 0	0 1,95 0 1/Asm 0,1 0,1 2,8	0,56 0 0,1 cocm.: A	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U 0,87 0,82 0,04	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54	15,77 7 21 0,04 <i>M.U</i> 4,4 4,4 0,84
943	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда	14 150 5 ых издел 200 3	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3	46,62 81 66,1 6ществен K.:A.C.F 61,37 1,52 2,38 94	0 33 45 345 345 45 460,2005 0,5 0,5 0,14	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0	0 1,95 0 1/Asm 0,1 0,1 2,8	0,56 0 0,1 cocm.: A 0 0 0,01 0,52	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2	0,14 0,15 0,02 008, B.A. U. 0,87 0,82 0,04 0,8	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2
943	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая	14 150 5 ых издел 200 3	0,98 4,35 0,08 uŭ ∂nn n 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3	46,62 81 66,1 6ществен K.:A.C.F 61,37 1,52 2,38 94	0 33 45 345 345 45 460,2005 0,5 0,5 0,14	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,06	0 1,95 0 1/Asm 0,1 0,1 2,8	0,56 0 0,1 cocm.: A 0 0 0,01 0,52	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2	0,14 0,15 0,02 008, B.A. U. 0,87 0,82 0,04 0,8	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час	14 150 5 ых издел 200 3 8 40	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4	0,14 3,75 7,28 редпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23	46,62 81 66,1 δωμεσπαει - Κ.Ά.C.F 61,37 1,52 2,38 94 277,91	0 33 45 44000 n (., 2005 0,5 0,5 0,14 0 34,07	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15	0 1,95 0 7/Aem 0,1 0,1 2,8 0 2,05	0,56 0 0,1 cocm.: 2 0 0 0,01 0,52 0,62	1,12 180 2,4 A. <i>M</i> . 3∂06H 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88	0,14 0,15 0,02 06, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11	15,77 7 21 0,04 M.M 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс	14 150 5 ых издел 200 3 8 40	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4	0,14 3,75 7,28 редпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23	46,62 81 66,1 δωμεσπαει - Κ.Ά.C.F 61,37 1,52 2,38 94 277,91	0 33 45 44000 n (., 2005 0,5 0,5 0,14 0 34,07	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15	0 1,95 0 7/Aem 0,1 0,1 2,8 0 2,05	0,56 0 0,1 cocm.: 2 0 0 0,01 0,52 0,62	1,12 180 2,4 A. <i>M</i> . 3∂06H 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88	0,14 0,15 0,02 06, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11	15,77 7 21 0,04 M.И 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс М.:ДеЛи принт, 2005	14 150 5 ых издел 200 3 8 40	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23	46,62 81 66,1 бществее- - К.:А.С.Р 61,37 1,52 2,38 94 277,91	0 33 45 HHO20 III (., 2005 0,5 0,14 0 34,07	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15	0 1,95 0 1/Asm 0,1 0,1 2,8 0 2,05	0,56 0 0,1 cocm.: , 0 0 0,01 0,52 0,62	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский	14 150 5 ых издел 200 3 8 40	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,01 0,4 4,57	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 1,03 ей в до	46,62 81 66,1 бществей - К.:А.С.Я 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных	0 33 45 HHO2O III (., 2005 0,5 0,14 0 34,07	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15	0 1,95 0 1/Asm 0,1 2,8 0 2,05	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 Ped. M.I	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U. 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 Тутелья	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский	14 150 5 50x usden 3 8 40 5 50enuŭ du	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 пя питан	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 пия дет	10,36 7,2 0,13 ятий о ссичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 1,03 ей в до	46,62 81 66,1 бществей - К.:А.С.В 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 167,3 261,62	0 33 45 HHO2O III C., 2005 0,5 0,14 0 34,07	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0,06 0,15 0,01	0 1,95 0 0,7/Asm 0,1 2,8 0 2,05 1,2 2//Tool. I	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 Ped. M.I	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 7. Могилы 64,13 18,07	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 HOZO U B.A	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 Тутелья 75,6 191,87	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель	14 150 5 ых издел 200 3 8 40 5 делий дл	0,98 4,35 0,08 uŭ ∂nn n 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 10 22,73 0,5	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 пия дет 8,63 19 0,1	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 27,9 0,4 4,08	46,62 81 66,1 бществен - К.:А.С.Н 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 167,3 261,62 19,25	0 33 45 HHO2O II (., 2005 0,5 0,14 0 34,07	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0,06 0,15 0,01 0,01 0,01 0,03	0 1,95 0 1/Asm 0,1 2,8 0 2,05 1,2 1/Tool. I	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 Ped. M.I	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 7. Могилы 64,13 18,07 2,5	0,14 0,15 0,02 06, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A. 2,37 1,57 0,23	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 . Тутелья 75,6 191,87 14,5	15,77 7 21 0,04 M.И 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha 19,2 24,15 5,75
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м::ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель	14 150 5 200 3 8 40 5 Эелий дл	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 пя питан 10 22,73 0,5 0,57	0,14 3,75 7,28 перед о,05 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 пия дет	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 27,9 0,4 4,08 3,33	46,62 81 66,1 бществен - К.:А.С.Н 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 167,3 261,62 19,25 17,1	0 33 45 46 46 46 60, 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15	0,011 0,06 0,001 umanus 0 0 0 0,06 0,15 0,01 Jaauus 0,9 0,11 0,03 0,02	0 1,95 0 1/Asm 0,1 2,8 0 2,05 1,2 1/Tlod. I	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,03	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 H000 U B.A 2,37 1,57 0,23 0,14	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 Тутелья 75,6 191,87 14,5	15,77 7 21 0,04 M.M 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено	14 150 5 50x usden 3 8 40 5 50enuŭ do 25 5	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 10 22,73 0,5 0,57 0,13	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 пя дет 8,63 19 0,1 0,17 0,01	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 1,03 ей в до 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69	46,62 81 66,1 бществей - К.:А.С.К 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 167,3 261,62 19,25 17,1 3,5	0 33 45 46 47 47 47 47 47 47 47 47 47 47 47 47 47	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15 0,01 изациях 0,9 0,11 0,03 0,02 0,006	0 1,95 0 0,7/Asm 0,1 2,8 0 2,05 	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,03 0,03 0,03	1,12 180 2,4 A.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 . Тутелья 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс М.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено морковь	14 150 5 ых издел 3 8 40 5 делий дл 200 25 5	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 10 22,73 0,5 0,57 0,13 0	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 предпри Пере 0,05 0,01 0,4 5 0,01 0,01 0,01 0,01 0,01 0,1 0,17 0,01	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 1,03 eй в до 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69 0	46,62 81 66,1 бществей - К.А.С.Р. 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 шКОЛЬНЫХ 261,62 19,25 17,1 3,5 44,95	0 33 45 нного п с., 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15 200	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15 0,01 изациях 0,9 0,11 0,03 0,02 0,006 0	0 1,95 0 0,1 0,1 0,1 2,8 0 2,05 1,2 4//Tod. I	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,03 0,02 0,04 2,2	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 3,91 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7 0	0,14 0,15 0,02 006, B.A. Li 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07 0	44,27 21 135 3 ываненко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5 0,1	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,70 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8 0
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Знергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено морковь лук масло растительное	14 150 5 ых издел 3 8 40 5 делий дл 200 25 5	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 10 22,73 0,5 0,57 0,13 0	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 предпри Пере 0,05 0,01 0,4 5 0,01 0,01 0,01 0,01 0,01 0,1 0,17 0,01	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 1,03 eй в до 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69 0	46,62 81 66,1 бществей - К.А.С.Р. 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 шКОЛЬНЫХ 261,62 19,25 17,1 3,5 44,95	0 33 45 нного п с., 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15 200	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15 0,01 изациях 0,9 0,11 0,03 0,02 0,006 0	0 1,95 0 0,1 0,1 0,1 2,8 0 2,05 1,2 4//Tod. I	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,03 0,02 0,04 2,2	1,12 180 2,4 А.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 3,91 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7 0	0,14 0,15 0,02 006, B.A. Li 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07 0	44,27 21 135 3 ываненко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5 0,1	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,70 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8 0
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено морковь лук масло растительное соль	14 150 5 200 3 8 40 5 Эелий ду 200 25 5 10 5 200	0,98 4,35 0,08 uŭ ∂nn n 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 10 22,73 0,5 0,57 0,13 0 22,73	0,14 3,75 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69 0	46,62 81 66,1 бществен - К.:А.С.Н 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 167,3 261,62 19,25 17,1 3,5 44,95 261,62	0 33 45 HHO2O II (C., 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15 200 0	0,011 0,06 0,001 0 0 0 0 0 0,06 0,15 0,01 0,03 0,03 0,02 0,006 0 0,11	0 1,95 0 0,1 0,1 2,8 0 2,05 1,2 2//Tod. // 5 0 0,5 0	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,02 0,04 2,2 0,37	1,12 180 2,4 A.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 3,91 П. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7 0 18,07	0,14 0,15 0,02 06, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07 0 1,57	44,27 21 135 3 ыканенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 . Тутелья 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5 0,1 191,87	15,77 7 21 0,04 M.И 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,7 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8 0 24,15
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м::ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено морковь лук масло растительное соль сметана 15%	14 150 5 200 3 8 40 5 200 25 5 10 5 200	0,98 4,35 0,08 ий для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 пя питан 10 22,73 0,5 0,57 0,13 0 22,73	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 пия дет 0,17 0,01 5 19 2,56	10,36 7,2 0,13 ятий о осичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69 0 0,4 2,97	46,62 81 66,1 бществен - К.:А.С.Н 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 261,62 19,25 17,1 3,5 44,95 261,62 38,09	0 33 45 HHORO III (., 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15 200 0	0,011 0,06 0,001 0 0 0 0 0 0,06 0,15 0,9 0,11 0,03 0,02 0,006 0 0,11	0 1,95 0 0,1/Asm 0,1 2,8 0 2,05 - 2,05 - 2,71 5 0 0,5 0 2,71	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,02 0,04 2,2 0,37	1,12 180 2,4 A.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7 0 18,07	0,14 0,15 0,02 066, B.A. LU 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 HOZO U B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07 0 1,57	44,27 21 135 3 ыганенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 . Тутелья 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5 0,1 191,87	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,70 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8 0 24,15
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Знергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено морковь лук масло растительное соль сметана 15% капуста томатная паста	14 150 5 50x usden 3 8 40 5 50enuŭ du 25 5 10 5 200 25 5 200 5	0,98 4,35 0,08 uŭ ∂nn n 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 10 22,73 0,5 0,57 0,13 0 22,73 0,73 0,09 0,12	0,14 3,75 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28 7,28	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69 0 0,4 2,97 2,35 0,48	46,62 81 66,1 бществен - К.:А.С.Н 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 167,3 261,62 19,25 17,1 3,5 44,95 261,62 38,09 14 2,55	0 33 45 45 46 46 60, 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15 200 0 127,2 20 1,5 7,5	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15 0,01 0,03 0,02 0,006 0 0,11 0,01 0,01 0,015	0 1,95 0 0,1 0,1 2,8 0 2,05 1,2 4//lod. I 9,67 2,71 5 0 0,5 0 2,71	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,02 0,04 2,2 0,37 0,12 0,05	1,12 180 2,4 A.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7 0 18,07 11,65 24 0,5	0,14 0,15 0,02 06, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07 0 1,57	44,27 21 135 3 ыканенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5 0,1 191,87 11,81 15,5	15,77 7 21 0,04 M.M 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8 0 24,15 2,65 8 1,25
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено морковь лук масло растительное соль сметана 15% капуста	14 150 5 50х издел 3 8 40 50 200 25 5 10 5 200 25 5 200 25 5 200	0,98 4,35 0,08 uŭ для п 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 10 22,73 0,5 0,57 0,13 0 22,73 0,09 0,12 0,2	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 19 0,1 0,17 0,01 5 19 2,56 0,05 0 0,05	10,36 7,2 0,13 ятий о сичный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 1,03 eй в до 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69 0 0,4 2,97 2,35 0,48 15,04	46,62 81 66,1 бществей - К.:А.С.! 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 школьных 261,62 19,25 17,1 3,5 44,95 261,62 38,09 14	0 33 45 HHO20 III C., 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15 200 0 127,2	0,011 0,06 0,001 0 0 0 0 0 0,06 0,15 0,01 0,03 0,02 0,006 0 0,11 0,01 0,015 0,003	0 1,95 0 0,1/Asm 0,1 2,8 0 2,05 2,05 2,71 5 0 0,5 0 2,71 5	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,02 0,04 2,2 0,37 0,05 0,025 0	1,12 180 2,4 A.M. 3∂o6H 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 3,91 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7 0 18,07 11,65 24 0,5 5,45	0,14 0,15 0,02 006, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07 0 1,57 0,11 0,3 0,057 0,87	44,27 21 135 3 ыканенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5 0,1 191,87 11,81 15,5 11,7 0,84	15,77 7 21 0,04 M.U 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8 0 24,15 2,65 8 1,25 4,4
	рис молоко масло Сборник рецептур блюд и кулинырны чай с сахаром чай с сахаром сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда полдник с 11 до 15час сахар Сборник рецептур блюд и кулинырных изс м.:ДеЛи принт, 2005 Суп крестьянский бульон картофель пшено морковь лук масло растительное соль сметана 15% капуста томатная паста чай с сахаром	14 150 5 50x usden 3 8 40 5 50enuŭ du 25 5 10 5 200 25 5 200 10 5 200 25 5 200	0,98 4,35 0,08 uŭ ∂nn n 0,2 0,2 0,06 3,16 7,4 0,18 10 22,73 0,5 0,57 0,13 0 22,73 0,73 0,09 0,12	0,14 3,75 7,28 предпри Пере 0,05 0,01 0,4 4,57 0,03 19 0,1 0,17 0,01 5 19 2,56 0,05 0 0,05 0,05	10,36 7,2 0,13 smmuŭ o cuчный 15,04 0,07 0,21 19,3 51,23 1,03 eŭ e do 27,9 0,4 4,08 3,33 0,69 0 0,4 2,97 2,35 0,48 15,04 19,3	46,62 81 66,1 бществей - К.:А.С.! 61,37 1,52 2,38 94 277,91 5,17 шКольных 261,62 19,25 17,1 3,5 44,95 261,62 38,09 14 2,55 61,37	0 33 45 HHO20 П С, 2005 0,5 0,14 0 34,07 0 127,2 0,75 0,15 200 0 127,2 7,5 0,5	0,011 0,06 0,001 итания 0 0 0 0,06 0,15 0,01 изациях 0,9 0,11 0,03 0,02 0,006 0 0,11 0,015 0,001 0,0015 0,003	0 1,95 0 0,1 0,1 2,8 0 2,05 2,05 2,71 5 0 0,5 0 2,71 5 0 0,5 0 2,71	0,56 0 0,1 cocm 0 0 0,01 0,52 0,62 0,03 0,03 0,03 0,03 0,02 0,04 2,2 0,37 0,05 0,025	1,12 180 2,4 A.И. Здобн 5,45 4,95 2,8 9,2 191,88 7. Могилы 64,13 18,07 2,5 1,35 2,7 0 18,07 11,65 24 0,5	0,14 0,15 0,02 06, B.A. U 0,87 0,82 0,04 0,8 1,69 0,1 Hozo u B.A 2,37 1,57 0,23 0,14 0,07 0 1,57	44,27 21 135 3 ыканенко, 0,84 8,24 1,54 34,8 201,11 7,31 75,6 191,87 14,5 11,65 5,5 0,1 191,87 11,81 15,5 11,7 0,84 34,8	15,77 7 21 0,04 M.II 4,4 4,4 0,84 13,2 48,17 1,76 Ha 19,2 24,15 5,75 4,15 3,8 0 24,15 2,65 8 1,25

	I													
]		Зозрас	тная ка	тегория 1	I 2 - 18 г	<u>I</u> 1ет			<u> </u>			
			-	горио										
	четверг						Сезс	н: осеі	нне-зим	инее				
	первая неделя	Macca	Пищев	ые вещ	ества	Энергет		Витами	іны (мг))	Мин	еральные	вещества	(мг)
		порции (г)	Б	ж	У	ическая ценность	А (мкг)	B1	С	Е	Ca	Fe	Р	Mg
	Прием пищи, наименование блюда	(.,				(4408)	(MKI)							
	Сборник рецептур блюд и кулинырных изд принт, 2005	елий дл	я питани	я детей	в доші	ольных о	рганиза	циях /Г	Іод. Ред	д. М.П.	Могильног	о и В.А. Т	утельяна	М.:ДеЛ
	1,2000										l			
642	рагу из птицы	80/150	3,42	22,3	20,64	378,76	488,4	0,22	26,88	2,45	36,23	2,7	256,91	56,99
	бролер цыпленка	109,8	20,53	17,67	0	241,56	43,92	0,09	219	0,32	15,37	1,42	175,68	20,80
	картофель	96	1,92	0,38	15,64	73,92	2,88	0,11	19,2	0,09	9,6	0,86	55,68	22,0
	морковь	21	0,27	0,02	1,44	7,35	420	0,01	1,05	0,08	5,67	0,14	11,55	7,98
	томатная паста	7,2	0,34	0	1,36	7,14	21,6	0,01	3,24	0,07	1,44	0,16	4,89	3,6
	лук репчатый	12	0,16	0,02	0,98	4,92	0	0	1,2	0,02	3,720,09	6,96	1,68	
	капуста	40	0,9	0,05	2,35	14	1,5	0,045	22,5	0,05	24	0,3	15,5	8
	масло растительное	5 1,35	0,14	5 0.02	0,91	44,95 4,44	0	0	0	2,2 0,02	0,32	0,02	0,1	0.59
	мука пшеничная	1,35	0,14	0,02	0,91	4,44	0	0	U	0,02	0,32	0,02	1,55	0,59
	Сборник рецептур блюд и кулинырных изд	I елий дп	я предпо	иятий с	бшест	венного пи	I тания /	I Автс∩	ст.: А. <i>И</i>	I. Здобн	I нов, В.А. I I	ыганенко	М.И Перес	СИЧНЫЙ
	K.:A.C.K., 2005		,							,,= 3.	,			
240	компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	16,89	70,67	2	0,01	4	0,08	6,79	0,091	4,4	3,6
	свежие яблоки ,груши ,персики	40	0,16	0,16	3,92	18,8	2	0,01	4	0,08	6,4	0,88	4,4	3,6
	сахар	20	0	0	12,97	51,87	0	0	0	0	0,39	0,03	0	0
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая ценность обеда		3,58	22,5	37,5	449,43	490	0,23	30,9	2,53	43,02	2,791	261,31	60,5
	полдник 11 до 12 часов													
	Сборник рецептур блюд и кулинырі	ных издел	пий для	питани	ıя школ	ьников /П	од. Ред	. А.И. З	добов,	М.И. П	<u>.</u> ересичный	М.:ДеЛ	и принт, 2	005
	бутрброд с маслом и сыром	50	6,31	7,9	15,32	152,79	82,5	0,054	0,42	0,49	158,85	0,745	109,2	17,5
	сыр	15	3,9	3,975	0,525	53,34	60	4E-04	0,42	0,05	150,75	0,135	81	7,5
	масло сливочное	5	0,04	3,625	0,065	33,05	22,5	0	0	0,05	1,2	0,01	1,5	0,02
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Сборник рецептур блюд и кулинырных из г. С79	делий дл	пя предп	риятий	общес	твенного	питан	ия / А.И	1. Здобн	нов, В.А	Цыганен	ко, М.И П	ересичный	2005
44	чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
	чай	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
	сахар	20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
	хлеб													
	Энергетическая пищевая		6,51	8,4	30,36	214,16	83	0,054	0,52	0,49	164,3	1,615	117,44	21
	полдник 12 до 15 часов													
	Сборник рецептур блюд и кулинырных из	делий дл	пя питан	ия шко	льнико	в /Под. Ре	∂. М.П.	Могиль	ьного и	В.А. Т ₎	/тельяна.	- М.:ДеЛи	принт, 20	05
	щи	250	24,62	24,62	9,63	353,82	337,1	0,18	33,84	2,74	81,37	2,35	247,87	4
	картофель	30	0,6	0,12	4,89	23,1	0,9	0,036	6	0,03	3	0,27	17,4	6,9
	морковь	10	0,13	0,01	0,69	3,5	200	0,006	0,5	0,04	2,7	0,07	5,5	3,8
88	лук	10	0,14	0,02	0,82	4,1	0	0,005	1	0,02	3,1	0,08	5,8	1,4
	масло растительное	5	0	5	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0
	·	Ť	Ť	Ť	Ť	. 1,00	Ť	Ť	Ť	-,-	- 		٥,,،	
	вода	10	0.72	2 50	2.07	30.00	20	0.04	0.04	0.40	11.65	0.14	11 04	2.65
	Сметана	10	0,73	2,56	2,97	38,09	20	0,01	0,04	0,12	11,65	0,11	11,81	2,65
	бульон	50	0,9	0,05	2,35	14	1 5	0,015	22,5	0.05	24	0.2	15 E	8
	капуста томатная паста	50	0,9	0,05	۷,35	14	1,5	0,015	22,5	0,05	24	0,3	15,5	0
		doessi e		nu=====	o.E	macriii	<u></u>	ug / A f	1 22-5	10c C 1	111125:::	WO M 14 C	l onoc:::::····	200
		оелии ол	ля преоп _і	оиятии	оощес	твенного	питан	ия / А.И	1. 300bF	108, B.F	A. Цыганен	IKO, M.VI I I	ересичныи	200
	Сборник рецептур блюд и кулинырных из г. С79	T		,							1	i .		4.4
		3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
868	a. C79	3 20	0,2	0,05	0,07	1,52 2,38	0,5 0,14	0	0,1 2,8	0,01	4,95 2,8	0,82	8,24 1,54	
868	а. C79 чай с сахаром		0,06		0,21		0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	4,4 0,84 46

				Возрас	тная ка	тегория 1	2 - 18 յ	тет						
	пятница						Сезо	он: осе	нне-зиі	инее				
	первая неделя	Macca	Пищев	ые веш	ества	Энергет		Витами	ины (мг)	Мин	еральные	вещества	(мг)
	Прием пищи, наименование блюда	порции (г)	Б	Ж	У	ическая ценность	A (MAVE)	B1	С	Е	Ca	Fe	Р	Mg
	Сборник технологических нормативов, р	ецептур	блюд и к	улиныр		целий для года.	і школ/	′ Под ре	едакцие	. R.А й	Перевалов	а - Пермь	5е издани	e , 2013
	макароны с сыром	200	11,42	10,32	53,25	412,88	80,1	0,11	0,14	1,07	188,84	1,19	154,79	18,66
	макароные изделия	61,25	6,74	0,79	43,25	207,03	0	0,1	0	0,92	11,64	0,98	53,29	11,64
	масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	22,5	0	0	0,05	1,2	0,01	1,5	0,02
	сыр	18	4,64	59	0	72,8	57,6	0,01	0,14	0,1	176	0,2	100	7
	Сборник рецептур блюд и кулинырных	изделий	-	-		бществені К.:А.С.К.,		тания	/Автс	ост.: А.	И. Здобно	в, В.А. Ць	ыганенко,	
204	Кофейнный напиток	200	2,28	2,11	23,26	121,68	11	0,02	0,65	0	60,6	0,11	45	7
	кофейнный порошок	6	0,83	0,86	0,9	14,88	0	0	0	0	0	0	0	0
	сахар	50	1,45	1,25	2,4	27	11	0,02	0,65	0	60	0,05	45	7
	молоко	20	0	0	19,96	79,8	0	0	0	0	0,6	0,06	0	0
951	Хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая		13,7	12,4	76,5	534,6	91,1	0,13	0,79	1,07	249,44	1,3	199,79	25,6
	полдник													
	с11 часов до 12 часов													
	Сборник рецептур блюд и кулинырных изд	целий дл	я питани	я школ	ьников	/Под. Ред.	А.И. 3,	добов,	М.И. Пе	ресичн	ый М.:Де	еЛи принт,	2005	
	каша рисовая молочная	200	5,98	3,64	43,25	230,46	22	0,08	1,3	0,18	123,7	0,56	156	36
	крупа рисовая	44	3,08	0,44	32,56	146,52	0	0,04	0	0,18	3,52	0,44	66	22
	молоко	100	2,9	3,2	4,7	60	22	0,04	1,3	0	120	0,1	90	14
	сахар	6	0	0	5,99	23,94	0	0	0	0	0,18	0,02	0	0
66	сок													
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая ценность обеда		5,98	3,64	43,25	230,46	22	0,08	1,3	0,18	123,7	0,56	156	36
	полдник													
	с 12часов до 15 часов													
	Сборник технологических нормативов, р	рецептур	о блюд и	кулинь	ірных и	зделий дл	ія школ	п/ Под р	редакци	ей А.Я.	Перевало	ва - Перм	ь 5е издан	ue , 201
	Суп фрикадельками	250	1,55	8,29	12,62	231,3	0	0	14,75	0	90,17	0,56	162,14	
	вода питьевая													
	крторфель	50	1	0,2	8,15	38,5	1,5	0,06	10	0,05	5	0,45	29	11,5
	томатная паста	20	4,6	0,32	9,62	59,8	0,4	0,18	0	0,1	17,8	1,4	45,2	17,6
	морковь	10	0,14	0,02	0,82	4,1	0	0,005	1	0,002	3,1	0,08	5,8	1,4
	фрикадельки	10	0,13	0,01	0,69	3,5	200	0,006	0,5	0,04	2,7	0,07	5,5	3,8
	лук репчатый	5	0	5	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0
	масло растительное	5	0	5	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0
	соль	0,003												
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Сборник рецептур блюд и кулиныр	ных изде	лий для	питани	ія школ	ьников /По	од. Ред	. А.И. З	добов,	М.И. Пе	ересичный	М.:ДеЛи	и принт, 20	05
	чай с лимоном	200		I	15,04			1		0		0,87	8,24	
	чай	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
	сахар	20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
		_~	5,55	5,51	٠,٢.	_,50	٠, ٠ ٠	Ŭ	_,0	5,51	_,0	5,51	.,5 .	5,5

1,75 8,79 27,7

292,7

0,5

0 14,9

95,62

1,43 170,38

4,4

Энергетическая пищевая

иенность обеда

377

Возрастная категория 12 - 18 лет

				Возрас	тная ка	тегория 1	2 - 18 s	тет						
понедельник							Сезс	н: осен	не-зи	инее				
вторая неделя		Macca	Пищев	ые веш	ества	Энергет		Витами	ны (мг))	Мин	еральные	вещества	(мг)
Прием пищи, наим	енование блюда	порции (г)	Б	Ж	У	ическая ценность	Α .	B1	С	E	Ca	Fe	Р	Mg
I		1												
Сборник рецег	тур блюд и кулиныр	ных изде	лий для	питани	я школ	ьников /По	од. Ред	. А.И. З	добов,	М.И. Пє	ересичный	М.:ДеЛи	принт, 20	05
каша ри	1СОВАЯ	200	5,98	3,64	43,25	230,46	22	0,08	1,3	0,18	123,7	0,56	156	36
крупа рисовая		44	3,08	0,44	32,56	146,52	0	0,04	0	0,18	3,52	0,44	66	22
молоко		100	2,9	3,2	4,7	60	22	0,04	1,3	0	120	0,1	90	14
сахар		6	0	0	5,99	23,94	0	0	0	0	0,18	0,02	0	0
951 Масло сл	ивочное	5,1	0,08	7,25	0,13	66,1	45	0,001	0	0,1	2,4	0,02	3	0,04
Сборник рецег	тур блюд и кулинырн	ных изде	лий для	питани	ія школ	ьников /По	од. Ред	. А.И. З	добов,	М.И. Пе	ересичный	М.:ДеЛи	принт, 20	05
чай сахаром		200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
чай		3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
сахар		20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
377 хлеб		40	3,16	0,4	19,3	94	0	0.06	0	0.52	9,2	0,8	34,8	13,2
			-, -	- /	- /-			-,		-,-	- ,	-,-	- ,-	-,
полдник					l									
с 11 часов до 12	часов													
Сборник рецептур бли	од и кулинырных изд	елий дл	я предпр			венного пі диформ",		при обц	цеобра	зовател	іьных школ	пах /Под. F	Ред. В.Т. Л	апшиной-
суп молочный (с вермешелью	200	7,91	6,31	23,64	189,74	48,14	0,1	1,35	0,01	249,54	0,43	202,14	32,06
вермешель		20	2,3	0,58	13,4	69	0	0,03	0	0	17,2	0,24	27,8	5
молоко		193,3	5,6	4,83	7,73	102,5	42,52	0,07	1,35	0	231,96	0,19	173,97	27,06
сахар		2,5	0	0	2,5	9,98	0	0	0	0	0,08	0	0	0
44 сок														
хле	еб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
Энергетичесі ценност	•		7,91	6,31	23,64	189,74	48,14	0,1	1,35	0,01	249,54	0,43	202,14	32,06
полд	І НИК													
с 12 часов до 15 ча														
₁₉₇ Сборник технологич	еских нормативов, р	ецептур	блюд и		ірных и	зделий дл	ія шкої	п/ По∂ р	едакци	ей А.Я.	Перевало	ва - Пермі	ь 5е издан	ue , 2013
суп картофельн	ій с бобовыми	250	1,9	2,25	17	208	0	0	0	0	49	0,93	8,67	25,5
картофель		50	1	0,2	8,15	38,5	1,5	0,06	10	0,05	5	0,45	29	11,5
горох		20	4,6	0,32	9,62	59,8	0,4	0,18	0	0,1	17,8	1,4	45,2	17,6
лук репчатый		10	0,14	0,02	0,82	4,1	0	0,005	1	0,002	3,1	0,08	5,8	1,4
морковь		10	0,13	0,01	0,69	3,5	200	0,006	0,5	0,04	2,7	0,07	5,5	3,8
масло растительное		5	0	5	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0
бульон или вода														
	тур блюд и кулиныр										·			
чай с сахаром		200							•,.	0			8,24	4,4
чай		3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
сахар		20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
хлеб		40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
Энергетичесі ценност			2,1	2,75	32,04	269,37	0,5	0	0,1	0	54,45	1,8	16,91	29,9

	Сборник рецептур блюд и кулинырных	с изделий	і для пи	тания і	икольн	иков /Под.	Ред. М	1.П. Мо	гильног	o u B.A	. Тутелья	на М.:Де	еЛи принт	, 2005
	вторник	<u> </u>							не-зик				•	
	вторая неделя	Macca	Пищев	ые вещ	ества	Энергет			ны (мг)		Мин	еральные	вещества	(мг)
		порции	_	216	V	ическая	Α	D4		г			Р	. ,
	Прием пищи, наименование блюда	(г)	Б	Ж	У	ценность	(мкг)	B1	С	Е	Ca	Fe	Р	Mg
	сборник технологических карт рецептур	блюд ку	пинарны	х издел	ий для	детского	питан	ue						
39	гуляш из кур	96	12	11	5	177	2	2	4,5	2	17	1	18	17
	мясо куринное	66	13,46	3,98	0,48	90,81	79,2	0,33	16,5	0	9,9	11,55	176,88	15,8
	лук репчатый	12	0,33	0,05	2,02	9,87	0	0,01	0	0,05	0,72	0,06	3,45	1,31
	морковь	12	0,02	0	0,12	0,63	36	0	0,09	0	0,48	0,01	0,99	0,68
	тамат паста	2	0,21	0	0,85	4,59	13,5	0	2,02	0,04	0,9	0,1	3,06	2,2
	масло растительное	4	0	5	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0
	мука пшеничная	4	0,14	0,02	0,91	4,44	0	0	0	0,02	0,32	0,02	1,35	0,59
	масло растительное	5	0	5	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0
	вода													
	Сборник рецептур на прдукцию для обуч	нающихс	я во всех	с оброз	овател	ьных учре	ждения	х /Под	. Ред. Л	<i>И.П.</i> Мо	гильного і	u B.A. Tym	ельяна Л	и.:ДеЛ
330	макароны отварные	150	3,26	4,91	22,06	145,97	32,65	0,16	25,95	0,18	41,1	1,18	96,25	32,6
	макароны отварные	128,3	2,57	0,51	20,91	97,79	3,85	0,15	25,66	0,13	12,83	1,15	74,41	29,5
	масло сливочное	5,3	0,04	3,84	0,07	35,03	23,85	0	0	0,05	1,27	0,01	1,59	0,02
330	Сборник рецептур на прдукцию для обуч	нающихс	я во всех	(оброз	овател	ьных учре	ждения	лх /Под	. Ред. Л	<i>Л.П.</i> Мо	гильного і	u B.A. Tym	ельяна Л	и.:ДеЛи
	сок 0,2	200	4,08	3,54	27,58	118,6	0	0	1,59	0	152,22	0,48	0	21,34
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая ценность обеда		22,5	19,9	73,9	535,57	34,7	2,22	32	2,7	219,52	3,46	149,05	84,2
348	полдник													
010	Сборник рецептур блюд и кулинырных	с изделий	і для пи	тания і	икольн	иков /Под.	Ред. М	1.П. Моа	гильног	o u B.A	. Тутелья	на М.:Де	еЛи принт	, 2005
	с 11 часов до 15 часов													
	бутерброд с маслом и повидлом	55	2,47	3,93	27,6	152,95	142.5	0,052	0,32	0,5	10,48	0,69	30,3	10
	масло	5,3	0,04	3,84	0,07	35,03	23,85	0	0	0.05	1,27	0,01	1,59	0.02
	повидло	20	0,06		12,8	48,5	120		0.32	0,06	2,38	0,08	1,9	-,-
	хлеб	30	2,37	0,3	14,73	71,4	0		0,02	0,39	6,9	0,6		10
								1 1 1/0		_	,		,.	
	Сборник рецептур блюд и кулинырных	с изделий	і для пи	тания і	икольн	иков /Под.	Ред. М	1.1 I. IVIO		:O U D.A	. гуппелья	на М.:Д€	еЛи принт	, 2005
	Сборник рецептур блюд и кулинырных чай с сахаром	с изделий 200	і для пиі 0,2	тания (0,5		иков /Под. 61,37	Ред. М 0,5						· · ·	
	, , , , , , ,								0,1 0,1	О и В.А			8,24 8,24	4,4
197	чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
197	чай с сахаром чай сахар	200	0,2 0,06	0,5 0,05 0,01	15,04 0,07 0,21	61,37 1,52 2,38	0,5 0,5 0,14	0 0	0,1 0,1 2,8	0 0,01	5,45 4,95 2,8	0,87 0,82 0,04	8,24 8,24 1,54	4,4 0,84
	чай с сахаром чай	200	0,2	0,5 0,05	15,04 0,07	61,37 1,52	0,5	0	0,1 0,1	0	5,45 4,95	0,87	8,24 8,24 1,54	4,4 0,84
197	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая	200	0,2 0,06	0,5 0,05 0,01	15,04 0,07 0,21	61,37 1,52 2,38	0,5 0,5 0,14	0 0	0,1 0,1 2,8	0 0,01	5,45 4,95 2,8	0,87 0,82 0,04	8,24 8,24 1,54	4,4 0,84
	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов	200	0,2 0,06	0,5 0,05 0,01	15,04 0,07 0,21	61,37 1,52 2,38	0,5 0,5 0,14	0 0	0,1 0,1 2,8	0 0,01	5,45 4,95 2,8	0,87 0,82 0,04	8,24 8,24 1,54	
	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая	200 3 20	0,2 0,2 0,06 2,67	0,5 0,05 0,01 4,43	0,07 0,21 42,64	61,37 1,52 2,38 214,32	0,5 0,5 0,14 143	0 0 0 0,052	0,1 0,1 2,8 0,42	0 0,01 0,5	5,45 4,95 2,8 15,93	0,87 0,82 0,04 1,56	8,24 8,24 1,54 38,54	4,4 0,84 15
	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными	200 3 20	0,2 0,2 0,06 2,67	0,5 0,05 0,01 4,43	0,07 0,21 42,64	61,37 1,52 2,38 214,32	0,5 0,5 0,14 143	0 0 0 0,052	0,1 0,1 2,8 0,42	0 0,01 0,5	5,45 4,95 2,8 15,93	0,87 0,82 0,04 1,56	8,24 8,24 1,54 38,54	4,4 0,84 15
2	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс	200 3 20 делий дл	0,2 0,2 0,06 2,67	0,5 0,05 0,01 4,43	15,04 0,07 0,21 42,64	61,37 1,52 2,38 214,32 s /∏o∂. Pe	0,5 0,5 0,14 143 ∂. <i>M.Π</i> .	0 0 0,052	0,1 0,1 2,8 0,42	0 0,01 0,5 B.A. Ty	5,45 4,95 2,8 15,93	0,87 0,82 0,04 1,56	8,24 8,24 1,54 38,54 принт, 20	4,4 0,84 15
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс	200 3 20 Эелий дл 250	0,2 0,2 0,06 2,67	0,5 0,05 0,01 4,43 ия шко 14,66	15,04 0,07 0,21 42,64 льнико 16,88	61,37 1,52 2,38 214,32 s /∏o∂. Pe	0,5 0,14 143 ∂. <i>М.П.</i>	0 0 0,052 Могиль	0,1 0,1 2,8 0,42 оного и	0 0,01 0,5 B.A. Ty	5,45 4,95 2,8 15,93	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49	8,24 8,24 1,54 38,54 принт, 20	4,4 0,84 15 05 41,8
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные	200 3 20 делий дл 250 40	0,2 0,2 0,06 2,67 37 5,76	0,5 0,05 0,01 4,43 иия шко 14,66 11,56	15,04 0,07 0,21 42,64 Пьнико 16,88 0	61,37 1,52 2,38 214,32 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2	0,5 0,5 0,14 143 д. М.П. 344,2	0 0 0,052 Mosune 0,9 0,01	0,1 0,1 2,8 0,42 оного и 15,56	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68	5,45 4,95 2,8 15,93 <i>ттельяна</i> . 29,41 14,4	0,87 0,82 0,04 1,56 - <i>М.:ДеЛи</i> 1,49 0,64	8,24 8,24 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6	4,4 0,84 15 05 41,8 16 16,1
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель	200 3 20 Denuŭ do 250 40 70	0,2 0,06 2,67 37 5,76 1,4	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28	15,04 0,07 0,21 42,64 пьнико 16,88 0 11,41	61,37 1,52 2,38 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9	0,5 0,5 0,14 143 д. М.П. 344,2 0 2,1	0 0 0,052 Могиль 0,9 0,01 0,08	0,1 0,1 2,8 0,42 0 0 15,56 0	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07	5,45 4,95 2,8 15,93 ттельяна. 29,41 14,4 7	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63	8,24 8,24 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6 40,6	4,4 0,8 ² 15 05 41,8 16,16,17
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь	200 3 20 делий дл 250 40 70 16,25	0,2 0,2 0,06 2,67 ля питан 37 5,76 1,4 0,21	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28 0,01	льнико 16,88 0 11,41 1,12	61,37 1,52 2,38 214,32 8 /Под. Ре 350 127,2 53,9 5,68	0,5 0,5 0,14 143 <i>δ. Μ.Π.</i> 344,2 0 2,1 325	0 0 0,052 Mozune 0,9 0,01 0,08	0,1 0,1 2,8 0,42 0ного и 15,56 0 14 0,81	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06	5,45 4,95 2,8 15,93 15,93 29,41 14,4 7 4,38	0,87 0,82 0,04 1,56 - <i>М.:ДеЛи</i> 1,49 0,64 0,63 0,11	8,24 8,24 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93	4,4 0,84 15 05 41,83 16 16,17
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый	200 3 20 Делий дл 250 40 70 16,25 7,5	0,2 0,2 0,06 2,67 199 питан 37 5,76 1,4 0,21 0,1	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01	льнико 16,88 0 11,41 1,12 0,61	61,37 1,52 2,38 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07	0,5 0,5 0,14 143 ∂. Μ.Π. 344,2 0 2,1 325 0	0 0 0,052 Mozuni 0,9 0,01 0,08 0	0,1 0,1 2,8 0,42 0,42 15,56 0 14 0,81 0,75	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01	5,45 4,95 2,8 15,93 7 15,93 7 14,4 7 4,38 2,32	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06	8,24 8,24 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35	4,4 0,84 15 05 41,8 16,1 6,17 1,05 2,5
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый крупа рисовая	200 3 20 Эелий дл 250 40 70 16,25 7,5	0,2 0,06 2,67 37 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05	льнико 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7	61,37 1,52 2,38 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65	0,5 0,5 0,14 143 д. М.П. 344,2 0 2,1 325 0	0 0 0,052 Mozune 0,9 0,01 0,08 0	0,1 0,1 2,8 0,42 оного и 15,56 0 14 0,81 0,75	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02	5,45 4,95 2,8 15,93 тельяна. 29,41 14,4 7 4,38 2,32 0,4	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05	8,24 8,24 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5	4,4 0,84 15 05 41,83 16 16,1 6,17 1,05 2,5 0,01
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая С11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый крупа рисовая масло сливочное	200 3 20 2enuŭ di 250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 40	0,2 0,2 0,06 2,67 37 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 3,16	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 0,4	льнико 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 19,3	61,37 1,52 2,38 214,32 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 94	0,5 0,5 0,14 143 ∂. М.П. 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1	0 0 0,052 0,052 0,9 0,01 0,08 0 0 0 0,06	0,1 0,1 2,8 0,42 0,42 0,42 15,56 0 14 0,81 0,75 0	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 0,52	5,45 4,95 2,8 15,93 15,93 77 4,38 2,32 0,4 0,091 9,2	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0	8,24 8,24 1,54 38,54 лринт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 34,8	4,4 0,8 ² 15 05 41,8 16,1 1,05 2,5 0,01 13,2
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый крупа рисовая масло сливочное хлеб	200 3 20 2enuŭ di 250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 40	0,2 0,2 0,06 2,67 37 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 3,16	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 0,4	льнико 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 19,3	61,37 1,52 2,38 214,32 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 94	0,5 0,5 0,14 143 ∂. М.П. 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1	0 0 0,052 Могиль 0,9 0,01 0,08 0 0 0 0,06	0,1 0,1 2,8 0,42 0,42 0,42 15,56 0 14 0,81 0,75 0	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 0,52	5,45 4,95 2,8 15,93 15,93 77 4,38 2,32 0,4 0,091 9,2 77 77 77 78 78 78 78 78 78 78 78 78 78	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0 0,8 - М.:ДеЛи	8,24 8,24 1,54 38,54 лринт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 34,8	4,4 0,8 ² 15 05 41,8 16,17 1,05 2,5 0,01 13,2
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая С11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый крупа рисовая масло сливочное хлеб Сборник рецептур блюд и кулинырных изс	200 3 20 20 250 40 70 16,25 5 3,8 40 20 20 40 70 16,25 5 3,8 40 20 3,8 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40	0,2 0,06 2,67 37 5,76 1,4 0,21 0,35 0,03 3,16	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 0,4	льнико 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 19,3	61,37 1,52 2,38 214,32 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 94 8 /∏o∂. Pe	0,5 0,5 0,14 143 ∂. М.П. 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1 0	0 0 0,052 Могиль 0,9 0,01 0,08 0 0 0 0,06	0,1 0,1 2,8 0,42 0,42 0,42 15,56 0 14 0,75 0 0	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 0,52 B.A. Ty	5,45 4,95 2,8 15,93 15,93 77 4,38 2,32 0,4 0,091 9,2 77 77 77 77 77 77 77 77 77 77 77 77 77	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0 0,8 - М.:ДеЛи	8,24 8,24 1,54 38,54 Принт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 34,8 Принт, 20	4,4 0,84 15 05 41,8 16,17 1,05 2,5 0,01 13,2
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая С11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый крупа рисовая масло сливочное хлеб Сборник рецептур блюд и кулинырных изс чай с сахаром	200 3 20 2enuŭ da 250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 40 200	0,2 0,2 0,06 2,67 37 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 3,16	0,5 0,05 0,01 4,43 ия шко 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 0,4	льнико 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 19,3	61,37 1,52 2,38 214,32 2,38 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 94 8 /∏o∂. Pe 61,37	0,5 0,5 0,14 143 ∂. М.П. 344,2 0 2,1 325 0 0 17,1 0 ∂. М.П.	0 0 0,052 Moeune 0,9 0,01 0,08 0 0 0 0,06 Moeune	0,1 0,1 2,8 0,42 0,42 0,42 0,42 0,40 0,75 0 0 0 0,0 0,1	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 0,52 B.A. Ty	5,45 4,95 2,8 15,93 15,93 тельяна. 29,41 14,4 7 4,38 2,32 0,4 0,091 9,2 тельяна. 5,45	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0 0,8 - М.:ДеЛи	8,24 1,54 38,54 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 34,8 принт, 20 8,24	4,4 0,84 15 05 41,83 16 16,17 1,05 2,5 0,01 13,2
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый крупа рисовая масло сливочное хлеб Сборник рецептур блюд и кулинырных изс чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая	200 3 20 20 250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 40 200 3	0,2 0,06 2,67 ля питан 37 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 3,16 ля питан 0,2 0,2 0,06	0,5 0,05 0,01 4,43 4,43 4,43 4,43 4,43 4,43 4,43 4,4	15,04 0,07 0,21 42,64 142,64 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 19,3 льнико 15,04 0,07 0,21	61,37 1,52 2,38 214,32 2,38 214,32 8 //loð. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 94 8 //loð. Pe 61,37 1,52 2,38	0,5 0,5 0,14 143 ∂. М.П. 344,2 0 2,1 325 0 17,1 0 ∂. М.П. 0,5 0,5	0 0 0,052 0,052 0,9 0,01 0,08 0 0 0 0,06 Mosume	0,1 0,1 2,8 0,42 15,56 0 14 0,81 0,75 0 0 0 0 0,1 0,1 2,8	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 0,52 B.A. Ty 0 0	5,45 4,95 2,8 15,93 15,93 77	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0 0,8 - М.:ДеЛи 0,87 0,82 0,04	8,24 8,24 1,54 38,54 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 34,8 принт, 20 8,24 8,24 1,54	4,4 0,84 15 05 41,8 16 16,1 1,05 2,5 0,01 13,2 05
377	чай с сахаром чай сахар Энергетическая пищевая с11 часов до 15 часов суп с консервами рыбными Сборник рецептур блюд и кулинырных изс Суп с консервами консервы рыбные картофель морковь лук репчатый крупа рисовая масло сливочное хлеб Сборник рецептур блюд и кулинырных изс чай с сахаром чай сахар	200 3 20 20 250 40 70 16,25 7,5 5 3,8 40 200 3	0,2 0,2 0,06 2,67 2,67 37 5,76 1,4 0,21 0,1 0,35 0,03 3,16 ля питан	0,5 0,05 0,01 4,43 иля шко 14,66 11,56 0,28 0,01 0,01 0,05 2,75 0,4	15,04 0,07 0,21 42,64 142,64 16,88 0 11,41 1,12 0,61 3,7 0,04 19,3 льнико 15,04 0,07 0,21	61,37 1,52 2,38 214,32 2,38 214,32 8 /∏o∂. Pe 350 127,2 53,9 5,68 3,07 16,65 25,11 94 8 /∏o∂. Pe 61,37 1,52	0,5 0,5 0,14 143 ∂. М.П. 344,2 0 2,1 325 0 17,1 0 ∂. М.П. 0,5 0,5	0 0 0,052 Mozuni 0,9 0,01 0,08 0 0 0 0,06 Mozuni	0,1 0,1 2,8 0,42 0,42 0,42 0,42 0,42 0,42 0,42 0,81 0,75 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	0 0,01 0,5 B.A. Ty 3,87 3,68 0,07 0,06 0,01 0,02 0,03 0,52 B.A. Ty	5,45 4,95 2,8 15,93 15,93 77787878787878787878787878787878787878	0,87 0,82 0,04 1,56 - М.:ДеЛи 1,49 0,64 0,63 0,11 0,06 0,05 0 0,8 - М.:ДеЛи 0,87	8,24 8,24 1,54 38,54 1,54 38,54 принт, 20 52,12 89,6 40,6 8,93 4,35 7,5 1,14 34,8 принт, 20 8,24 8,24 1,54	4,4 0,84 15 05 41,8 16 16,1 1,05 2,5 0,01 13,2

	onese	I					Coss	н: осен	U0 D00	OUIA				
	среда		Пищев	ые веш	ества	Энергет								, ,
	вторая неделя	Масса порции		(r)		ическая		Витами	ны (мг)		Мин	еральные	вещества	(мг)
377	Прием пищи, наименование блюда	(г)	Б	Ж	У	ценность (ккал)	А (мкг)	B1	С	E	Ca	Fe	Р	Mg
	Сборник рецептур блюд и кулинырных изс	делий дл	пя питан	ия шко	льнико	в /Под. Ре	д. А.И.	Здобов,	М.И. Г	Тересич	ный М.:Д	ЈеЛи прин	m, 2005	
	каша пшеничная	200	10,38	10,54	45,79	321,47	60,54	0,27	2,08	0,2	207,09	1,53	260,93	63,5
	пшено	49,5	5,7	1,63	32,92	169,29	1,49	0,21	0	0,15	13,37	1,34	115,34	41,08
694	молоко	160	4,64	4	7,68	86,4	35,2	0,06	2,08	0	192	0,16	144	22,4
	масло сливочное	5,3	0,04	3,8	0,07	35,03	23,85	0	0	0,05	1,27 0.16	0,01	1,59 0	0,02
	сахар Сборник технологических нормативов, ре	5,3			5,29	21,15					-, -	0,02	_	0
	частях - под ред. Доц. Коровка Л.С., доц. Д											коснии, в і	2-1	
	компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	16,89	70,67	2	0,01	4	0,08	6,79	0,091	4,4	3,6
	компот из сухофруктов	40	0,16	0,16	3,92	18,8	2	0,01	4	0,08	6,4	0,88	4,4	3,6
	сахар	20	0	0	12,97	51,87	0	0	0	0	0,39	0,03	0	0
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
348	Энергетическая пищевая иенность обеда		10,54	10,7	62,68	392,14	62,54	0,28	6,08	0,28	213,88	1,621	265,33	67,1
	полдник													
	с 11 до12 часов													
	Сборник рецептур блюд и кулинырных изо	делий дл	ля питан	ия шко	льнико	в /По∂. Ре	д. А.И.	3добов,	М.И. Г	Тересич	ный М.:Д	ЈеЛи прин	m, 2005	
	бутрброд с маслом и сыром	50	6,31	7,9	15,32	152,79	82,5	0,054	0,42	0,49	158,85	0,745	109,2	17,54
	сыр	15	3,9	3,975	0,525	53,34	60	4E-04	0,42	0,05	150,75	0,135	81	7,5
3	масло сливочное	5	0,04	3,625	0,065	33,05	22,5	0	0	0,05	1,2	0,01	1,5	0,02
	хлеб	30	2,37	0,3	14,73	71,4	0	0,05	0	0,39	6,9	0,6	26,7	10,02
	чай с схаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
	чай	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
	сахар	20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
	Энергетическая пищевая		6,51	8,4	30,36	214,16	83	0,054	0,52	0,49	164,3	1,615	117,44	21,94
	с 12 часов 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырных	изделий	gaa aun	221112 9	етей а	gonnour	ILIV ODA	211122111	ιαν /Πο	a Pad	М.П. Мози	Thuoso u F	2 A Tymori	- aug
	оборник рецептур олюс и кулинырных	изоелии	OJIA HUH			принт, 20		анизаці	<i>131</i> 2 /1 100	J. 1 CO.	W.TT. WOEd.	пвноео и Е	J.A. Tymeni	элпа
	суп картофельный с макаронами	250	7,66	8,58	17,14	176,42	0	0	8,56	0	25,04	1,1	0	27,44
3	макаронные изделия	10	1,1	0,13	7,05	33,8	0	0,01	0	0,015	1,9	0,16	8,7	1,6
	морковь	10	0,13	0,01	0,69	3,5	200	6E-04	0,5	0,04	2,7	0,07	5,5	3,8
103	лук репчатый	10	0,14	0,02	0,82	4,1	0	0,005	1	0,02	3,1	0,08	5,8	1,4
	масло растительное	2,5	0	2,5	0	22,47	0	0	0	1,1	0	0	0,05	0
	картошка	75	1,5	0,3	12,22	57,75	2,25	0,09	15	0,07	7,5	0,67	43,5	17,25
	бульюн													
	соль													
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Сборник рецептур блюд и кулинырных	изделий	й для пи	тания (икольн	иков /Под.	Ред. М	1.П. Моа	еильног	o u B.A	. Тутелья	на М.:Де	:Ли принт,	2005
	чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
	чай	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
102	сахар	20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
	Энергетическая пищевая		7,86	9,08	32,18	237,79	0,5	0	8,66	0	30,49	1,97	8,24	31,84

	четверг		Пищев	ые веш	цества	Энергет ическая								
377	вторая неделя	Масса	Б	Ж	У	ическая ценность			ľ	Иинера.	пьные веш	ества (мг)		
		порции (г)						Витами	іны (мг))		Fe		
	Прием пищи, наименование блюда		13	5,7	28	248	Α	B1	С	E	Ca		Р	Mg
	Сборник рецептур блюд и кулинырны:	х издепи					(МКГ)					ых шкопах	x /Под Ред	
						ебпродиф			.,	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				
	Борщ с капустой и картофелем	150	1,83	4,9	21,75	218,6	0	0,5	10,3	2,4	34,45	1,18	53,03	26,3
	свекла	40	0,6	0,04	3,52	16,8	0,8	0,008	4	0,04	14,8	0,56	17,2	8,8
82	капуста свежая	20	0,36	0,02	0,94	5,6	0,6	0,006	9	0,002	9,6	0,12	6,2	3,2
	картофель	20	0,4	0,08	3,26	15,4	0,6	0,024	4	0,02	2	0,18	11,6	4,6
	морковь	10	0,13	0,01	0,69	3,5	200	0,006	0,5	0,04	2,7	0,07	5,5	3,8
	лук репчатый	10	0,14	0,02	0,82	4,1	0	0,005	1	0,002	3,1	0,08	5,8	1,4
	томатная паста	7,5 5	0,36	0 5	1,425 0	7,65 44,95	22,5	0,011	3,38	0,08	1,5 0	0,17	5,1 0,1	3,75 0
	масло растительное сахар	2,5	0	0	2,5	9,98	0	0	0	0	0.08	0	0,1	0
	бульон	2,5	U	0	2,5	9,90	0	0	U	Ů	0,00	U	0	0
	соль													
	сметана													
	сахар													
	Сборник рецептур блюд и кулинырных из	делий дл	пя предп	риятий	і общес	твенного	питан	ия /Авп	ncocm	.: А.И. З	Вдобнов, В	.А. Цыган	енко, М.И	
	Пересичный К.:А.С.К., 2005				1	ı								
	Кофейнный напиток	200	2,28	2,11	23,26		11	0,02	0,65	0	60,6	0,11	45	7
	кофейнный порошок	6 50	0,83 1,45	0,86 1,25	0,9 2,4	14,88 27	0 11	0,02	0	0	0 60	0,05	0 45	7
	молоко	20	0	0	19,96		0	0,02	0,65	0	0.6		0	0
348	сахар Хлеб					79,8	0	0,06	0	0,52	9,2	0,06		13,2
340	Энергетическая пищевая	40	3,16	0,4	19,3	94						0,8	34,8	
	полдник	40	7,99	7,43	66,68	447,53	34,1	0,597	23,33	3,002	115,35	2,38	144,13	53,45
	с 11 часов до 12 часов			<u> </u>										
	Сборник рецептур блюд и кулинырных	х изделиі	й для пи	тания і	школьн	иков /Под.	Ред. М	I.П. Мог	. гильног	eo u B.A	. Тутелья	на М.:Де	:Ли принт	2005
	каша пшеничная	1												
	Kama iimciin iiian	200	10,38	10,54	45,79	321,47	60,54	0,27	2,08	0,2	207,09	1,53	260,93	63,5
		200 49.5							2,08	0,2 0.15		-		
694	пшено	49,5	5,7	1,63	32,92	169,29	1,49	0,21	0	0,15	13,37	1,34	115,34	41,08
694	пшено	49,5 160	5,7 4,64	1,63	32,92 7,68	169,29 86,4	1,49	0,21	0 2,08	0,15	13,37 192	1,34 0,16	115,34 144	41,08
694	пшено молоко масло сливочное	49,5 160 5,3	5,7 4,64 0,04	1,63 4 3,8	32,92 7,68 0,07	169,29 86,4 35,03	1,49 35,2 23,85	0,21 0,06 0	0 2,08 0	0,15 0 0,05	13,37 192 1,27	1,34 0,16 0,01	115,34 144 1,59	41,08 22,4 0,02
694	пшено молоко масло сливочное сахар	49,5 160 5,3 5,3	5,7 4,64 0,04	1,63 4 3,8 0	32,92 7,68 0,07 5,29	169,29 86,4 35,03 21,15	1,49 35,2 23,85	0,21 0,06 0	0 2,08 0	0,15 0 0,05	13,37 192 1,27 0,16	1,34 0,16 0,01 0,02	115,34 144 1,59	41,08 22,4 0,02 0
694	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб	49,5 160 5,3	5,7 4,64 0,04	1,63 4 3,8	32,92 7,68 0,07	169,29 86,4 35,03	1,49 35,2 23,85	0,21 0,06 0	0 2,08 0	0,15 0 0,05	13,37 192 1,27	1,34 0,16 0,01	115,34 144 1,59	41,08 22,4 0,02
694	пшено молоко масло сливочное сахар	49,5 160 5,3 5,3	5,7 4,64 0,04	1,63 4 3,8 0 0,4	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3	169,29 86,4 35,03 21,15	1,49 35,2 23,85 0	0,21 0,06 0	0 2,08 0	0,15 0 0,05 0 0,52	13,37 192 1,27 0,16	1,34 0,16 0,01 0,02	115,34 144 1,59 0 34,8	41,08 22,4 0,02 0
694	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда	49,5 160 5,3 5,3	5,7 4,64 0,04 0 3,16	1,63 4 3,8 0 0,4	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3	169,29 86,4 35,03 21,15 94	1,49 35,2 23,85 0	0,21 0,06 0 0 0,06	0 2,08 0 0	0,15 0 0,05 0 0,52	13,37 192 1,27 0,16 9,2	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8	115,34 144 1,59 0 34,8	41,08 22,4 0,02 0 13,2
694	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов	49,5 160 5,3 5,3 40	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54	0,21 0,06 0 0 0,06 0,27	0 2,08 0 0 0 2,08	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5
694	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны.	49,5 160 5,3 5,3 40	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54	0,21 0,06 0 0 0,06 0,27	0 2,08 0 0 0 2,08	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5
694	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны.	49,5 160 5,3 5,3 40 х изделия	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 й для пр	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54	0,21 0,06 0 0,06 0,27	0 2,08 0 0 0 2,08	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 цеобраз	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 ых школах	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 ×/Ποд. Рес	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 3. B.T. 26,3
694	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны.	49,5 160 5,3 5,3 40	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54	0,21 0,06 0 0 0,06 0,27	0 2,08 0 0 0 2,08	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла	49,5 160 5,3 5,3 40 x usdenuu 150 40	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 <u>a</u> ∂nn np 1,83 0,6	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 muŭ of: 21,75 3,52	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54	0,21 0,06 0 0 0,06 0,27 тания I	0 2,08 0 0 0 2,08 7pu o6u 10,3	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 цеобраз 2,4 0,04	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 ых школах 1,18 0,56	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 ×///oð. Ped 53,03 17,2	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая	49,5 160 5,3 5,3 40 х изделии 150 40 20	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 й для пр 1,83 0,6 0,36	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 0,04 0,02	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 muŭ of 21,75 3,52 0,94	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6	0,21 0,06 0 0,06 0,27 тания и 0,5 0,008 0,006	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 0,2 2,4 0,04 0,002	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 ых школах 1,18 0,56 0,12	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 ×//To∂. Pec 53,03 17,2 6,2	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая	49,5 160 5,3 5,3 40 х изделия 150 40 20	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 й для пр 1,83 0,6 0,36 0,4	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 muŭ o6. 21,75 3,52 0,94 3,26	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 4eo6pas 2,4 0,04 0,002 0,02	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 ых школах 1,18 0,56 0,12 0,18	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 3. B.T. 26,3 8,8 3,2 4,6
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель	49,5 160 5,3 5,3 40 150 40 20 20	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 й для пр 1,83 0,6 0,36 0,4	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08 0,01	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 muŭ of: 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200	0,21 0,06 0 0,06 0,27 мания и 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 0,04 0,04 0,002 0,02 0,04	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 *///od. Pec 53,03 17,2 6,2 11,6 5,5	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый	49,5 160 5,3 5,3 40 150 40 20 20 10	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 й для пр 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 ых школах 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 x //Tod. Pec 53,03 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 8.8 3,2 4,6 3,8 1,4
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар	49,5 160 5,3 5,3 40 150 40 20 20 10 7,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1 3,38	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002 0,08	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон	49,5 160 5,3 5,3 40 20 20 10 10 7,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1 3,38 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002 0,08 2,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон соль	49,5 160 5,3 5,3 40 20 20 10 10 7,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1 3,38 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002 0,08 2,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырных Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон соль сметана	49,5 160 5,3 5,3 40 20 20 10 10 7,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1 3,38 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002 0,08 2,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон соль сметана коренье петрушки	49,5 160 5,3 5,3 40 20 20 10 10 7,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1 3,38 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002 0,08 2,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырны. Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон соль сметана коренье петрушки кислота лимонная	49,5 160 5,3 5,3 40 20 20 10 10 7,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1 3,38 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002 0,08 2,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырных Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон соль сметана коренье петрушки кислота лимонная петрушка	49,5 160 5,3 5,3 40 150 40 20 20 10 7,5 5 2,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 10,54 едприя 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5 0	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 muŭ o6. 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0 2,5	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95 9,98	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5 0	0,21 0,06 0 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011 0 0	0 2,08 0 0 0 2,08 4 0,5 1 3,38 0 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,08 2,2 0	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5 0 0,08	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1 0	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0 0
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырных Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон соль сметана коренье петрушки кислота лимонная петрушка хлеб	49,5 160 5,3 5,3 40 20 20 10 10 7,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 1,83 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 едприя 4,9 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5	0,21 0,06 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011	0 2,08 0 0 0 2,08 10,3 4 9 4 0,5 1 3,38 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,04 0,002 0,08 2,2	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0
	пшено молоко масло сливочное сахар хлеб Энергетическая пищевая ценность обеда с 12 часов до 15 часов Сборник рецептур блюд и кулинырных Борщ с капустой и картофелем свекла капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатная паста масло растительное сахар бульон соль сметана коренье петрушки кислота лимонная петрушка	49,5 160 5,3 5,3 40 150 40 20 20 10 7,5 5 2,5	5,7 4,64 0,04 0 3,16 10,38 0,6 0,36 0,4 0,13 0,14 0,36 0	1,63 4 3,8 0 0,4 10,54 10,54 едприя 0,04 0,02 0,08 0,01 0,02 0 5 0	32,92 7,68 0,07 5,29 19,3 45,79 muŭ o6. 21,75 3,52 0,94 3,26 0,69 0,82 1,425 0 2,5	169,29 86,4 35,03 21,15 94 321,47 218,6 16,8 5,6 15,4 3,5 4,1 7,65 44,95 9,98	1,49 35,2 23,85 0 0 60,54 0 0,8 0,6 0,6 200 0 22,5 0	0,21 0,06 0 0 0,06 0,27 0,5 0,008 0,006 0,024 0,006 0,005 0,011 0 0	0 2,08 0 0 0 2,08 4 0,5 1 3,38 0 0	0,15 0 0,05 0 0,52 0,2 0,2 2,4 0,04 0,002 0,02 0,08 2,2 0	13,37 192 1,27 0,16 9,2 207,09 34,45 14,8 9,6 2 2,7 3,1 1,5 0 0,08	1,34 0,16 0,01 0,02 0,8 1,53 1,18 0,56 0,12 0,18 0,07 0,08 0,17 0	115,34 144 1,59 0 34,8 260,93 260,93 17,2 6,2 11,6 5,5 5,8 5,1 0,1 0	41,08 22,4 0,02 0 13,2 63,5 26,3 8,8 3,2 4,6 3,8 1,4 3,75 0 0

				Пище		цества (г)	Энерг етиче							
			Масса порции	Б	Ж	У	ская							
	пятница	Прием пищи,	(г)		г				Витак	ины (м	ıΓ)	ьные веще	ества (мг)	
	вторая неделя	наимен						А (мкг)	B1	С	Е	Ca	Fe	Р
	Сборник рецептур блюд и кулинырных изо Лапшиной-М:"Хлебпродиформ",2004 г.	делий дл	ля предп _і	риятий	і общес	твенного	питан	ия при	общеоб	разова	тельных	школах /По	од. Ред. В.	Т.
	Макоароны отварные с сыром	200	11,42	10,32	53,25	412,88	80,1	0,11	0,14	1,07	188,84	1,19	154,79	18,66
	макоронные изделия	61,25	6,74	0,79	43,25	207,03	0	0,1	0	0,92	11,64	0,98	53,29	11,64
	масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	22,5	0	0	0,05	1,2	0,01	1,5	0,02
	сыр	20	4,64	59	0	72,8	57,6	0,01	0,14	0,1	176	0,2	100	7
	Сборник методических рекомендаций по	организ	вации пи	тания (ı подрост 2008	ков в уч	нережд	ениях о	бразов	ания Санк	т-Петерб	урга СП	б.: Речь,
204	Кисель	200	0,1	0	30,79	121,02	0	0	0	0	0,3	0,03	0	0
	Кисель (концентрат)	24	0,1	0	20,81	81,12	0	0	0	0	0	0	0	0
	Сахар	0,3	0	0,3	1,19	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая		6,84	0,79	64,06	288,15	0	0,1	0	0,92	11,64	0,98	53,29	11,64
204	полдник													
204	с 11 часов до 12 часов													
	Сборник методических рекомендаций по	организ	вации пи	тания (детей і	ı подрост	ков в уч	чережд	ениях о	бразов	ания Санк	т-Петерб	урга СП	б.: Речь,
	суп молочный с вермешелью	200	7,91	6,31	23,64	189,74	48,14	0,1	1,35	0,01	249,54	0,43	202,14	32,06
	вермешель	20	2,3	0,58	13,4	69	0	0,03	0	0	17,2	0,24	27,8	5
	молоко	193,3	5,6	4,83	7,73	102,5	42,52	0,07	1,35	0	231,96	0,19	173,97	27,06
	сахар	2,5	0	0	2,5	9,98	0	0	0	0	0,08	0	0	0
	чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
261	чай	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
	сахар	20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая ценность обеда		8,11	6,81	38,68	251,11	48,64	0,1	1,45	0,01	254,99	1,3	210,38	36,46
	с 12 часов до 15 часов													
	Сборник рецептур блюд и кулинырных	с изделий	й для пи	тания і	школьн	иков /Под.	Ред. №	1.П. Мо	гильног	o u B.A	. Тутелья	на М.:Де	Ли принт,	2005
	Суп харчо	200	3,93	4,9	16,84	120,88	7,12	4,97	6,19	21,3	152,84	9	10	11
694	картофель	20	0,4	0,08	3,26	15,4	0,6	0,024	4	0,02	2	0,18	11,6	4,6
	крупа рисовая	0,01	3,78	0,54	39,96	179,82	0	0,04	0	0,22	4,32	0,54	81	27
	морковь	30	1,44	0,08	3,76	22,4	2,4	0,02	36	0,08	18,4	0,48	24,8	12,8
	лук репчатый	10	0,14	0,02	0,82	4,1	0	0,005	1	0,02	3,3	0,08	5,8	1,4
101	томатная пюре	0,3	0	0	0,3	1,19	0	0	0	0	0	0	0	0
	масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05	22,5	0	0	0,05	1,2	0,01	1,5	0,02
	Сборник рецептур блюд и кулинырных	с изделий	й для пи	тания і	школьн	иков /Под.	Ред. М	1.П. Мо	гильног	o u B.A	. Тутелья	на М.:Де	Ли принт,	2005
	чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,04	61,37	0,5	0	0,1	0	5,45	0,87	8,24	4,4
101	чай	3	0,2	0,05	0,07	1,52	0,5	0	0,1	0	4,95	0,82	8,24	4,4
	сахар	20	0,06	0,01	0,21	2,38	0,14	0	2,8	0,01	2,8	0,04	1,54	0,84
	хлеб	40	3,16	0,4	19,3	94	0	0,06	0	0,52	9,2	0,8	34,8	13,2
	Энергетическая пищевая ценность обеда		4,13	5,4	31,9	182,3	7,62	4,97	6,29	21,3	158,29	9,87	18,24	15,4

Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания шк	ольнико	ов /Под.	Ред. А.И.	Здобо	з, М.И.	Переси	чный	М.:ДеЛи і	принт, 200)5	
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания шк	ольнико	ов /Под.	. Ре∂. М.П	. Могил	і озона	u B.A. T	утелья	яна. <i>- М.:Д</i>	еЛи принт	, 2005	
Сборник рецептур на прдукцию для обучающихс	я во все	х оброзо	ватель	ьных уч	реждения	к /Под.	Ред. М	'.П. Моа	гильног	o u B.A. T	утельяна.	- М.:ДеЛи	принт, 20
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пре	дприяти	й обще	ственн	юго пита	ния при	общео	бразов	ательн	ых школа	х /Под. Рес	Э. В.Т. Лап	шиной-М:'
Сборник технологических нормативов, рецепту	/р блюд	и кулины	ірных и	зделий	для шко.	пьных с	бразов	ателы	ных учр	еждений,	школ-инте	ернато, де	етских дол
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пре	дприяти	й обще	ственн	юго пита	ния /Ав	тсосп	п.: А.И.	Здобно	в, В.А. Ць	іганенко, Л		
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания шк	ольнико	ов /Под.	Ред. М.П	. Могил	ьного.,	2007					
Сборник технологических нормативов, рецепту	/р блюд	и кулины	ірных и	зделий	для шко.	п/ Под µ	редакци	іей А.Я	. Перев	алова - Пе	ермь 5е из		
													,
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания дег	пей в д	ошколь	ных орган	изация	х /Под.	Ред. М	.П. Мог	ильного и	B.A. Tyme		
Сборник рецептур и блюд кулинырных изделий	для пип	пания де	тей до	школьн	ых образо	вател	ьных уч	режден	ниях /По	од. Ред. М	.П. Могиль	ного и В.А	\. Тутелья
Сборник методических рекомендаций по органи	зации пи	ітания д	етей и	подрос	стков в уч	ережде	ниях об	бразова	ния Са	нкт-Пете	ербурга (
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пре	дприяти	й обще	ственн	юго пита	ния / А.	И. Здоб	нов, В.	А. Цыга	аненко, М.	И Пересич		
Сборник рецептур на продукцию для обучающих	ся во вс	ех образ	овател	тьных у	чреждени	ях./ Пос	д. Ред. I	И.П. Мα	гильно	ео и В.А.	Тутельяна		
													-
Сборник технологических нормативов, рецепту частях - под ред. Доц. Коровка Л.С., доц. Доброс		-								чреждени	ій, в 2-х		
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания шк	ольнико	ов /Под.	Ред. А.И.	Здобо	з, М.И.	Переси	чный	М.:ДеЛи і	принт, 200)5	
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания шк	ольник	ов /Под.	Ред. М.П	. Могил	ьного и	ı B.A. T	утелья	ана М.:Д	еЛи принт	, 2005	
Сборник рецептур на прдукцию для обучающих	я во все	х оброзо	ватель	ьных уч	реждения	к /Под.	Ред. М	.П. Moa	гильног	o u B.A. T	утельяна.	- М.:ДеЛи	принт, 20
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пре	дприяти	й обще	ственн	юго пита	ния при	общео	бразов	ательн	ых школа	х /Под. Рес	Э. В.Т. Лап	шиной-М:".
Сборник технологических нормативов, рецепту	•	,	•				•		, ,	,			
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пре	дприяти	й обще	ственн	юго пита	ния /Аві	mcocn	п.: А.И.	Здобно	в, В.А. Ць	іганенко, Л	<i>1.И Перес</i> и	ичный. - К.:
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания шк	ольнико	ов /Под.	Ре∂. М.П	. Могил	ьного.,	2007					
Сборник технологических нормативов, рецепту	/р блюд	и кулины	ірных и	зделий	для шко	п/ Под µ	редакци	іей А.Я	. Перев	алова - Пе	ермь 5е из	дание , 20	13 года.
Сборник рецептур блюд и кулинырных изделий	для пит	ания дег	пей в д	ошколь	ных орган	изация	х /Под.	Ред. М	.П. Мог	ильного и	B.A. Tyme	льяна М	І.:ДеЛи при
Сборник рецептур и блюд кулинырных изделий	для пип	пания де	тей до	школьн	ых образо	вател	ьных уч	режден	ниях /По	од. Ред. М	.П. Могиль	ного и В.А	A. Тутелья