Согласовано
И.о. руководителя межрайонного
территориального отдела
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю №1
_____ А.Н. Нестеров
02 сентября 2024 г.

Утверждаю
И.о. директора МОУ СОШ №16
_____ И.А. Ковальчук
02 сентября 2024 г.

Перспективное 14-дневное меню и пищевая ценность

приготовляемых блюд школьных завтраков и обедов

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

МОУ «Средняя общеобразовательная школа №16»

на 2024 – 2025 учебный год

(бюджетные средства)

Возрастная категория: 7 – 11 лет

Наделя: первая

№	Наименование блюда	Выход (гр.)	Б	Ж	У	Ккал	Витамины				Минеральные вещества		Mg	Fe
							B1	C	A	E	Ca	P		
	1день													
	Завтрак													
237	запеканка из творога	150	27,9	23,5	29,4	449,3	0,1	0,9	0,1	2,3	39,9	124	194,4	1,4
	кондитерские изделия (печенье)	50	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	0,01	8	82	42	0,6
382	какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	0	1	0	0	14	121	90	1
	яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	0	0	0,05	16	11	2,2
	Итого	**500**	**32,7**	**26,9**	**85**	**726,3**	**0,14**	**21,9**	**0,1**	**2,31**	**61,95**	**343**	**337,4**	**5,2**
	Обед													
84	борщ с картофелем и фасолью	200	12,48	9,41	2,51	173,88	0,1	6,7	0	3,1	54,18	99,5	34,45	1,73
291	плов из мяса цыплят бройлеров	240	24,27	13,42	12,48	267,4	0,15	6,57	28,14	6,27	36,28	190,28	54,21	1,88
389	сок фруктовый	200	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	8	14	8	2,8
2	хлеб ржаной	20	1,92	0,32	19,92	39,96	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	2,5	1,6	77,06	376	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**700**	**42,17**	**24,95**	**131,57**	**940,64**	**3,85**	**17,27**	**28,14**	**9,51**	**117,26**	**388,98**	**107,9**	**7,17**

2 день

	Завтрак													
443	вареники из п\ф промышленного производства	170	27,8	25,6	10,6	322	0,1	1,27	0,14	0,074	222,5	277,6	0	0
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
393	Чай с лимоном	200\15\7	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5
	Итого:	**492**	**28,6**	**26**	**32,2**	**418,5**	**0,4**	**4,57**	**0,14**	**8,074**	**260,2**	**317,08**	**16,22**	**1,62**

	Обед													
98	суп крестьянский с крупой	200	5,01	7,27	33,8	223	0,1	16,5	0,2	0,3	23,6	55,1	24,3	1
302	каша гречневая рассыпчатая	150	4,32	2,45	45,2	247,2	0	0	0	0,3	11	78	16,22	1,6
260	гуляш	90	10,69	11,27	2,62	131,2	0,01	0,96	0	0,03	18,88	93,63	16,22	1,6
376	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**700**	**24,41**	**21,43**	**142,66**	**868**	**3,71**	**17,49**	**0,2**	**0,77**	**83,38**	**314,73**	**69,38**	**5,24**

3 день

	Завтрак													
211	Омлет с сыром	120	10,1	16,7	1,9	198,1	0,1	0	0,2	3,4	13,3	80	173,4	1,9
###	горошек зеленый консервированный отварной	60	1,6	0,1	3,2	19,4	0,1	5	0	0,6	10	31	10,5	0,4
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103.5	0	1,3	0	0	62,1	53,5	29,33	2,4
	яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
1	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**500**	**16,8**	**19,8**	**51,3**	**349**	**0,5**	**6,3**	**0,2**	**12,7**	**117**	**203,78**	**214,67**	**4,94**

	Обед													
99	Суп из овощей	200	3	4,2	10,2	91	0,1	11	0,2	0,2	22	30	53	0,8
295	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят с соусом сметанным	90	14,43	17,95	11,59	262,95	0	1,48	0,11	0,6	9,32	160,11	19,16	1,21
305	Рис отварной	150	3,6	4,7	38,4	211,1	0	0	0	0,3	27,9	8,9	16,33	0,53
349	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	17,46	69,66	0	0	0	0	8,46	0	4,4	0,9
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**700**	**25,35**	**27,27**	**123,69**	**841,31**	**3,7**	**12,48**	**0,31**	**1,24**	**86,48**	**284,21**	**104,13**	**4,2**

4 день

	Завтрак													
182	Каша жидкая молочная пшенная	220	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	0,3	61,8	108.3	35,2	0,5
	кондитерские изделия (печенье)	50	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
1	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**500**	**7,77**	**7,42**	**85,7**	**444,1**	**0,3**	**1,33**	**0**	**9**	**104,5**	**42,08**	**38,04**	**1,02**

	Обед													
87	щи из свежей капусты и картофеля	200	1,8	5	6,9	86,6	0	33,4	0,2	2,2	19,3	51,5	36,2	0,9
229	Рыба, тушеная с овощами	90	8,72	4,73	3,04	94,4	0,05	3,29	4,24	0,02	30,73	105,48	238,3	0,8
310	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,28	0,16	20,99	0	0,012	14,64	79,69	8	2,8
354	Кисель из сухофруктов	200	0,24	0,02	32,82	151,2	0,01	0,24	0	0	18,28	10,78	4,44	0,69
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**700**	**17,94**	**14,49**	**111,81**	**681,08**	**3,82**	**57,92**	**4,44**	**2,372**	**101,75**	**332,65**	**298,18**	**5,95**

5 день

I смена

	Завтрак													
443	вареники из п\ф промышленного производства	180	27,8	25,6	10,6	322	0,1	1,27	0,14	0,074	222,5	277,6	0	0
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**500**	**29,87**	**26,22**	**54,6**	**513,5**	**0,4**	**1,3**	**0,14**	**8,774**	**265,2**	**319,68**	**2,84**	**0,52**

II СМЕНА

	Обед													
81	борщ	200	1	4,86	8,57	91,25	0,03	10,93	0	4,4	52,53	46,1	23,13	1,1
278	тефтели (2 вариант)	90\30	5,68	6,34	7,43	228	0,04	0,53	24,58	0,02	20,26	64,04	13,29	0,63
302	каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	0,3	11	78	16,22	1,6
349	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	17,46	69,66	0	0	0	0	8,46	0	4,4	0,9
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**730**	**10,28**	**15,8**	**53,7**	**525,25**	**0,07**	**11,46**	**24,58**	**4,72**	**83,79**	**188,14**	**52,64**	**3,33**

Неделя: вторая

6 ДЕНЬ

	Завтрак													
237	запеканка из творога	230	27,9	23,5	29,4	449,3	0,1	0,9	0,1	2,3	39,9	124	13,1	0,8
	кондитерские изделия (печенье)	50	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
382	какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	0	1	0	0	14	121	29,33	2,4
	Итого:	**480**	**31,2**	**26,4**	**64,1**	**630,3**	**0,4**	**1,9**	**0,1**	**10,3**	**79,9**	**257,28**	**43,15**	**3,32**

	Обед													
102	Суп картофельный с горохом	200	5,6	5,4	17,5	140,7	0,2	9,8	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1
259	жаркое по домашнему	240	9,64	10,46	8,32	165,97	0,11	10,8	0	1,57	22,01	7,76	1,91	1,9
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
1	**Итого:**	**700**	**19,63**	**16,3**	**86,86**	**573,27**	**3,91**	**20,63**	**0,3**	**5,71**	**87,51**	**144,56**	**98,25**	**5,04**

7 день

	Завтрак													
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	8,3	8,3	40	267	0,1	1,3	0,1	1	42,6	135,5	210,3	2,6
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
1	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**520**	**10,37**	**8,92**	**84**	**458,5**	**0,4**	**1,33**	**0,1**	**9,7**	**85,3**	**177,58**	**213,14**	**3,12**

	Обед													
103	суп с макаронными изделиями	200	2,3	5,3	16,4	122,4	0,1	16,8	0,2	2,5	27,8	28	71,8	1,2
210	плов из мяса цыплят бройлеров	240	18,11	9	36,64	300,16	0,15	6,57	28,14	6,27	36,28	190,28	54,21	1,88
389	сок фруктовый	200	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	8	14	8	2,8
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**700**	**25,73**	**14,92**	**118,68**	**712,56**	**3,85**	**27,37**	**28,34**	**8,91**	**90,88**	**317,48**	**145,25**	**6,64**

8 день

	Завтрак													
211	Омлет с сыром	150	10,1	16,7	1,9	198,1	0,1	0	0,2	3,4	13,3	80	173,4	1,9
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
393	Чай с лимоном	200\15\7	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого	**502**	**12,5**	**17,3**	**42,6**	**379,1**	**0,4**	**3,3**	**0,2**	**12,1**	**56,6**	**146,48**	**3013,56**	**3,64**
	Обед													
81	борщ	200	1	4,86	8,57	91,25	0,03	10,93	0	4,4	52,53	46,1	23,13	1,1
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,4	0,7	34,7	166,5	0,1	0	0	1,1	15,2	45,3	29,31	1,16
295	цыплят с соусом сметанным	90\30	14,43	17,95	11,59	262,95	0	1,48	0,11	0,6	9,32	160,11	19,16	1,21
349	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	17,46	69,66	0	0	0	0	8,46	0	4,4	0,9
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**730**	**25,15**	**23,93**	**118,36**	**796,96**	**3,73**	**12,41**	**0,11**	**6,24**	**104,31**	**336,71**	**87,24**	**5,13**

9 день

	Завтрак													
443	вареники из п\ф промышленного производства	180	27,8	25,6	10,6	322	0,1	1,27	0,14	0,074	222,5	277,6	0	0
	бананы свежие	100	1,5	0,5	31	96	0,5	10	0,1	0,4	12	28	40	0,1
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103.5	0	1,3	0	0	62,1	53,5	29,33	2,4
1	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**500**	**34**	**28,7**	**77,9**	**502,5**	**0,6**	**12,57**	**0,24**	**1,174**	**302,2**	**386,1**	**70,05**	**2,62**

	Обед													
	кукуруза консервированная отварная	60	1,2	1,7	5,9	44,18	0,01	2,8	8,4	0,02	5,6	29,9	0,13	0,25
114	лапша домашняя	200	2,57	5,55	11,62	115,75	0,05	0,5	12,5	4,2	28,55	38,5	10,68	0,65
290	бройлер -цыпленок тушеный в сметанном соусе с томатом	90\30	9,83	8,85	3,87	134,42	0,05	1,88	35,07	0	36,29	79,24	13,55	0,87
304	Рис отварной	150	3,6	4,7	38,4	211,1	0	0	0	0,3	27,9	8,9	16,33	0,53
354	Кисель из сухофруктов	180	0,24	0,02	32,82	151,2	0,01	0,24	0	0	18,28	10,78	4,44	0,69
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**770**	**20,56**	**19,54**	**132,75**	**819,07**	**3,71**	**2,62**	**47,57**	**4,64**	**129,82**	**222,62**	**56,24**	**3,5**

10 день

	Завтрак													
	бананы свежие	100	1,5	0,5	31	96	0,5	10	0,1	0,4	12	28	40	0,1
181	каша жидкая молочная из манной крупы	200	5,75	3,31	40,22	214,29	0,08	1,12	17,15	0	125,4	109,71	0	0
382	какао с молоком	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
6	масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	66	3	0	40	0	2,4	3	0	0,02
1	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**530**	**7,5**	**10,79**	**74,46**	**424,79**	**3,08**	**1,15**	**57,15**	**0,7**	**144,5**	**142,51**	**2,12**	**0,42**

	Обед													
103	суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,9	2,8	19	117	0,1	6	0,2	0,4	21	22	54	0,9
302	каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	0,3	11	78	16,22	1,6
279	тефтели 2 вариант	90\30	5,68	6,34	7,43	228	0,04	0,53	24,58	0,02	20,26	64,04	13,29	0,63
349	компот из смеси сухофруктов	180	0	0	17,46	69,66	0	0	0	0	8,46	0	4,4	0,9
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**710**	**17,5**	**14,16**	**127,63**	**827,26**	**3,74**	**6,53**	**24,78**	**0,86**	**79,52**	**249,24**	**99,15**	**4,79**

11 день

	Завтрак													
182	Каша жидкая молочная из пшенной крупы	220	8,3	8,3	40	267	0,1	1,3	0,1	1	42,6	135,5	210,3	2,6
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**540**	**10,37**	**8,92**	**84**	**458,5**	**0,4**	**1,33**	**0,1**	**9,7**	**85,3**	**177,58**	**213,14**	**3,12**

	Обед													
108	суп картофельный с клецками	200	2,3	5,3	16,4	122,4	0,1	16,8	0,2	2,5	27,8	28	71,8	1,2
291	плов из мяса цыплят бройлеров	240	18,11	9	36,64	300,16	0,15	6,57	28,14	6,27	36,28	190,28	54,21	1,88
389	сок фруктовый	200	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	8	14	8	2,8
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**700**	**25,73**	**14,92**	**118,68**	**712,56**	**3,85**	**27,37**	**28,34**	**8,91**	**90,88**	**317,48**	**145,25**	**6,64**

12 день

	Завтрак													
211	Омлет с сыром	160	10,1	16,7	1,9	198,1	0,1	0	0,2	3,4	13,3	80	173,4	1,9
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
393	Чай с лимоном	200\15\7	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5
1	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого	**502**	**12,5**	**17,3**	**42,6**	**379,1**	**0,4**	**3,3**	**0,2**	**12,1**	**56,6**	**146,48**	**5906,93**	**3,64**
	Обед													
99	суп из овощей	200	1	4,86	8,57	91,25	0,03	10,93	0	4,4	52,53	46,1	23,13	1,1
289	рагу из мяса цыплят	240	5,4	0,7	34,7	166,5	0,1	0	0	1,1	15,2	45,3	29,31	1,16
349	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	17,46	69,66	0	0	0	0	8,46	0	4,4	0,9
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**700**	**10,72**	**5,98**	**106,77**	**534,01**	**3,73**	**10,93**	**0**	**5,64**	**94,99**	**176,6**	**68,08**	**3,92**

13 день

	Завтрак													
182	каша жидкая молочная из рисовой крупы	230	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,27	0,14	0,074	222,5	277,6	0	0
393	чай с лимоном	200\15\7	0,07	0,5	31	96	0,5	10	0,1	0,4	12	28	40	0,1
15	сыр российский	15	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	62,1	53,5	18,7	0,3
1	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**497**	**10,47**	**9,9**	**109**	**536,6**	**0,5**	**12,57**	**0,24**	**1,174**	**302,2**	**386,1**	**59,42**	**0,52**

	Обед													
102	суп картофельный с горохом	200	16,63	11,63	7,5	200,5	0,05	0,5	12,5	4,2	28,55	38,5	10,68	0,65
290	бройлер-цыпленок тушеный в сметанном соусе с томатом	90/30	9,83	8,85	3,87	134,42	0,05	1,88	35,07	0	36,29	79,24	13,55	0,87
304	Рис отварной	150	3,6	4,7	38,4	211,1	0	0	0	0,3	27,9	8,9	16,33	0,53
354	Кисель из сухофруктов	180	0,24	0,02	32,82	151,2	0,01	0,24	0	0	18,28	10,78	4,44	0,69
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**710**	**34,62**	**25,62**	**128,63**	**903,82**	**3,71**	**2,62**	**47,57**	**4,64**	**129,82**	**222,62**	**56,24**	**3,5**

14 день

	Завтрак													
	бананы свежие	100	1,5	0,5	31	96	0,5	10	0,1	0,4	12	28	40	0,1
181	каша жидкая молочная из манной крупы	200	5,75	3,31	40,22	214,29	0,08	1,12	17,15	0	125,4	109,71	0	0
382	какао с молоком	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
6	масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	66	3	0	40	0	2,4	3	0	0,02
1	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12
	Итого:	**530**	**7,5**	**10,79**	**74,46**	**424,79**	**3,08**	**1,15**	**57,15**	**0,7**	**144,5**	**142,51**	**2,12**	**0,42**

	Обед													
96	Рассольник ленинградский	200	3,9	2,8	19	117	0,1	6	0,2	0,4	21	22	54	0,9
302	каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	0,3	11	78	16,22	1,6
279	тефтели 2 вариант	90\30	5,68	6,34	7,43	228	0,04	0,53	24,58	0,02	20,26	64,04	13,29	0,63
349	компот из смеси сухофруктов	180	0	0	17,46	69,66	0	0	0	0	8,46	0	4,4	0,9
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	**710**	**17,5**	**14,16**	**127,63**	**827,26**	**3,74**	**6,53**	**24,78**	**0,86**	**79,52**	**249,24**	**99,15**	**4,79**

Меню составлено согласно нормативных документов:

1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях (сборник технических нормативов)/ под редакцией Тутельяна В.А.,
2. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Скурихин И.М., Тутельян В.А. - Москва, 2015г.