

Составлено: *Людмила С.В.*
 Директор школы



Утверждаю:
 ИП Рвачев С.В.
 Рвачев С.В.



Меню
 для учащихся с ограниченными возможностями здоровья
 Возрастная категория 7-11 лет в летний период 2026
 Ремонтненского района, Ростовской области

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК							
	Омлет натуральный	200	18,66	16,90	1,02	230,78	210M
	Сыр(порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54	15M
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Какао с молоком	200	4,26	3,60	13,30	105,58	54-21гн
	Кондитерское изделие(пирожное)	32	2,80	2,53	0,15	34,62	пром-ое пр-во
	Фрукты свежие (яблоко)	150	13,99	12,67	0,76	173,08	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	637	46,58	42,01	22,99	659,74	
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	9,30	8,45	0,50	115,39	71M
	Борщ с картофелем и капустой и со сметаной	260	24,26	21,97	1,33	300,01	82M
	Жаркое по- домашнему из мяса птицы	200	18,65	16,89	1,01	230,77	54-28м
	Кисель	200	0,32	0,00	39,40	160	648Л
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Молочный коктейль (чудо)	200	18,66	16,90	1,02	230,78	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ОБЕД	1058	79,4	67,27	77,77	1235,85	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1695	125,98	109,28	100,76	1895,59	
День 2							
ЗАВТРАК							
	Запеканка из творога с молоком сушенным	150	13,99	12,68	0,76	173,08	223M
	Масло сливочное(порциями)	25	0,20	18,12	0,32	165	14M

	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Кофейный напиток с молоком	200	18,66	16,90	1,02	230,78	54-23гн
	Молочный коктейль (чудо)	200	18,66	16,90	1,02	230,78	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		615	54,9	66,49	10,88	861,32	
ОБЕД	Салат из овощей	100	9,33	8,45	0,51	115,39	29 М
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	23,32	21,12	1,27	288,47	103М
	Фишболы	90	12,28	1,35	0,41	63,1	471
	Картофельное пюре	180	16,79	15,21	0,92	207,7	128М
	Компот	200	18,66	16,90	1,02	230,78	349 М
	Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый т/п	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД		1098	89,45	69,61	47,12	1173,23	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1713	144,35	136,1	58	2034,55	
День 3							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой(гречневой)	200	4,90	4,18	16,22	122,94	121М
	Масло сливочное(порциями)	25	0,20	18,12	0,32	165	14М
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Фрукты свежие (яблоко)	150	13,99	12,67	0,76	173,08	пром-ое пр-во
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	32,22	54-3гн
	Кисломолочная продукция(йогурт)	230	8,01	5,34	35,67	222	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		845	30,75	42,2	67,97	776,92	
ОБЕД	Салат из сырых овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,9	29М
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,20	5,60	18,70	146,25	102М
	Котлеты, биточки, шницели	90	10,84	28,40	9,83	327,51	268М
	Макаронные изделия отварные	180	6,82	4,90	41,81	238,25	309М
	Сок фруктовый	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД		918	33,96	48	151,23	1162,61	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1763	64,71	90,2	219,2	1939,53	

День 4										
ЗАВТРАК										
Суп молочный с крупой(пшено)	200	4,76	4,17	17,86	128,88	121M				
Сыр(порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54	15M				
Масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,50	0,26	132	14M				
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	29,84	54-2ГН				
Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во				
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во				
Фрукты свежие (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86	пром-ое пр-во				
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	675	13,79	25,38	49,1	492,4					
ОБЕД										
Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	9,30	8,45	0,50	115,39	71M				
Суп картофельный с рисовой крупой	250	2,13	3,38	17,42	108,98	101M				
Нагетсы, стрипсы, байтсы	90	13,68	17,36	0,04	210,78	595				
Капуста тушеная	180	4,59	7,24	19,01	162,83	139M				
Кисель	200	0,32	0,00	39,40	160	648 Л				
Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во				
Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во				
Молочный коктейль (чудо)	200	18,66	16,90	1,02	230,78	пром-ое пр-во				
ИТОГО ЗА ОБЕД	1098	60,68	64,72	77,96	1141,42					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:										
	1773	74,47	90,1	127,06	1633,82					
День 5										
ЗАВТРАК										
Сырники из творога с молоком стуженным	160	23,80	19,07	15,98	331,63	219M				
Сыр(порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54	15M				
Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14M				
Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во				
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во				
Кофейный напиток с молоком	200	18,66	16,90	1,02	230,78					
Сок фруктовый т/п	200	1,80	0,00	42,60	177,8	54-23ГН				
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	625	51,21	49,532	67,49	921,89					
ОБЕД										
Салат из овощей	100	9,33	8,45	0,51	115,39	29 M				
Суп картофельный с рыбами фрикадельками	250	10,28	4,23	18,65	154,22	106,107M				
Плов	220	22,50	50,00	36,44	686,77	265M				
Компот	200	18,66	16,90	1,02	230,78	349 M				
Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во				

	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый т/п	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
1693 121,99 132,172 201,22 2485,75							
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	200	5,74	3,10	42,12	220	175М
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209М
	Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14М
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	29,84	54-2гн
	Фрукты свежие (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
690 16,29 17,24 73,51 526,32							
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	9,30	8,45	0,50	115,39	71М
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	2,18	6,68	9,67	108,86	88М
	Фишболы	90	12,28	1,35	0,41	63,1	471
	Картофельное пюре	180	16,79	15,21	0,92	207,7	128М
	Кисель	200	0,10	0,12	25,10	119,2	648 Л
	Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД							
1108 49,72 38,39 79,59 882,04							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
1798 66,01 55,63 153,1 1408,36							
День 7							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,72	4,69	17,46	131,68	120 М
	Масло сливочное(порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99	14М
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Какао с молоком	200	4,26	3,60	13,30	105,58	54-21гн
	Кондитерское изделие (зефир)	42	2,80	9,66	27,72	201,6	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
497 15,29 30,72 66,43 599,54							
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,55	5,08	9,39	90,52	45М

	Суп картофельный с фрикадельками	250	8,42	17,10	18,08	260,3	104,105M
	Птица тушеная	100	11,23	29,67	3,31	325,99	290 M
	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,28	5,78	37,18	234,3	171M
	Кисель	200	0,32	0,00	39,40	160	648 Л
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ОБЕД	948	38,01	60,69	141,87	1270,01	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1445	53,3	91,41	208,3	1869,55	
День 8							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой(пшено)	200	4,76	4,17	17,86	128,88	121M
	Сыр (порциями)	24	5,57	7,08	0,00	87,4	15M
	Масло сливочное(порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99	14M
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	32,22	54-3гн
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Фрукты свежие (яблоко)	150	13,99	12,67	0,76	173,08	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	629	28,09	36,69	33,81	582,26	
ОБЕД	Овощи натуральные (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,9	71M
	Суп картофельный с клецками	250	4,12	6,30	23,55	169,13	108,109M
	Рагу из мяса птицы	210	24,36	29,34	16,82	429,9	289M
	Компот	200	18,66	16,90	1,02	230,78	349 M
	Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Кисломолочная продукция (снежок)	500	1,2,75	11,00	49,25	346	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ОБЕД	1338	55,01	70,32	95,23	1285,7	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1967	83,1	107,01	129,04	1867,96	
День 9							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,72	4,69	17,46	131,68	121M
	Масло сливочное(порциями)	25	0,20	18,12	0,32	165	14M
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Какао с молоком	200	4,26	3,60	13,30	105,58	54-21гн
	Кисломолочная продукция(йогурт)	115	5,42	3,25	3,64	65,42	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	580	17,99	31,55	42,48	529,36	

ОБЕД	Салат из сырых овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,9	29M
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,20	5,60	18,70	146,25	102M
	Рыба запеченная	90	17,35	4,76	3,61	127,4	444
	Картофельное пюре	180	16,79	15,21	0,92	207,7	128M
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ОБЕД	918	50,44	34,67	104,12	931,95	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1498	68,43	66,22	146,6	1461,31	

День 10

ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сущенным	150	13,99	12,68	0,76	173,08	223M
	Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14M
	Сыр(порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54	15M
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209M
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Кофейный напиток с молоком	200	18,66	16,90	1,02	230,78	54-23гн
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	455	44,68	47,74	9,95	648,34	
	ОБЕД	100	9,33	8,45	0,51	115,39	29 M

ИТОГО ЗА ОБЕД	Салат из овощей	250	23,32	21,12	1,27	288,47	120M
	Суп картофельный с макаронными изделиями	100	15,74	25,83	0,82	298,69	541M
	Люля-кебаб из птицы	180	4,00	10,28	28,04	221,98	145,331M
	Картофель, тушеный с луком	200	0,10	0,12	25,10	119,2	648 Л
	Кисель	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во
	Хлеб пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	908	59,76	72,38	56,13	1133,72	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	1363	104,44	120,12	66,08	1782,06	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	200	3,76	3,77	16,10	114,12	121M
-----------------------	------------	-------------	-------------	--------------	---------------	-------------

День 11

ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	200	0,20	18,12	0,32	165	14M
	Масло сливочное(порциями)	25	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный						

	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	29,84	54-2гн	
	Фрукты свежие (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86	пром-ое пр-во	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		665	9,35	24,18	47,4	456,64		
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,55	5,08	9,39	90,52	45М	
	Суп Крестьянский	250	1,88	5,33	10,33	97,3	98М	
	Гуляш из мяса	100	11,31	29,68	3,72	328,07	260М	
	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,28	5,78	37,18	234,3	171М	
	Компот	200	18,66	16,90	1,02	230,78	349 М	
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во	
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		948	49,89	65,83	96,15	1179,87	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1613	59,24	90,01	143,55	1636,51	
День 12								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	200	18,66	16,90	1,02	230,78	210М	
	Сыр(порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36	15М	
	Какао с молоком	200	4,26	3,60	13,30	105,58	54-21гн	
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во	
	Молочный коктейль (чудо)	200	18,66	16,90	1,02	230,78	пром-ое пр-во	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		650	47,29	42,24	23,1	664,82	
ОБЕД	Салат из сырых овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,9	29М	
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,20	5,60	18,70	146,25	102М	
	Котлеты, биточки, шницели	120	14,46	37,86	10,62	436,68	268М	
	Макаронные изделия отварные	180	6,82	4,90	41,81	238,25	309М	
	Кисель из сока плодового с витамином С	200	0,32	0,00	39,40	160	358М	
	Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во	
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		928	35,16	60,98	114,7	1145,07	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1578	82,45	103,22	137,8	1809,89		
День 13								
ЗАВТРАК	Сырники из творога с молоком сгущенным	160	23,80	19,07	15,98	331,63	219М	
	Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14М	
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во	

	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	32,22	54-3гн
	Фрукты свежие (яблоко)	150	13,99	12,67	0,76	173,08	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	41,52	40,88	31,87	664,61	
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	9,30	8,45	0,50	115,39	71M
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	2,18	6,68	9,67	108,86	88M
	Рыба запеченная	90	17,35	4,76	3,61	127,4	444
	Картофельное пюре	180	16,79	15,21	0,92	207,7	128M
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД		928	55,63	38,16	91,81	936,05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1488	97,15	79,04	123,68	1600,66	
День 14							
ЗАВТРАК	Оладьи из творога со сметаной	155	13,87	18,27	23,90	359,99	225M
	Кондитерское изделие (пирожное)	32	2,80	2,53	0,15	34,62	пром-ое пр-во
	Сыр(порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54	15M
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый т/п	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
	Кофейный напиток с молоком	200	18,66	16,90	1,02	230,78	54-23гн
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		642	44,00	44,01	75,43	918,87	
ОБЕД	Салат из овощей	100	9,33	8,45	0,51	115,39	29 M
	Суп картофельный с рисовой крупой	250	2,13	3,38	17,42	108,98	101M
	Жаркое по- домашнему из мяса птицы	200	18,65	16,89	1,01	230,77	54-28M
	Компот	200	18,66	16,90	1,02	230,78	349 M
	Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Кисломолочный коктейль (чудо)	200	18,66	16,90	1,02	230,78	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД		1028	74,7	69,10	21,37	1006,69	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1670	118,7	113,11	96,8	1925,56	
День 15							
ЗАВТРАК	Фишболы	90	12,28	1,35	0,41	63,1	471

	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,21	4,34	27,89	175,73	171M
	Салат из сырых овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,9	29M
	Масло сливочное(порциями)	25	0,20	18,12	0,32	165	14M
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Фрукты свежие (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86	пром-ое пр-во
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	29,84	54-2Гн
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	805	25,17	32,14	63,38	655,25	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,55	5,08	9,39	90,52	45M
	Борщ с картофелем и капустой и со сметаной	260	24,26	21,97	1,33	300,01	82M
	Котлеты, биточки, шницели	90	10,84	28,40	9,83	327,51	268M
	Капуста тушеная	180	4,59	7,24	19,01	162,83	139M
	Кисель	200	0,10	0,12	25,10	119,2	648 Л
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый т/п	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ОБЕД	1128	51,35	65,87	141,77	1376,77	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1933	76,52	98,01	205,15	2032,02	
	День 16						
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,72	4,69	17,46	131,68	121M
	Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14M
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Какао с молоком	200	4,26	3,60	13,30	105,58	54-21Гн
	Фрукты свежие (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86	пром-ое пр-во
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	650	14,25	17,83	54,85	450,94	
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	9,30	8,45	0,50	115,39	71M
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	10,28	4,23	18,65	154,22	106,107M
	Плов	220	22,50	50,00	36,44	686,77	291 M
	Кисель	200	0,32	0,00	39,40	160	648 Л
	Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во

	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Кисломолочный напиток (чудо)	200	8,01	5,34	35,67	222	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД		1048	57,68	74,6	131,05	1428,37	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1698	71,93	92,43	185,9	1879,31	
День 17							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой маной	200	4,14	3,77	15,68	114,12	121 M
	Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14M
	кондитерское изделие (печенье)	50	3,40	4,32	33,63	187,22	пром-ое пр-во
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Кофейный напиток с молоком	200	18,66	16,90	1,02	230,78	54-23гн
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	29,67	34,13	58,22	659,8	
ОБЕД	Салат из овощей	100	9,33	8,45	0,51	115,39	29 M
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	2,18	6,68	9,67	108,86	88M
	Рагу из мяса птицы	210	24,36	29,34	16,82	429,9	289M
	Компот	200	18,66	16,90	1,02	230,78	349M
	Хлеб пшеничный	70	5,60	0,70	34,37	166,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
	Сок фруктовый т/п	200	1,80	0,00	42,60	177,8	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД		1068	64,54	64,43	105,13	1261,63	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1568	94,21	98,56	163,35	1921,43	
День 18							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	200	3,76	3,77	16,10	114,12	121M
	Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14M
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,20	7,66	38,6	пром-ое пр-во
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,69	0,10	23,08	пром-ое пр-во
	Фрукты свежие (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86	пром-ое пр-во
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	29,84	54-2гн
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		650	9,23	13,31	47,21	357,64	
ОБЕД	Овощи натуральные (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,9	71M
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	23,32	21,12	1,27	288,47	102M
	Фишболы	90	12,28	1,35	0,41	63,1	471M

Картофель, тушеный с луком	180	4,00	10,28	28,04	221,98	145,331M
Кисель	200	0,10	0,12	25,10	119,2	648 Л
Хлеб пшеничный	50	4,66	4,22	0,25	57,69	пром-ое пр-во
Хлеб ржано-пшеничный	28	2,61	2,36	0,14	32,3	пром-ое пр-во
ИТОГО ЗА ОБЕД	898	47,57	39,65	59,41	802,64	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1548	56,8	52,96	106,62	1160,28	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	29804,00	1563,78	1725,58	2572,21	32344,14	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1655,78	86,88	95,87	142,90	1796,90	

При составлении меню использовалась литература:

1. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4х классов в общеобразовательных организациях, Москва 2022
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, под ред. Онищенко Г.Г., Москва 2022г
4. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, М.П. Могильный 2017г
5. сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах, В.Т. Лапшина 2004г