

МЕНЮ

(2-х разового питания на 14 дней)

*Летнего оздоровительного учреждения с дневным пребыванием детей на базе МБОУ Марьинской ООШ
Торжокского района Тверской области в соответствии требованиям Сан ПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-
эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях,
учреждениях начального и среднего профессионального образования» и МР 2.4.5.-107-15 «Организация питания
детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах».*
от 11 и старше

Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных
учреждениях/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, -М, : Де/1 и плюс, 2015, -544с
В соответствии нормативов Учреждения Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский
институт питания РАМН, 2011

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Раскладка	нетто гр.	Пищевые вещества			
			продукты		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценност ь ккал
		День 1						
	Завтрак							
196	Каша молочная «Дружба»	250	1. Молоко паст3,2%жирн 2. вода 3. крупа рисовая 4. Крупа пшено 5. масло сливочное 6. сахар-песок	129,0 86,0 20,0 25,0 7,0 6,3	7,7	10,6	41,0	291,0
287	Кофейный напиток на молоке	200	1. кофейный напиток 2. сахар-песок 3. молоко паст3,2%жирн 4. вода	8,0 10,0 100,0 110,0	3,2	2,8	18,5	109,0
5	Печенье промышленного производства	60	1. печенье	60	3,75	5,9	37,45	208,55
13	Хлеб пшеничный	50	1. хлеб пшеничный формовой, мука высший сорт	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Итого				14,7	13,7	84,6	518,4
	Обед							

53	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1. капуста свежая 2. картофель 3. морковь 4. лук репчатый 5. томатное пюре 6. масло растительное 7. вода 8. соль 9. тушенка	60,0 36,0 12,0 12,0 2,0 4,8 240,0 8,0 10,0	2.1	6.7	10.1	110
21	Макароны отварные с маслом	220	1. макаронные изделия 2. масло сливочное 3. соль	77,0 8,0 6,0	8,1	7,2	48,2	220,0
28	Сосиски отварные	100	1. сосиски свежие	100,0	10,0	21,7	0,8	238,0
283	Чай с сахаром	200/10	1. чай заварка 2. сахар 3. вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
12	Хлеб ржаной	50	1.хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				24,6	36,5	90,6	719,0
	Итого за день				39,30	50,2	175,2	1237,4
		День 2						
	Завтрак							
191	Каша манная молочная жидкая	250	1. крупа манная 2. молоко паст, 3.2% жирности 3. масло сливочное 4. сахар-песок 5. вода	38,5 132,0 7,0 6,3 88,0	7,5	10,0	37,2	269,0
3	Бутерброд с сыром	50/20/30	1. сыр голландский 2. хлеб пшеничный 3. масло сливочное	30,0 50,0 20,0	9.2	5.8	24,2	190.0
299	Какао с молоком	200	1. какао-порошок 2. сахар-песок 3. молоко паст.3,2% жирн. 4. вода	4,0 10,0 100 115,0	3,6	3,3	13,7	98,0

	Итого				20,3	19,1	75,1	557,0
	Обед							
16	Суп картофельный с рыбными консервами	250	1. консервы рыбные в масле 2. картофель 3. морковь 4. лук репчатый 5. крупа рисовая 6. масло растительное 7. вода	25 59,2 10 10 10 2,5 187,5	8,45	8,28	13,13	160,78
27	Котлеты из мяса курицы (из полуфабрикатов промышленного производства)	100	1. котлеты из мяса курицы	75	9,6	5,9	2,2	101,0
138	Картофельное пюре	220	1. картофель 2. молоко паст3,2%жирн 3. масло сливочное 4. соль	188,1 33,0 7,7 2,0	4,5	7,2	29,4	203,0
306	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	1. кисель из концентрата 2. вода 3. сахар-песок 4. кислота лимонная	24,0 190,0 10,0 0,2	0,0	0,0	20,0	76,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого за день				46,55	41,38	169,73	1192,78
		День 3						
	Завтрак							
194	Каша пшениная молочная жидкая	250	1. крупа пшено 2. молоко паст.3,2% жирн. 3. Сахар-песок 4. масло сливочное 5. вода	50,0 126,0 6,3 7 84,0	9,1	11,1	42,6	307,0
283	Чай с сахаром	200/10	4. чай заварка 5. сахар 6. вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0

4	Бутерброд с повидлом	50/20/30	1.повидло 3.хлеб пшеничный 2.масло сливочное	30,0 50,0 20,0	3,4	12,5	50,9	326,0
	Итого				12,6	23,6	102,6	668,0
	Обед							
59	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1. картофель 2. макаронные изделия 3. морковь 4. лук репчатый 5. масло растительное 6. вода 7. соль 8. тушенка	90,0 12,0 12,0 12,0 2,9 228, 1 10,0	3,2	3,0	22,6	133,0
26	Колбаса вареная (порциями)	100	1. колбаса вареная 2. вода	97 240	21,9	20,2	0	271,6
177	Каша рисовая рассыпчатая	220	1. рис 2. масло сливочное 3. соль	72 4,5 5	5,82	9,74	50,0	93,84
294	Компот из смеси сухофруктов	200	1. с/фрукты 2. сахар-песок 3. вода 4. кислота лимонная	50,0 20,0 200,0 0,27	0,5	0,1	31,2	121,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				35,72	33,94	126,2	735,44
	Итого за день				48,32	57,54	228,8	1403,44
		День 4						
	Завтрак							

193	Каша рисовая молочная жидкая	250	1. крупа рисовая 2. молоко паст. 3,2% жирн. 3. Сахар-песок 4. масло сливочное 5. вода	38,5 132,0 6,3 7,0 88,0	6,3	10,0	38,4	270,0
5	Печенье промышленного производства	60	2. печенье	60	3,75	5,9	37,45	208,55
287	Кофейный напиток на молоке	200	1. кофейный напиток 2. сахар-песок 3. молоко паст3,2%жирн 4. вода	8,0 10,0 100,0 110,0	3,2	2,8	18,5	109,0
13	Хлеб пшеничный	50	1. хлеб пшеничный формовой, мука высший сорт	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Итого				13,3	13,1	82,0	497,4
	Обед							
54	Рассольник Ленинградский	250	1. картофель 2. рис или перловка 3. лук репчатый 4. морковь 5. огурцы соленые 6. масло растительное 7. вода 8. соль 9. тушенка	75 5 5 10 15 5 187,5 8 8	2,3	5,3	16,4	122,4
173	Каша гречневая рассыпчатая	250	1. крупа гречневая 2. масло сливочное 3. соль 4. вода	119,0 7 2 177,5	14,4	9,4	63,0	401,0

27	Наггетсы из мяса курицы (из полуфабрикатов промышленного производства)	100	1. наггетсы из мяса курицы	75				
					9,6	5,9	2,2	101,0
283	Чай с сахаром	200/10	1. чай заварка 2.сахар-песок 3.вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				30,0	21,1	158,0	954,4
	Итого за день				43,3	34,2	240,0	1451,8
		День 5						
	Завтрак							
182	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая	250	1. крупа овсяная «Геркулес» 2. молоко паст 3,2% жирн. 3. Сахар-песок 4. масло сливочное 5. вода	55,5 123,0 6,7 7,0 82,0	10,0	12,7	43,7	330,0
299	Какао с молоком	200	1. какао-порошок 2. сахар-песок 3. молоко паст.3,2% жирн. 4. вода	4,0 10,0 100 115,0	3,6	3,3	13,7	98,0
2	Бутерброд с маслом и сыром	50/20/30	1. сыр голландский 2. масло сливочное 3. хлеб пшеничный	300 20,0 50,0	9,2	11,6	24,2	242,0
	Итого				22,8	27,6	81,6	670,0
	Обед							

56	Борщ с капустой и картофелем	250	1.свекла 2. капуста свежая или квашеная 3. картофель 4. морковь 5. лук репчатый 6. томатное пюре 7. петрушка 8. масло растительное 9. сахар. 10. вода 11.соль 12. тушенка 13. кислота лимонная	48 24 24 12 12 3,6 7,5 4,8 3,6 240 16 10 0,14	2,0	6,0	14,0	117,0
21	Макаронные отварные с маслом	220	1. макарон. изд. 2. масло сливочное 3. соль	70 10 6	12,41	8,5	53,04	326,69
27	Котлеты из мяса курицы (из полуфабрикатов промышленного производства)	100	1. котлеты из мяса курицы	75	9,6	5,9	2,2	101,0
295	Компот из свежих плодов	200	1. яблоки или груша 2. вода 3. сахар 4. кислота лимонная	40,0 172,0 15,0 0,27	0,2	0,1	17,2	68,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				31,0	29,7	98,8	790,0
	Итого за день				53,8	57,3	180,4	1460,0
		День 6						

	Завтрак							
196	Каша молочная «Дружба»	250	1. Молоко паст3,2%жирн 2. вода 3. крупа рисовая 4. Крупа пшено 5. масло сливочное 6. сахар-песок	129,0 86,0 20,0 25,0 7,0 6,3	7,7	10,6	41,0	291,0
13	Хлеб пшеничный	50	2. хлеб пшеничный формовой, мука высший сорт	50	3,8	0,3	25,1	118,4
283	Чай с сахаром	200/10	1. чай заварка 2. сахар-песок 3. вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
5	Печенье промышленного производства	60	3. печенье	60	3,75	5,9	37,45	208,55
	Итого				11,55	16,5	87,55	534,55
	Обед							
53	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1. капуста свежая 2. картофель 3. морковь 4. лук репчатый 5. масло растительное 6. вода 7. тушенка	60,0 36,0 12,0 12,0 4,8 240,0 10,0	2.1	6.7	10.1	110
138	Картофельное пюре	220	1.картофель 1. молоко паст. 3,2 % жирн 2. масло сливочное	188,1 33,0 7,7	4,5	7,2	29,4	203,0

28	Сосиски (сардельки) отварные	100	1.сосиски 2. масло сливочное	100,0 5,0	10,0	21,7	0,8	238,0
306	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	1. кисель из концентрата 2. вода 3. сахар-песок 4. кислота лимонная	24,0 190,0 10,0 0,2	0,0	0,0	20,0	76,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				20,9	36,5	82,7	743,0
	Итого за день				32,45	53,0	170 ,25	1277,55
		День 7						
	Завтрак							
193	Каша рисовая молочная жидкая	250	6. крупа рисовая 7. молоко паст. 3,2% жирн. 8. Сахар-песок 9. масло сливочное 10. вода	38,5 132,0 6,3 7,0 88,0	6,3	10,0	38,4	270,0
287	Кофейный напиток на молоке	200	1. кофейный напиток 2. сахар-песок 3. молоко паст3,2%жирн 4. вода	8,0 10,0 100,0 110,0	3,2	2,8	18,5	109,0
3	Бутерброд с сыром	50/20/30	1. сыр голландский 2. хлеб пшеничный 3. масло сливочное	30,0 50,0 20,0	9.2	5.8	24,2	190.0
	Итого				23,3	19,9	87,2	624,0
	Обед							

16	Суп картофельный с рыбными консервами	250	1.консервы рыбные в масле 2. картофель 3. морковь 4. лук репчатый 5. крупа рисовая 6. масло сливочное 7. вода	25 59,2 10 10 10 2,5 187,5	8,61	8,40	14,34	167,25
79	Рыба припущенная	100	1. рыба	100	17,83	8,22	0,92	149,16
177	Каша рисовая рассыпчатая	220	1. рис 2. масло сливочное 3. соль	72 4,5 5	5,82	9,74	50,0	298,47
283	Чай с сахаром	200/10	1. чай заварка 2. сахар 3. вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				35,86	20,47	102,09	787,88
	Итого за день				59,16	40,37	189,29	1441,88
		День 8						
	Завтрак							
191	Каша манная молочная жидкая	250	6. крупа манная 7. молоко паст, 3.2% жирности 8. масло сливочное 9. сахар-песок 10. вода	38,5 132,0 7,0 6,3 88,0	7,5	10,0	37,2	269,0
299	Какао с молоком	200	1. какао-порошок 2. сахар-песок 3. молоко паст.3,2% жирн. 4. вода	4,0 10,0 100 115,0	3,6	3,3	13,7	98,0
4	Бутерброд с повидлом	50/20/30	1.повидло 2. .хлеб пшеничный 3.масло сливочное	30,0 50,0 20,0	3,4	12,5	50,9	326,0

	Итого				11,0	18,76	88,86	557,64
	Обед							
54	Рассольник Ленинградский	250	1. картофель 2. рис или перловка 3. лук репчатый 4. морковь 5. огурцы соленые 6. масло растительное 7. вода 8. тушенка	90 6 6 12 18 4,8 228 8	0,4	1,28	3,9	36,38
173	Каша гречневая рассыпчатая	250	1. крупа гречневая 2. масло сливочное 3 .вода	119 7 177,5	0,76	128,32	1,24	581,38
26	Колбаса вареная	100	1. колбаса вареная 2. вода	100 240	11,0	10,0	0	134,4
294	Компот из смеси сухофруктов	200	1. с/фрукты 2.сахар-песок 3.вода 4. кислота лимонная	50,0 20,0 200,0 0,27	0,5	0,1	31,2	121,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				16,96	140,6	58,74	989,16
	Итого за день				27,96	159,36	147,6	1546,8
		День 9						
	Завтрак							
193	Каша рисовая молочная жидкая	250	1. крупа рисовая 2. молоко паст. 3,2% жир 3. сахар 4. масло сливочное 5. вода	38,5 132,0 6,3 7,0 88,0	6,3	10,0	38,4	270,0
283	Чай с сахаром	200/10	1. чай заварка 2. сахар 3. вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
2	Бутерброд с маслом и сыром	50/20/30	1. сыр голландский 2. масло сливочное 3. хлеб пшеничный	30,0 20,0 50,0	9,2	11,6	24,2	242,0

	Итого				15,6	21,6	71,7	547,0
	Обед							
17	Суп картофельный с бобовыми	250	1. картофель 2. горох 3. лук репчатый 4. морковь 5. масло растительное 6. соль 7. вода 8. тушенка	50 20,3 10 10 5 2 175 10	6,49	5,57	8,29	98,9
138	Картофельное пюре	220	1. картофель 2. молоко 3. масло сливочное	188,1 33,0 7,7	4,68	33,42	7,58	348,04
27	Наггетсы из мяса курицы (из полуфабрикатов промышленного производства)	100	1. наггетсы из мяса курицы	100	9,6	5,9	2,2	101,0
306	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	1. кисель из концентрата 2 .вода 3.сахар-песок 4.кислота лимонная	24,0 190,0 10,0 0,2	0,0	0,0	20,0	76,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				25,07	45,79	60,67	739,94
	Итого за день				40,67	67,39	132,37	1286,94
		День 10						
	Завтрак							

182	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая	250	1. крупа овсяная «Геркулес» 2. молоко паст 3,2% жирн. 3. Сахар-песок 4. масло сливочное 5. вода	55,5 123,0 6,7 7,0 82,0	10,0	12,7	43,7	330,0
13	Хлеб пшеничный	50	3. хлеб пшеничный формовой, мука высший сорт	50	3,8	0,3	25,1	118,4
287	Кофейный напиток на молоке	200	1. кофейный напиток 2. сахар-песок 3. молоко паст 3,2% жирн 4. вода	8,0 10,0 100,0 110,0	3,2	2,8	18,5	109,0
5	Печенье промышленного производства	60	1. печенье	60	3,75	5,9	37,45	208,55
	Итого				16,95	21,4	99,65	647,55
	Обед							
56	Борщ с капустой и картофелем	250	1. свекла 2. капуста свежая или квашеная 3. картофель 4. морковь 5. лук репчатый 6. томатное пюре 7. масло растительное 8. сахар. 10. вода 11. Лимонная кислота 12. тушенка	48 24 24 12 12 3,6 4,8 3,6 240 0,14 10	0,9	0,06	6,5	23,64
21	Макароны отварные с маслом	220	4. макарон. изд. 5. масло сливочное 6. соль	70 10 6	12,41	8,5	53,04	326,69

28	Сосиски(сардельки) отварные	100	1. сосиски 2. масло сливочное	100,0 5	10,0	21,7	0,8	238,0
295	Компот из свежих плодов	200	1. яблоки или груша 2. вода 3. сахар 4. кислота лимонная	40,0 172,0 15,0 0,27	0,2	0,1	17,2	68,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				27,21	31,26	107,44	798,33
	Итого за день				44,16	52,66	207,09	1445,88
		День 11						
	Завтрак							
196	Каша молочная «Дружба»	250	7. Молоко паст3,2%жирн 8. вода 9. крупа рисовая 10. Крупа пшено 11. масло сливочное 12. сахар-песок	129,0 86,0 20,0 25,0 7,0 6,3	7,7	10,6	41,0	291,0
287	Кофейный напиток на молоке	250	5. кофейный напиток 6. сахар-песок 7. молоко паст3,2%жирн 8. вода	8,0 10,0 100,0 110,0	3,2	2,8	18,5	109,0
13	Хлеб пшеничный	50	2. хлеб пшеничный формовой, мука высший сорт	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Итого				14,7	13,7	84,6	518,4
	Обед							

53	Щи из свежей капусты с картофелем	250	10. капуста свежая 11. картофель 12. морковь 13. лук репчатый 14. томатное пюре 15. масло растительное 16. вода 17. соль 18. тушенка	60,0 36,0 12,0 12,0 2,0 4,8 240,0 8,0 10,0	2.1	6.7	10.1	110
173	Каша гречневая рассыпчатая	250	1.крупa гречневая 2. масло сливочное 3 .вода	119 7 177,5	0,76	128,32	1,24	581,38
27	Наггетсы из мяса курицы (из полуфабрикатов промышленного производства)	100	1. наггетсы из мяса курицы	100	9,6	5,9	2,2	101,0
283	Чай с сахаром	200/10	1. чай заварка 2. сахар 3. вода	0,4 10.0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
12	Хлеб ржаной	50	1.хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				24,6	36,5	90,6	719,0
	Итого за день				39,30	50,2	175,2	1237,4
		День 12						
	Завтрак							
191	Каша манная молочная жидкая	250	1. крупa манная 2. молоко паст, 3.2% жирности 3. масло сливочное 4. сахар-песок 5. вода	38,5 132,0 7,0 6.3 88,0	7,5	10,0	37,2	269,0
3	Бутерброд с сыром	50/20/30	1. сыр голландский 2. хлеб пшеничный 3. масло сливочное	30,0 50.0 20,0	9.2	5.8	24,2	190.0

299	Какао с молоком	200	1. какао-порошок 2. сахар-песок 3. молоко паст.3,2% жирн. 4. вода	4,0 10,0 100 115,0	3,6	3,3	13,7	98,0
	Итого				20,3	19,1	75,1	557,0
	Обед							
16	Суп картофельный с рыбными консервами	250	8. консервы рыбные в масле 9. картофель 10. морковь 11. лук репчатый 12. крупа рисовая 13. масло растительное 14. вода	25 59,2 10 10 10 2,5 187,5	8,45	8,28	13,13	160,78
27	Котлеты из мяса курицы (из полуфабрикатов промышленного производства)	100	1. котлеты из мяса курицы	100	9,6	5,9	2,2	101,0
138	Картофельное пюре	220	5. картофель 6. молоко паст3,2%жирн 7. масло сливочное 8. соль	188,1 33,0 7,7 2,0	4,5	7,2	29,4	203,0
306	Кисель из конcentрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	1. кисель из концентрата 2. вода 3. сахар-песок 4. кислота лимонная	24,0 190,0 10,0 0,2	0,0	0,0	20,0	76,0
12	Хлеб ржаной	50	1.хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				26,25	22,28	94,63	635,78
	Итого за день				46,55	41,38	169,73	1192,78
		День 13						
	Завтрак							

194	Каша пшенная молочная жидкая	250	6. крупа пшено 7. молоко паст.3,2% жирн. 8. Сахар-песок 9. масло сливочное 10. вода	50,0 126,0 6,3 7 84,0	9,1	11,1	42,6	307,0
283	Чай с сахаром	200/10	5. чай заварка 6. сахар 7. вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
4	Бутерброд с повидлом	50/20/30	1.повидло 2. хлеб пшеничный 3.масло сливочное	30,0 50,0 20,0	3,4	12,5	50,9	326,0
	Итого				12,6	23,6	102,6	668,0
	Обед							
59	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	1. картофель 2. макаронные изделия 3. морковь 4. лук репчатый 5. масло растительное 6. вода 7. соль 8. тушенка	90,0 12,0 12,0 12,0 2,9 228, 1 10,0	3,2	3,0	22,6	133,0
26	Колбаса вареная	100	1. колбаса вареная 2. вода	100 240	21,9	20,2	0	271,6
177	Каша рисовая рассыпчатая	220	1. рис 2. масло сливочное 3. соль	72 4,5 5	5,82	9,74	50,0	93,84
294	Компот из смеси сухофруктов	200	1. с/фрукты 5. сахар-песок 6. вода 7. кислота лимонная	50,0 20,0 200,0 0,27	0,5	0,1	31,2	121,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				35,72	33,94	126,2	735,44

	Итого за день				48,32	57,54	228,8	1403,44
		День 14						
	Завтрак							
193	Каша рисовая молочная жидкая	250	11. крупа рисовая 12. молоко паст. 3,2% жирн. 13. Сахар-песок 14. масло сливочное 15. вода	38,5 132,0 6,3 7,0 88,0	6,3	10,0	38,4	270,0
13	Хлеб пшеничный	50	4. хлеб пшеничный формовой, мука высший сорт	50	3,8	0,3	25,1	118,4
287	Кофейный напиток на молоке	200	5. кофейный напиток 6. сахар-песок 7. молоко паст3,2%жирн 8. вода	8,0 10,0 100,0 110,0	3,2	2,8	18,5	109,0
3	Бутерброд с сыром	50/20/30	4. сыр голландский 5. хлеб пшеничный 6. масло сливочное	30,0 50,0 20,0	9.2	5.8	24,2	190.0
	Итого				13,3	13,1	82,0	497,4
	Обед							
54	Рассольник Ленинградский	250	1. картофель 2. рис или перловка 3. лук репчатый 4. морковь 5. огурцы соленые 6. масло растительное 7. вода 8. соль 9. тушенка	75 5 5 10 15 5 187,5 8 8	2,3	5,3	16,4	122,4
173	Каша гречневая рассыпчатая	250	1. крупа гречневая 2. масло сливочное 3. соль 4. вода	119,0 7 2 177,5	14,4	9,4	63,0	401,0

27	Наггетсы из мяса курицы (из полуфабрикатов промышленного производства)	100	1.наггетсы из мяса курицы	100	9,6	5,9	2,2	101,0
283	Чай с сахаром	200	1.чай заварка 2.сахар-песок 3.вода	0,4 10,0 190,0	0,1	0,0	9,1	35,0
12	Хлеб ржаной	50	1. хлеб ржаной формовой	50	3,3	0,5	20,1	95
	Итого				30,0	21,1	158,0	954,4
	Итого за день				43,3	34,2	240,0	1451,8
	Итого за смену всего				613,14	796,72	2654,46	19028,89