

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ

[illegible]

Де Лп .20111 - 544 с №81	борщ из свежей капусты	250/10	6	8,7	14,5	164,2	0	0,2	9	1,9	47,3	89,1	29,1	1,8	11.-39.
Де Лп .2011- 544с №349	Компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0,4	0	0	0	2-00
	Хлеб сельский 1с	20	2,1	0,41	16,24	77,06	0,06	0	0	1,27	12,75	46,13	17,25	0,86	1.61.
Итого			8,1	9,11	50,14	318,66	0,06	0,2	9	3,17	60,45	135,23	46,35	2,66	15-00
	5-11 классы			3 день											
Де Лп .2011- 544с №202	макаронны отвар.	150	5,1	4,468	28,5	187	0,087	-	0,1	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869	6.-41
	каша ячневая молоч с маслом	150/10	8,4	11,8	44,4	317,2	0,2	0,1	0,5	1,5	117,8	177,3	48,8	1,5	7-50.
Де Лп .2011 544с №376	чай с сахаром	200/15	0,53	-	9,47	40	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	0,1	1.-89.
	хлеб белый.1с	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33	1-71.
Де Лп .2011- 544с №294	котлета из птицы	60	10,24	5,37	19,36	159	0,08	0		-	89,43	158	0,64	0,3	20.-49
Итого			26,55	21,878	116,49	774,2	0,4	0,6	0,100	2,65	243,287	433,939	73,849	3,10	38-00
	ГПД														
Де Лп .2011- 544с №119	суп картофельный с горохом	250/10	11,2	12,5	21,3	245,9	0,2	4,5	0,2	3,4	32,9	69,3	157,5	3	10.65.
	кисель	200	1,00	0,05	27,5	110	0,01	0,8	0,5	0	28,69	18,27	0,67	0,32	2-74.
	Хлеб сельский 1с	20	2,1	0,41	16,24	77,06	0,06	0	0	1,27	12,75	46,13	17,25	0,86	1-61.
Итого			14,3	12,96	65,04	432,96	0,27	5,3	0,7	4,67	74,34	133,7	175,42	4,18	15-00
	5-11 классы			4 день											
Де Лп .2011. 544с №119	картофельное пюре	150	3,09	8,282	22	172	0,164	7,943	0,08	3	47,805	98,835	8	0	8.-60
Де Лп .2011 №138.2004	птица отварная	75	23,5	20,3	0,4	278,4	0,12	0,12	1,12	0,4	17,5	188,8	22,8	1,5	15-68
№639.	суп картоф. С крупой	250/10	11,2	12,5	21,3	245,9	0,2	4,5	0,2	3,4	32,9	69,3	157,5	3	10-10.
	компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0,4	0	0	0	2.-00
	хлеб ржаной	20	2,1	0,41	16,24	77,06	0,06	0	0	1,27	12,75	46,13	17,25	0,86	1.-61.
Итого			39,89	41,492	79,34	850,76	0,544	12,563	1,4	8,07	111,355	403,065	205,55	5,36	38-00
	ГПД														
Де Лп 2011 №686.04	Каша ячневая молоч с маслом	150/10	8,4	11,8	44,4	317,2	0,2	0,1	0,5	1,5	117,8	177,3	48,8	1,5	11.-29.
	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8	-	0,014	3,25	1,54	0,84	0,087	2.-00
	хлеб белый .1с	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33	1.71.
Итого			10,764	12,052	74,345	450,2	0,236	2,9	0,5	1,844	127,05	198,34	53,84	1,917	15-00

Согласовано
Директор ООО "ЭТАЛОН +"
Подин В.А.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
Калинина Т.А.

Рецептура	Наименование блюд	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность	Вит. В1	Вит. С	Вит. А, мкг	Вит. Е, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	цена
	5-11 классы		1 день												
№297, 2004	Каша ячневая молочная с маслом	150/10	8,40	11,80	44,40	317,20	0,20	0,10	0,50	1,50	117,80	177,30	48,80	1,50	3-60
№205, 2003	котлеты гов.	60	8,320	7,743	3,194	175	0,030	0,650	0,1	1,256	100,530	110,071	0,077	1,00	23-51
№770, 20004	каша гречневая рас с маслом	150/5	6,662	9,024	34	170	0,292	-		0,518	37,352	170,553	40,55	1,101	7-29.
№685, 2004	чай с сахаром	30	0,530	-	9,470	40	-	0,270	-	-	13,600	22,130	11,730	0,1	1-89
	Хлеб белый, 1с		2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,33	1-71
Итого			26,192	21,064	102,630	773,2	0,525	0,370	0,50	2,35	174,75	389,48	105,28	3,03	38-00
	гпд														
№311, 2004	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	8,4	11,8	44,4	317,2	0,2	0,1	0,5	1,5	117,8	177,3	48,8	1,5	9-58.
№769, 2004	печенье	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3	1.82.
№685, 2004	чай с сахаром	200/15	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800		0,014	3,250	1,540	0,840	0,087	1-89.
	хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	1-71.
Итого			13,164	13,952	104,345	596,600	0,236	2,900	0,500	1,844	131,450	218,340	57,440	1,887	15-00

	5-11 классы		2 день																	
№302, 2004	каша рисовая молочная с маслом	200/10	10,8	8																
№413, 2004	колб. изд-и	50	7,4	9,45	0,8	108	0,03	9	0,46	0,8	172,64	433,6	134,98	2,8	1,8	13-20				
№741, 2004	суп с макарон. Издеоними		6,4	7,4	20,6	174,9	0,1	0,2	6,8	2,2	24,2	89,8	25,9	1,6	11-37					
№685, 2004	компот из с/фруктов	400	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0,4	0	0	0	2-00					
	хлеб сельский, 1с	20	1,300	0,200	7,000	35	0,000	0,000	0,000	0,000	12,500	5,700	7,400	0,7	1-61					
	хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,33	1-71					
Итого			28,18	25,290	140,160	764	0,463	958,393	7,260	3,83	240,74	687,601	187,48	7,23	38-00					
	пд																			
№110, 2004	Борщ из свежей капусты	250/10	6	8,7	14,5	164,2	0	0,2	9	1,9	47,3	89,1	29,1	1,8	11-39.					
№639, 2004	компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0,4	0	0	0	2-00					
	хлеб сельский 1с	20	1,300	0,200	7,000	35	0,000	0,000	0,000	0,000	12,500	5,700	7,400	0,7	1-61					
Итого			7,300	8,900	40,900	277	0,000	0,200	9,000	1,900	60,200	94,800	36,500	2,5	15-00					
	5-11 классы		3 день																	
№332, 2004	пюре картофельно е	150	3,090	8,282	22,000	172	0,164	7,943	0,080	0,231	47,805	98,835	8,000	0,000	12-17.					
№338, 2004	Котлеты рыбные	80	6,450	4,240	7,490	116	0,050	0,480	0,100	0,646	44,020	137,060	12,000	0,000	12-232.					
	суп картофельн ый		7,6	9,4	21,3	203,7	0,2	0,2	4,8	3,3	31,5	127,6	55,9	2,5	10-00					
№685, 2004	Чай с сахаром	400/30	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8		0,014	3,25	1,54	0,84	0,087	1-89					
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,33	1-71.					
Итого			19,50	22,17	80,735	624,700	0,450.	11,423.	4,980	4,290	84,770	285,700	72,940	2,917	38-00					

	5-11 классы	5 день																
№508,2004	Каша гречневая молочная с маслом	150/5	7,2	11,4	43,5	304,7	0,1	0,1	0,5	0,9	120	156,9	40,7	1	8-96.			
№450,1996	Птица запеченная	75	7,100	4,000	107,000	0	3,750	48,000	0,830	21,080	194,810	24,520	1,658	0,000	18-63			
	каша перловая раст	150	3,600	5,300	25,700	165	0,000	0,000	0,000	1,600	30,900	16,000	118,400	0,800	6-80			
№639,2004	Компот из сухофруктов	400	0,000	0,000	19,400	77	0,000	0,000	0,000	0,000	0,400	0,000	0,000	0,000	2-00			
	Хлеб сельский, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	1-61.			
Итого			18,900	20,900	204,600	590,813	3,864	48,100	1,330	23,688	346,110	197,420	160,758	1,800	38-00			
№138,2004	Суп картофельный с крупой	250/10	7,6	9,4	21,3	203,7	0,2	0,2	4,8	3,3	31,5	127,6	55,9	2,5	9-47			
№774,2004	пряник	40	2,4	1,9	30,0	146	0,00	0	0,000	0,00	4,40	20,00	3,600	0,300	1-82.			
№639,2004	Компот из сухофруктов	200	0,000	0,000	19,400	77	0,000	0,000	0,000	0,000	0,400	0,000	0,000	0,000	2-00			
	Хлеб белый, 1с	30	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	1-71			
Итого			11,000	11,500	79,700	471,500	0,214	0,200	4,800	3,408	39,060	160,320	62,500	2,800	15-00			
№770,2004	каша молочная манная	150/5	8,4	11,8	44,4	317,2	0,2	0,1	0,5	1,5	117,8	177,3	48,8	1,5	11-40.			
	хлеб белый	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	1-71.			
№685,2004	чай с сахаром	200/15	0,200		13,700	56	0,008	3,750		0,075	9,970	7,500	6,500	0,197	1-89			
Итого			10,88.	22,92	72,86.	444,200	0,241	3,850	0,500	1,905	133,77	204,30	59,50	2,027	15-00			