

	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,54	4,8
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,44	3,0
Итого за Обед		710	26,51	24,58	117,43	780,21		97,0
Неделя: 2		День: среда						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Суп картофельный с крупой рисовой	250	5,18	5,3	36,4	189,38	100,97	17,9
	Рагу из птицы	190	15,86	18,65	19,72	306,53	220,21	61,5
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	300,76	9,8
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,54	4,8
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,44	3,0
Итого за Обед		700	26,38	24,93	100,5	706,21		97,0
Неделя: 2		День: четверг						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,52	5,16	28,12	142,0	100,83	17,6
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	12,34	12,69	15,66	182,43	220,4	38,3
	Картофельное пюре	150	3,63	5,89	22,44	182,99	831,18	28,7
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5		19,8	81,0	639,04	4,6
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,54	4,8
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,44	3,0
Итого за Обед		700	25,73	24,52	115,2	733,4		97,0
Неделя: 2		День: пятница						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Суп гороховый	200	3,48	4,6	18,68	133,14	100,93	13,5
	Тефтели "Ежики" мясные	90	10,74	16,31	18,42	206,27	220,83	50,7
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,3	5,3	28	138	811,03	15,5
	Компот из плодов свежих (яблоки, апельсины)	200	0,15	0,08	22,14	90,93	300,77	9,5
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,54	4,8
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,44	3,0
Итого за Обед		700	23,41	27,07	116,42	713,34		97,0
Итого за период		7 030	248	257	1 090	7 420		
Среднее значение за период			24,828	25,6621	108,999	742,019		

При составлении меню использовалась литература:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией В.Р. Кучмы 2016г
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ПОП при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г "Хлебпродинформ"
3. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста. Новосибирск - 2021г