

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ № 19» ИМОСК



Т.Б.Наумовец

«09» января 2024 года

## **ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**

двухразового горячего питания (завтрак и обед)

для обучающихся 5 – 11 классов с ограниченными возможностями здоровья  
МБОУ «СОШ № 19» ИМОСК

в зимне - весенний период 2023/2024 учебного года

Меню составлено с использованием "Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" (под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна, 2011) и «Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (под ред. Марчука Ф.Л., 1996)

**СОГЛАСОВАНО**

Начальник

Службы образования ИГО СК

Мартыросов Г. В.



**УТВЕРЖДАЮ**

Индивидуальный

предприимчивец

Подоленко И. П.



**УТВЕРЖДАЮ**

Индивидуальный

предприимчивец

Петрова Е. В.



## Примерное меню горячего питания для общеобразовательных учреждений

В зимне-весенний период 2024 года  
для учащихся детей с ограниченными возможностями здоровья  
от 7 до 11 лет, от 12 и старше.

Меню составлено с использованием "Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" (под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна, 2011) и «Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (под ред. Марчука Ф.Л., 1996).

День 1

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
174	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200/5	10,33	14,75	51,20	380,68	0,21	1,64	65,20	1,74	183,88	245,75	99,23	2,90
3	Булеброт с маслом сливочным и сахаром	30/10/20	6,96	9,96	17,70	188,40	0,05	0,13	70,80	0,36	167,04	115,20	11,34	0,58
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36
пр	Фрукты (яблоко)	100-150	0,27	0,26	26,27	286,00	0,02	3,45	0,00	0,21	12,40	7,60	6,20	1,52
	<b>Итого:</b>	<b>610,00</b>	<b>17,36</b>	<b>24,73</b>	<b>110,17</b>	<b>915,08</b>	<b>0,26</b>	<b>4,60</b>	<b>136,00</b>	<b>3,13</b>	<b>365,12</b>	<b>365,35</b>	<b>112,97</b>	<b>3,84</b>
<b>Обед</b>														
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,20	5,20	15,58	117,90	0,15	14,30		2,43	16,55	34,95	28,00	1,03
пр	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Булочка с повидлом/джемом, мадлоном (сушками), пирожок с капустой или картофелем, плюшка с сахаром	60	9,13	3,82	27,00	179,00	0,08	0,07	4,00	2,03	15,13	79,79	22,86	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36
	<b>Итого:</b>	<b>570,00</b>	<b>16,29</b>	<b>72,34</b>	<b>88,27</b>	<b>501,35</b>	<b>0,23</b>	<b>17,20</b>	<b>4,00</b>	<b>4,49</b>	<b>48,88</b>	<b>119,14</b>	<b>53,26</b>	<b>1,39</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1180</b>	<b>16,39</b>	<b>72,34</b>	<b>88,27</b>	<b>501,35</b>	<b>0,23</b>	<b>17,20</b>	<b>4,00</b>	<b>4,49</b>	<b>48,88</b>	<b>119,14</b>	<b>53,26</b>	<b>1,39</b>

День 2

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
269	Котлеты биточные особые	90	8,32	9,02	10,06	128,00	0,05	0,41	33,00	1,62	23,65	1,62	16,50	0,68
528	Соус красный ослинкой	30	0,58	1,76	2,38	27,69	0,00	0,69	10,35	0,06	10,10	11,39	3,60	0,16
203	Макаронные отварные с маслом сливочным	150	5,73	6,08	31,98	205,50	0,14	18,26	0,00	1,36	36,97	86,64	27,75	1,01
389	Сок фруктовый, яблочный, апельсиновый	200	1,00	0,00	20,20	84,40	0,02	5,00	0,00	0,25	14,00	14,00	8,00	2,80
пр	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>20,52</b>	<b>80,16</b>	<b>95,31</b>	<b>590,04</b>	<b>0,21</b>	<b>24,36</b>	<b>43,35</b>	<b>3,29</b>	<b>84,72</b>	<b>113,65</b>	<b>55,85</b>	<b>4,65</b>
<b>Обед</b>														
96	Рассольник вегетарианский	250	1,83	4,90	11,75	98,40	0,06	10,20	5,80	3,10	72,00	270,00	36,00	1,60
пр	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
	<b>Итого:</b>	<b>510,00</b>	<b>7,88</b>	<b>68,50</b>	<b>89,70</b>	<b>439,23</b>	<b>0,08</b>	<b>11,00</b>	<b>5,80</b>	<b>3,30</b>	<b>77,84</b>	<b>316,00</b>	<b>69,00</b>	<b>2,56</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1040</b>	<b>28,40</b>	<b>148,66</b>	<b>185,01</b>	<b>1029,27</b>	<b>0,29</b>	<b>35,36</b>	<b>49,15</b>	<b>6,59</b>	<b>162,56</b>	<b>479,65</b>	<b>124,85</b>	<b>7,21</b>



День 3

№ рецепта	Наименование блюда	Высота, г	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества				
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	17,44	16,76	16,28	286,00	0,20	0,90	48,42	4,89	53,80	72,00	19,98	3,26
		150	4,58	4,99	20,53	145,50	0,11	0,00		1,39	8,44	108,87	72,03	2,40
75	Икра свекольная	60	2,37	0,12	2,87	185,30	0,03	8,75	0,00	0,25	7,00	13,00	10,00	0,45
342	Компот из ягод и плодов свежемороженых	200	0,52	0,18	28,86	122,60	0,07	138,10		0,80	118,50	92,00	67,12	3,56
		30	2,52	0,63	16,20	74,25	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		508	29,8	23,98	99,23	883,85	0,41	147,75	48,42	7,33	187,74	285,87	169,13	9,67
Общая														
82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,50	3,25	17,25	128,25	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,50	47,50	2,25
376	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Булочка с повидлом/джемом, молоком (сушеватым), творогом с капустой или картофелем, плавленая с сахаром	60	9,11	3,82	27,00	179,00	0,08	0,07	4,00	2,03	15,13	79,79	22,86	0,00
		200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36
376	Чай с сахаром	570,00	21,52	70,37	74,94	451,70	0,23	1,07	4,00	3,03	97,63	407,29	70,36	2,25
		1136	51,32	93,35	174,17	1335,65	0,64	148,82	52,42	10,36	285,37	693,16	239,49	11,92

День 4

№ рецепта	Наименование блюда	Высота, г	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества				
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
234	Котлеты или биточки рыбные	90	9,75	4,95	3,80	105,00	0,05	0,34	14,80	0,52	44,13	99,35	22,33	0,79
		150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,11	0,00		1,39	8,44	108,87	72,03	2,40
528	Соус красный острый	30	0,58	1,76	2,38	27,60	0,00	0,69	10,35	0,06	10,10	11,39	3,60	0,16
189	Сок фруктовый, яблочный, апельсиновый	200	1,00	0,00	20,20	84,40	0,02	5,00	0,00	0,25	14,00	14,00	8,00	2,80
		30	2,52	0,63	16,20	74,25	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		536	16,91	12,14	63,02	428,89	0,18	6,03	25,15	2,22	76,67	233,81	105,96	6,15
Общая														
119	Суп гороховый	250	3,55	4,59	1,69	144,25	0,08	3,75	2,10	0,00	33,40	72,22	2,55	3,32
349	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
		510,00	9,60	68,19	79,64	485,08	0,10	6,55	2,10	0,20	39,24	118,22	25,55	4,28
349	Всего	1040	26,51	80,33	142,64	913,67	0,27	12,98	27,25	2,42	115,91	352,03	141,51	10,43

Лист 5

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества													
							В1	С	А, мкг	PP	Ca	P	Mg	Fe									
Закуска																							
291	Плов из ягнзы	240	23,42	11,63	47,38	440,53	0,19	8,47	36,40	6,89	48,00	246,12	70,10	2,43									
70-71	Омлет натуральные соевые или свиные ( помидоры или огурцы или капуста)	60	0,55	0,01	1,90	17,60	0,03	8,75	0,00	0,25	7,00	13,00	10,00	0,45									
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96									
пр	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00									
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00									
	Итого	560	30,02	75,24	127,23	798,96	0,24	18,02	36,40	7,34	66,84	305,12	113,10	3,84									
Обед																							
82	Борщ с капусты и картофеля	250	7,50	3,25	17,25	128,25	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,50	47,50	2,25									
пр	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00									
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00									
пр	Булочка с повидлом/джемом, молоком (султаном), пирожек с капустой или картофелем, пловца с сахаром	60	9,13	3,82	27,00	179,00	0,08	0,07	4,00	2,03	15,13	79,79	22,86	0,60									
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36									
	Итого	570,00	21,52	76,37	74,94	451,76	0,23	3,87	4,00	3,03	97,63	407,29	70,36	2,35									
	Всего	1130	51,54	145,61	202,17	1250,66	0,47	19,89	40,40	10,37	158,47	712,41	183,46	6,09									

Лист 6

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества													
							В1	С	А, мкг	PP	Ca	P	Mg	Fe									
Закуска																							
174	Каша из злака молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	200/5	7,55	3,85	60,63	308,00	0,16	1,31	52,16	1,39	147,10	196,60	79,38	2,32									
3	Булефрот с маслом сливочным и сыром	30/10/20	6,96	9,96	17,80	188,40	0,05	0,13	70,80	0,36	167,04	115,20	11,34	0,58									
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36									
пр	Фрукты по сезону (яблоки)	100-150	1,00	0,00	20,20	84,40	0,02	5,00	0,00	0,25	14,00	14,00	8,00	2,80									
	Итого	605	15,08	13,83	113,63	640,8	0,208	4,27	122,96	1,78	318,34	316,2	93,12	3,26									
Обед																							
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,20	5,20	15,58	117,90	0,15	14,30		2,43	16,55	34,95	28,00	1,03									
пр	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00									
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00									
пр	Булочка с повидлом/джемом, молоком (султаном), пирожек с капустой или картофелем, пловца с сахаром	60	9,13	3,82	27,00	179,00	0,08	0,07	4,00	2,03	15,13	79,79	22,86	0,60									
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36									
	Итого	570,00	16,22	72,32	73,37	441,25	0,23	14,37	4,00	4,46	31,68	114,74	50,86	1,63									
	Всего	1175	31,80	86,15	186,90	1082,15	0,44	18,64	126,96	6,24	260,02	430,94	143,98	4,29									



Лист 7

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
271	Котлеты домашние	90	8,87	11,82	9,34	180,00	0,09	0,01	12,10	0,04	13,17	92,10	17,55	1,35
528	Суп с укропной основой	30	0,58	1,76	2,38	27,09	0,00	0,69	10,35	0,06	10,10	11,39	3,60	0,16
203	Макарони отварные с маслом сливочным	150	5,73	6,08	31,98	205,50	0,14	18,26	0,00	1,36	36,97	86,54	27,75	1,01
345	Компот из яблок и папайи	200	0,52	0,18	28,88	122,60	0,07	138,10	0,00	0,80	118,50	92,00	67,12	3,56
пр	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
346	Компот из смеси сухофруктов	200	1,10	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
	Итого	510,00	7,88	68,58	89,70	439,23	0,08	11,00	5,80	3,30	77,84	316,00	60,00	2,56
	Всего	1040	28,47	151,44	192,95	1119,47	0,38	108,86	28,25	5,56	256,28	598,13	185,82	8,64
<b>Обед</b>														
96	Рисовый суповый	250	1,83	4,90	11,75	98,40	0,06	10,20	5,80	3,10	72,00	270,00	26,00	1,60
пр	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
346	Компот из смеси сухофруктов	200	1,10	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
	Итого	510,00	7,88	68,58	89,70	439,23	0,08	11,00	5,80	3,30	77,84	316,00	60,00	2,56
	Всего	1040	28,47	151,44	192,95	1119,47	0,38	108,86	28,25	5,56	256,28	598,13	185,82	8,64

Лист 8

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
204	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	17,44	16,76	10,28	286,00	0,20	0,90	48,42	4,89	53,80	72,00	19,98	3,26
302	Каша рисовая с маслом сливочным	150	4,58	4,99	30,53	145,50	0,11	0,00	1,39	8,44	108,87	72,03	2,40	
139	Каша гречневая	60	2,04	3,68	7,49	77,00	0,03	8,75	0,00	0,25	7,00	13,00	10,00	0,45
389	Сок фруктовый, яблочный, овсяный	200	1,00	0,00	20,20	84,40	0,02	5,00	0,00	0,25	14,00	14,00	8,00	2,80
пр	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,52	0,63	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого	530	29,95	28,36	95,59	737,35	0,36	14,65	48,42	6,78	83,24	207,87	116,01	8,91
<b>Обед</b>														
82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,50	3,25	17,25	128,25	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,50	47,50	2,25
пр	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Булочка с повидлом/джемом, молоком (сушенным), вареном с капустой или картофелем, помидора с салатом	60	9,13	3,82	27,00	179,00	0,08	0,07	4,00	2,03	15,13	79,79	22,86	0,60
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36
	Итого	570,00	21,52	70,37	74,94	491,70	0,23	1,07	4,00	3,03	97,63	397,29	70,36	2,24
	Всего	1100	51,47	98,73	170,53	1189,45	0,59	15,72	22,42	9,81	180,87	615,16	180,37	11,16

День 9

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жир, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества				
							В1	С	А, мкг	PP	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сушеным	180,00	14,00	10,67	79,05	471,60	0,09	0,57	57,60	4,41	198,42	263,60	50,60	1,22
376	Чай с сахаром	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36
1	Бульончик с мясом сливочным	30,70	6,96	9,96	17,70	188,40	0,05	0,13	70,80	0,36	167,04	115,20	11,34	0,58
	<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>21,09</b>	<b>20,65</b>	<b>111,95</b>	<b>722</b>	<b>0,14</b>	<b>3,53</b>	<b>128,4</b>	<b>4,8</b>	<b>379,66</b>	<b>393,2</b>	<b>64,34</b>	<b>2,16</b>
<b>Обед</b>														
119	Суп гороховый	250	3,55	4,59	1,69	144,25	0,08	5,75	2,10	0,00	33,40	72,22	2,55	3,32
пр	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
380	Сок фруктовый, яблочный, апельсиновый	200	1,00	0,00	20,20	84,40	0,02	5,00	0,00	0,25	14,00	14,00	8,00	2,80
	<b>Итого:</b>	<b>510,00</b>	<b>9,44</b>	<b>67,89</b>	<b>52,58</b>	<b>373,10</b>	<b>0,10</b>	<b>10,75</b>	<b>2,10</b>	<b>0,25</b>	<b>47,40</b>	<b>86,22</b>	<b>10,55</b>	<b>6,12</b>
	<b>Всего:</b>	<b>935</b>	<b>30,53</b>	<b>88,54</b>	<b>164,53</b>	<b>1095,10</b>	<b>0,24</b>	<b>14,28</b>	<b>130,50</b>	<b>5,05</b>	<b>477,06</b>	<b>469,42</b>	<b>74,89</b>	<b>8,28</b>

День 10

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жир, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества				
							В1	С	А, мкг	PP	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
280	Рагу из овощей	240	16,51	18,40	19,97	285,20	0,15	8,88		6,30	40,08	270,40	55,82	5,06
70-71	Овощи натуральные соевые или свежие (помидоры или огурцы или капуста)	60	0,55	0,01	1,90	17,60	0,03	8,75	0,00	0,25	7,00	13,00	10,00	0,45
340	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
пр	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>23,11</b>	<b>82,01</b>	<b>99,82</b>	<b>643,63</b>	<b>0,20</b>	<b>18,43</b>	<b>0,00</b>	<b>6,75</b>	<b>52,92</b>	<b>329,40</b>	<b>98,82</b>	<b>6,47</b>
<b>Обед</b>														
82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,50	3,25	17,25	128,25	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,50	47,50	2,25
пр	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,52	63,00	16,20	74,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пр	Булочка с повидлом/дрезанка, молоком сухим/сливочным, пирожок с капустой или картофелем, ватрушка с сахаром.	60	9,13	3,82	27,00	179,00	0,08	0,07	4,00	2,03	15,13	79,79	22,86	0,90
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	2,83	0,00	0,03	14,20	4,40	2,40	0,36
	<b>Итого:</b>	<b>570,00</b>	<b>21,52</b>	<b>70,37</b>	<b>74,94</b>	<b>451,70</b>	<b>0,23</b>	<b>1,07</b>	<b>4,00</b>	<b>3,03</b>	<b>97,63</b>	<b>407,29</b>	<b>70,36</b>	<b>2,25</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1130</b>	<b>44,63</b>	<b>152,38</b>	<b>174,76</b>	<b>1095,33</b>	<b>0,43</b>	<b>19,50</b>	<b>4,00</b>	<b>9,78</b>	<b>190,55</b>	<b>736,69</b>	<b>169,18</b>	<b>8,72</b>
	<b>Среднесуточные показатели</b>	<b>595,00</b>	<b>23,00</b>	<b>44,57</b>	<b>102,63</b>	<b>712,88</b>	<b>0,26</b>	<b>39,74</b>	<b>63,60</b>	<b>4,88</b>	<b>193,68</b>	<b>294,28</b>	<b>105,83</b>	<b>5,51</b>

Протвержено,

прощито и скреплено печатью



*(Handwritten signature)*  
\_\_\_\_\_ ЛИСТОВ

Директор  
ИМОСК «СОШ №19» ИМОСК  
*(Handwritten signature)* Т.Б. Наумовић