



Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «ВЕНС»
И.И. Александров

Согласовано:
Директор ГБОУ лицей № 486
Выборгского района
Ю.В. Васильева

Ю.В. Васильева

Утверждаю:
Начальник Управления
социальной защиты
А.В. Барабанщиков

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню районов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Наименование	Вес блюда, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур*)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак							
Бутерброд с яйцом	20/15	УСП	ТК № 114	4,05	2,90	10,15	82,30
Макаронные изделия отварные с сыром	250	2012	ТК № 207	15,50	16,67	37,87	369,75
Чай с сахаром	200	2012	ТК № 392	0,10	0,00	6,60	26,50
Яблоко свежее	150	УСП	ТК № 010	0,60	0,60	14,70	70,50
Печенье сахарное	30	УСП	ТК № 122	2,30	2,90	22,30	125,10
Итого за прием пищи:	665			22,55	23,07	91,62	674,15
Обед							
Салат витаминный	100	1996	ТК № 27	1,20	5,20	9,50	90,00
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	2012	ТК № 81	7,35	4,88	25,20	169,20
Биточки рыбные (запеченные) с соусом сметанным с томатом и луком	120/50	2012	ТК № 255/357	18,36	8,84	14,96	216,50
Пюре картофельное	230	2012	ТК № 321	4,75	7,36	31,34	210,53
Кисель из кураги	200	УСП	ТК № 063	1,00	0,10	23,50	99,50
Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	УСП	ТК № 056	2,00	6,30	12,70	61,20
Зефир	30	УСП	ТК № 123	0,20	0,00	23,20	94,90
Итого за прием пищи:	1010			34,86	26,68	140,40	941,83
Всего за день:				57,41	49,75	232,02	1 615,98

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню районов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Наименование	Вес блюда, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
Завтрак										
Бутерброд с джемом	20/5/15.	2008	ТК № 2	1,20	4,30	22,00				132,00
Запеканка из творога со стученным молоком	200/20	2012	ТК № 237	32,09	22,13	31,45				452,94
Кофейный напиток с молоком	200	УСП	ТК № 066	3,80	3,50	11,10				90,80
Мандарин свежий	100	УСП	ТК № 052	0,80	0,20	7,50				38,00
Итого за прием пищи:	560			37,89	30,13	72,05				713,74
Обед										
Помидор свежий	100	УСП	ТК № 055	1,10	0,20	3,80				24,10
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной, зеленью петрушки	250/20/10/1	2012	ТК № 67	9,06	12,30	80,09				136,72
Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	120	2011	ТК № 296	12,48	15,84	11,64				243,36
Рис отварной	200	2008	ТК № 325	4,92	8,36	39,20				269,59
Напиток из замороженных ягод черной смородины	200	УСП	ТК № 117	0,10	0,10	24,90				103,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70				61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70				39,30
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	УСП	ТК № 060	3,50	3,10	5,60				70,60
Итого за прием пищи:	1051			34,26	40,60	185,64				947,86
Всего за день:				72,16	70,73	257,68				1 661,60

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Наименование	Вес блюда, г	Технологи-ческая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
3 день										
Завтрак										
Бутерброд с сыром	15/5/15.		ТК № 3	4,50	8,70	7,40				131,00
Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	250/5		ТК № 189	9,05	14,75	39,55				329,00
Какао с молоком	200		ТК № 079	4,10	6,00	12,60				121,10
Груша свежая	150		ТК № 069	0,60	0,50	15,50				70,50
Итого за прием пищи:	615			18,25	29,95	75,05				651,60
Обед										
Винегрет морской	100		ТК № 53	1,80	10,10	9,20				134,00
Суп-лапша домашняя с птицей, зеленью петрушки	250/20/1.		ТК № 86	7,36	8,34	11,70				152,99
Гуляш из отварного мяса	100		ТК № 277	17,40	17,10	3,50				237,50
Каша гречневая рассыпчатая	200		ТК № 181	4,80	6,13	50,27				274,67
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200		ТК № 097	1,00	0,20	19,80				86,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30		ТК № 056	2,00	0,30	12,70				61,20
Батон обогащенный микроэлементами	15		ТК № 004	1,10	0,40	7,70				39,30
Итого за прием пищи:	916			35,46	42,57	114,87				985,66
Всего за день:				53,71	72,52	189,92				1 637,26

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Наименование	Вес блюда, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	г	Всего	г	Всего	г	
4 день										
Завтрак										
Бутерброд с джемом	20/5/15.	2008	ТК № 2	1,20	4,30	22,00				132,00
Омлет с сыром	220	2008	ТК № 215	25,50	39,60	3,70				474,80
Чай с сахаром и лимоном	200/10	2012	ТК № 393	0,09	0,01	9,44				38,57
Яблоко свежее	150	УСП	ТК № 010	0,60	0,60	14,70				70,50
Итого за прием пищи:	620			27,39	44,51	49,84				715,87
Обед										
Помидор свежий	100	УСП	ТК № 107	1,10	0,20	3,80				24,10
Суп картофельный с рыбой с зеленью укропа	250/20/1.	2011	ТК № 92	8,34	3,56	19,25				142,24
Котлета "Здоровье"	120	2014	ТК № 95	18,00	14,64	9,60				243,60
Капуста тушеная (свежая) с зеленью петрушки	200/1	2008	ТК № 346	5,12	8,33	143,92				153,52
Напиток клюквенный	200	2008	ТК № 437	0,10	0,10	24,30				99,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70				61,20
Пирожок с творогом	60	2013	ТК № 701	8,30	5,40	27,50				192,00
Итого за прием пищи:	982			42,96	32,52	241,07				916,56
Всего за день:				70,35	77,03	290,91				1632,43

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Наименование	Вес блюда, г	Технологи-ческая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
5 день										
Завтрак										
Бутерброд с маслом	5/15.	УСП	ТК № 118	1,10	4,40	7,70	75,60			
Пудинг из творога (запеченный)	180	2012	ТК № 235	28,25	20,22	44,17	477,42			
Соус молочный (сладкий) для подачи к блюду	50	2008	ТК № 367	0,90	2,30	6,51	50,10			
Кофейный напиток с молоком	200	УСП	ТК № 066	3,80	3,50	11,10	90,80			
Мандарин свежий	100	УСП	ТК № 052	0,80	0,20	7,50	38,00			
Итого за прием пищи:	550			34,85	30,62	76,98	731,92			
Обед										
Салат из соленых огурцов с зеленым луком	100	2008	ТК № 20	2,70	5,10	2,60	67,00			
Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	250/20/20	2012	ТК № 57	5,96	8,76	12,46	152,83			
Печень по-строгановски	100	2011	ТК № 255	13,60	9,90	3,60	180,50			
Макаронные изделия отварные	200	2008	ТК № 209	7,24	6,21	41,30	250,90			
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	УСП	ТК № 097	1,00	0,20	19,80	86,00			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70	61,20			
Батон обогащенный микронутриентами	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70	39,30			
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	УСП	ТК № 060	3,50	3,10	5,60	70,60			
Итого за прием пищи:	1060			37,10	33,97	105,76	908,33			
Всего за день:				71,94	64,59	182,74	1 640,25			

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Наименование	Вес блока, г	Технологи-ческая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
6 день										
Завтрак										
бублик с яйцом	20/15.	УСП	ТК № 114	4,05	2,90	10,15	82,30			
каша овсяная "Геркулес" жидкая с маслом слив	250/5	2008	ТК № 189	7,59	11,20	28,06	263,00			
чай с сахаром	200	2012	ТК № 392	0,10	0,00	6,60	26,50			
печенье овсяное	50	УСП	ТК № 124	3,20	7,00	34,80	211,90			
апельсин свежий	150	УСП	ТК № 100	1,40	0,30	12,20	64,50			
Итого за прием пищи:	690			16,34	21,40	91,81	648,20			
Обед										
Салат из свежих помидоров с луком зеленым	100	2012	ТК № 14	1,09	6,10	3,40	73,70			
Рафтольчик Ленинградский с говядиной и сметаной	250/20/10	2012	ТК № 76	7,10	7,61	20,72	160,94			
Котлета любительская рыбная	120	2008	ТК № 241	19,70	7,92	7,20	180,00			
Соус паровой	50	2008	ТК № 361	0,50	4,10	2,20	47,00			
Картофель отварной	230	2008	ТК № 123	4,42	0,89	34,91	165,75			
Компот из замороженной вишни	200	УСП	ТК № 121	0,50	0,20	13,20	53,90			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70	61,20			
Сдоба обыкновенная	75	2008	ТК № 464	5,40	3,15	39,90	211,50			
Итого за прием пищи:	1085			40,70	30,27	134,23	953,99			
Всего за день:				57,04	51,67	226,04	1 602,19			

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Наименование	Вес блюда, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
7 день										
Завтрак										
Бутерброд с сыром	15/5/15.	2008	ТК № 3	4,50	8,70	7,40				131,00
Омлет натуральный	220	2008	ТК № 214	21,14	34,90	4,00				416,00
Какао с молоком	200	2020	ТК № 079	4,10	6,00	12,60				121,10
Мандарин свежий	100	УСП	ТК № 052	0,80	0,20	7,50				38,00
Итого за прием пищи:	535			30,54	49,80	31,50				706,10
Обед										
Салат "Здоровье"	100	2014	ТК № 29	1,50	5,18	7,18				80,16
Суп крестьянский с крупой перловой, птицей, зеленью петрушки	250/20/1.	2008	ТК № 94	9,07	6,74	13,37				150,09
Пудинг рыбный запеченный (треска) с маслом сливочным	120/5	2012	ТК № 269	15,12	12,36	10,08				222,12
Пюре картофельное	230	2012	ТК № 321	4,75	7,36	31,34				210,53
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	УСП	ТК № 097	1,00	0,20	19,80				86,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70				61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70				39,30
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	УСП	ТК № 060	3,50	3,10	5,60				70,60
Итого за прием пищи:	1096			38,05	35,64	107,77				920,00
Всего за день:				68,59	85,44	139,27				1 626,10

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Вес блока, г	Технологи-ческая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
8 день										
Завтрак										
Бутерброд с джемом	20/5/15.	2008	ТК № 2	1,20	4,30	22,00				132,00
Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	2008	ТК № 184	8,73	9,26	34,65				299,04
Чай с сахаром и лимоном	200/10	2012	ТК № 393	0,09	0,01	9,44				38,57
Банан свежий	200	УСП	ТК № 096	3,00	1,00	42,00				192,00
Итого за прием пищи:	655			13,02	14,57	108,09				661,61
Обед										
Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	100	2014	ТК № 10	2,00	5,68	4,64				76,82
Суп картофельный с рыбой	250/20	2008	ТК № 92	8,35	3,56	19,27				142,36
Плов из пшеницы	350	2012	ТК № 304	36,23	12,68	58,45				493,58
Компот из смеси сухофруктов	200	УСП	ТК № 95	0,00	0,00	6,80				27,10
Печенье сахарное	30	УСП	ТК № 122	2,30	2,90	22,30				125,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронutriентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70				61,20
Батон обогащенный микронutriентами	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70				39,30
Итого за прием пищи:	955			51,98	25,52	131,86				965,47
Всего за день:				65,00	40,09	239,95				1 627,07

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Вес блюда, г	Технологи-ческая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
9 день										
Завтрак										
Бутерброд с яйцом	20/15	УСП	ТК № 114	4,05	2,90	10,15				82,30
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/30	2012	ТК № 237	33,62	23,10	32,88				473,42
Кофейный напиток с молоком	200	УСП	ТК № 066	3,80	3,50	11,10				90,80
Мандарин свежий	100	УСП	ТК № 052	0,80	0,20	7,50				38,00
Итого за прием пищи:	565			42,27	29,70	61,63				684,52
Обед										
Салат из моркови и яблок	100	2012	ТК № 40	0,86	5,22	7,80				82,00
Щи по-уральски с говядиной, сметаной, зеленью петрушки	250/20/10/1.	2012	ТК № 72	6,96	10,04	7,93				154,99
Филе птицы отварное с соусом томатным с овощами	100/50	2008	ТК № 307	28,20	7,20	0,80				182,00
Картофель тушеный с маслом сливочным	200/5	2008	ТК № 133	7,80	5,87	28,61				312,10
Компот из свежих яблок	200	УСП	ТК № 076	0,00	0,00	6,80				27,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70				61,20
Пирожок с яблоком	50	УСП	ТК № 701/744	2,80	2,30	26,80				143,00
Итого за прием пищи:	991			48,62	30,93	91,44				962,39
Всего за день:				90,89	60,63	153,07				1 646,90

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Вес блока, г	Технологи-ческая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	г	Всего	г	Всего	г	
10 день										
Завтрак										
Бутерброд с сыром	15/5/15.	2008	ТК № 3	4,50		8,70		7,40		131,00
Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	250/5	2008	ТК № 189	7,76		18,48		33,55		282,10
Чай с сахаром	200	2012	ТК № 392	0,10		0,00		6,60		26,50
Банан свежий	200	УСП	ТК № 096	3,00		1,00		42,00		192,00
Итого за прием пищи:	690			15,36		28,18		89,55		631,60
Обед										
Огурец свежий	100	УСП	ТК № 103	0,80		0,10		2,50		14,00
Суп из овощей с птицей, сметаной, зеленью петрушки	250/20/10/1.	2011	ТК № 99	10,10		8,76		11,31		169,21
Бефстроганов из отварного мяса	120	2012	ТК № 278	18,40		17,20		3,60		249,84
Каша гречневая рассыпчатая	230	2008	ТК № 181	5,52		7,05		57,81		315,87
Напиток лимонный	200	УСП	ТК № 081	0,10		0,00		7,30		32,30
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	УСП	ТК № 060	3,50		3,10		5,60		70,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00		0,30		12,70		61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	УСП	ТК № 004	1,10		0,40		7,70		39,30
Итого за прием пищи:	1101			41,52		36,91		108,52		952,31
Всего за день:				56,88		65,09		198,07		1 583,91

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Вес блюда, г	Технологи-ческая и нормативная документация /сборник рецептов	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
11 день										
Завтрак										
Бутерброд с джемом	20/5/15.	2008	ТК № 2	1,20	4,30	22,00				132,00
Макароны, запеченные с яйцом с маслом сливочным	230/5	2012	ТК № 208	6,88	16,14	38,49				374,78
Чай с сахаром и лимоном	200/10	2012	ТК № 393	0,09	0,01	9,44				38,57
Яблоко печеное	100	2008	ТК № 423	0,46	0,46	39,12				164,78
Итого за прием пищи:	555			8,63	20,91	109,05				710,13
Обед										
Салат из квашеной капусты с луком зеленым	100	2008	ТК № 40	1,60	5,11	7,72				83,17
Свекольник с говядиной и сметаной	250/20/10.	2014	ТК № 65	9,74	12,78	17,65				229,84
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью) с соусом сметанным	280 (230/50)	2013	ТК № 210	17,64	27,55	32,14				466,26
Напиток из шиповника	200	УСП	ТК № 102	0,70	0,30	16,20				82,20
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70				61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70				39,30
Итого за прием пищи:	905			32,78	46,44	94,12				961,97
Всего за день:				41,41	67,35	203,16				1 672,10

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Вес блюда, г	Технологи-ческая и нормативная документа-ция /сборник рецептур	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.
				Всего		Всего		Всего		
				г	г	г	г	г	г	
12 день										
Завтрак										
Бутерброд с маслом	5/15.	УСП	ТК № 118	1,10	4,40	7,70	75,60			
Пудинг из творога (запеченный)	200	2012	ТК № 235	31,33	22,53	49,07	530,40			
Чай с вареньем	200	УСП	ТК № 126	0,10	0,00	7,40	29,10			
Апельсин свежий	150	УСП	ТК № 100	1,40	0,30	12,20	64,50			
Итого за прием пищи:	570			33,93	27,23	76,37	699,60			
Обед										
Салат картофельный с сельдью	100	2008	ТК № 45	4,70	14,10	9,60	184,00			
Бульон с гречками, курой и зеленью петрушки	250/20/20/1.	УСП	ТК № 119	9,66	1,93	19,80	136,08			
Рыба припущенная	100	2012	ТК № 245	16,90	0,65	0,31	75,00			
Рагу из овощей	200	2014	ТК № 145	10,11	12,11	17,56	220,00			
Напиток из замороженных ягод черной смородины	200	УСП	ТК № 117	0,10	0,10	24,90	103,00			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70	61,20			
Ватрушка с повидлом	50	2008	ТК № 453	3,10	1,70	31,70	153,80			
Итого за прием пищи:	971			46,57	30,89	116,57	933,08			
Всего за день:				80,50	58,13	192,93	1 632,68			

Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности

Дни	Б, г	Ж, г	У, г	Э.Ц., ккал	Норма
Всего за 1 день:	57,41	49,75	232,02	1 615,98	
Всего за 2 день:	72,16	70,73	257,68	1 661,60	
Всего за 3 день:	53,71	72,52	189,92	1 637,26	
Всего за 4 день:	67,95	73,43	290,51	1 632,43	
Всего за 5 день:	71,94	64,59	182,74	1 640,25	
Всего за 6 день:	57,49	57,47	223,29	1 602,19	
ИТОГО:	380,66	388,49	1376,16	9789,71	
В среднем за 1 день:	63,44	64,75	229,36	1 631,62	1632,00
Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности	15,80%	36,00%	55,80%		
Всего 7 за день:	68,59	85,44	139,27	1 626,10	
Всего за 8 день:	65,00	40,09	239,95	1 627,07	
Всего за 9 день:	90,89	60,63	153,07	1 646,90	
Всего за 10 день:	56,88	65,09	198,07	1 583,91	
Всего за 11 день:	41,41	67,35	203,16	1 672,10	
Всего за 12 день:	80,50	58,13	192,93	1 632,68	
ИТОГО:	403,27	376,73	1126,45	9788,76	
В среднем за 1 день:	67,21	62,79	187,74	1631,46	1632,00
Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности	16,50%	34,40%	46,00%		

* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано КМХК питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А., Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Москва Дели принт, 2012 г., Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.

* Вес готовых блюд соответствует СанПиН 2.3-2.4.3590-20
 Допускаются отклонения в случае сбоя поставок в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

