



Неделя: 1

День: понедельник

Итого за Завтрак

Неделя: 1

День: ВТОРНИК

	Итого за Завтрак	0,78
--	------------------	------

Неделя: 1

День: среда

Итого за Завтрак

Неделя: 1

День: четверг

Итого за Завтрак

Неделя: 1

День: пятница

	Итого за Завтрак	100
--	------------------	-----

Неделя: 2

День: понедельник

	Итого за Завтрак	100
--	------------------	-----

Неделя: 2

День: вторник

Завтрак

	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	825,07	16,6
	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,3		6,7	27,9	300,74	4,9
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,46	0,39	16,44	80,7	600,28	2,5
	Кондитерское изделие	32	2,08	5,12	24,12	124,8	952,51	19,78
Итого за Завтрак		512	17,8	19,43	83,1	587,12		100,0
Неделя: 2				День: среда				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак								
	Горошек зеленый	45	1,4	0,09	2,93	18,0	914,09	18,68
	Биточки рубленые куриные	100	11,89	10,71	11,25	185,91	1 006,19	56,0
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	39,0	238,0	811,03	17,22
	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8	300,71	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,46	0,39	16,44	80,7	600,28	2,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,39	2,1
Итого за Завтрак		545	25,71	17,75	83,4	586,81		100,0
Неделя: 2				День: четверг				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак								
	Салат из свеклы отварной	60	0,86	3,05	5,02	50,91	851,03	11,2
	Плов куриный	200	13,3	8,1	33,2	258,6	331,17	63,14
	Кофейный напиток	200	0,24	0,19	12,83	53,38	300,73	5,0
	Масло сливочное порциями	10	0,1	5,2	0,1	66,1	911,02	16,06
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,46	0,39	16,44	80,7	600,28	2,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,39	2,1
Итого за Завтрак		520	18,42	17,19	74,87	547,09		100,0
Неделя: 2				День: пятница				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак								
	Икра кабачковая консервированная	60	0,91	2,8	4,43	46,8	823,05	15,5
	Макароны отварные с сыром	150	6,0	7,4	7,8	127,8	220,18	30,72
	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8	300,71	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,46	0,39	16,44	80,7	600,28	2,5
	Булочка	80	6,0	3,0	41,0	217,0	1 017	37,5
	Кондитерское изделие	20	0,5	3,1	7,7	87,6	958,23	10,28
	540	16,07	16,69	83,87	586,7		100,0	
Итого за период		5 313	181,9	175,9	757,1	5 389,4		
Среднее значение за период			18,194	17,587	75,705	538,944		

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. Лапиной 2004г "Хлебпродинформ"
3. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста. Новосибирск - 2021г