

УТВЕРЖДЕНО

Директор СПб ГБПОУ «СПбТОТФиП»



/Е.А.Лубашев/

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО «Титан»



/А.А.Дубовая/

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню

рационов горячего питания (обед) стоимостью 294,00 руб. для предоставления питания учащимся образовательных учреждений среднего профессионального образования Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	100	2,70	5,10	2,60	67	0,02	6,00	0,00	2,30	23,00	13,00	28,00	0,70
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	7,70	5,60	12,80	121	0,00	8,60	0,20	0,40	59,60	27,20	173,00	1,60
1996	394	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	250	21,00	16,00	27,00	486	0,60	14,30	0,00	3,10	26,70	51,20	201,00	3,20
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ "С"	200	0,20	0,20	27,90	115	0,01	51,60	0,00	0,10	7,00	4,40	4,00	1,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80

к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,12	26,24	125	0,00	0,00	0,00	0,00	7,60	5,20	26,00	0,48
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	200	1,90	0,40	16,30	87	0,13	70,70	0,00	0,40	68,00	26,00	46,00	0,70
Итого за прием пищи:				39,50	28,82	131,94	1 102	0,86	151,20	0,20	7,38	199,80	136,00	517,40	9,48
Всего за день:				39,50	28,82	131,94	1 102	0,86	151,20	0,20	7,38	199,80	136,00	517,40	9,48

2 день

Обед

2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8,00	10,10	15,20	184	0,03	7,00	0,03	4,80	48,10	28,10	56,10	1,90
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ	250/10	4,40	3,20	19,00	126	0,10	5,20	0,20	0,50	29,80	20,70	149,80	1,20
2008	272	БИТОЧКИ	100	15,00	15,40	12,60	250	0,08	0,00	0,00	3,60	12,00	24,00	150,00	2,00
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	4,50	8,90	17,47	171	0,77	14,70	1,00	0,53	58,70	34,70	117,30	1,47
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ с вит. С	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	63,00	0,00	0,01	8,00	3,00	5,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,12	26,24	125	0,00	0,00	0,00	0,00	7,60	5,20	26,00	0,48
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ ЖИРН.2,5%	125	3,30	3,10	21,00	171	0,30	7,00	0,30	0,00	290,00	140,00	950,00	0,00
Итого за прием пищи:				41,40	42,22	156,31	1 233	1,39	96,90	1,53	10,52	462,10	264,70	1 493,60	8,85
Всего за день:				41,40	42,22	156,31	1 233	1,39	96,90	1,53	10,52	462,10	264,70	1 493,60	8,85

3 день

Обед

2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	1,60	5,10	7,70	83	0,02	27,00	0,03	2,30	49,00	15,00	28,00	0,70
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И СВИНИНОЙ	250/10	9,10	7,90	18,90	170	0,40	5,20	0,20	2,10	47,10	37,00	182,10	2,30
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	28,40	5,80	0,80	170	0,06	18,00	0,20	0,60	52,00	32,00	206,00	2,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,59	6,62	43,19	264	0,08	0,00	0,00	1,10	15,18	9,66	49,68	1,10
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	8,85	4,20	35,10	216	0,11	0,00	0,03	0,75	42,00	10,50	87,00	0,60
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,12	26,24	125	0,00	0,00	0,00	0,00	7,60	5,20	26,00	0,48

к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
Итого за прием пищи:				62,54	31,34	170,83	1 214	0,79	54,20	0,46	8,13	234,78	126,36	632,18	11,78
Всего за день:				62,54	31,34	170,83	1 214	0,79	54,20	0,46	8,13	234,78	126,36	632,18	11,78

4 день

Обед

2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	0,90	10,10	2,90	106	0,04	18,00	0,10	4,90	24,00	16,00	29,00	0,90
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,30	6,00	14,80	132	0,10	6,90	0,20	0,30	43,10	28,00	163,00	1,20
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,90	4,80	4,10	103	0,06	3,00	0,31	2,60	25,00	16,00	150,00	0,70
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,10	7,20	27,07	188	0,25	6,67	0,05	0,27	62,67	38,70	113,33	1,47
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ.С	200	0,10	0,10	27,90	113	0,01	52,00	0,00	0,10	5,00	2,00	8,00	0,40
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,12	26,24	125	0,00	0,00	0,00	0,00	7,60	5,20	26,00	0,48
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	71	0,00	15,00	0,00	0,90	24,00	12,00	16,50	3,30
Итого за прием пищи:				27,90	30,32	136,81	938	0,56	101,57	0,66	10,15	199,27	126,90	545,23	10,25
Всего за день:				27,90	30,32	136,81	938	0,56	101,57	0,66	10,15	199,27	126,90	545,23	10,25

5 день

Обед

2008	45	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ *	100	4,70	14,10	9,60	184	0,01	12,00	0,05	5,70	35,00	23,00	89,00	1,10
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ , СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	8,80	5,70	11,20	116	0,10	9,10	0,20	0,50	45,40	25,60	75,90	1,40
2008	316	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100	7,10	8,80	5,70	132	0,03	4,00	0,11	0,30	61,00	13,00	77,00	1,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	4,90	8,40	43,70	271	0,03	0,00	0,07	0,40	4,00	25,00	81,00	0,80
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200	0,60	0,10	31,70	131	0,02	50,00	0,01	0,50	21,00	16,00	23,00	0,70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48

к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200	3,00	1,00	14,00	72	0,10	20,00	0,10	0,00	16,00	84,00	56,00	1,20
Итого за прием пищи:				35,10	39,60	161,20	1 131	0,39	95,10	0,54	8,48	198,30	200,60	467,30	8,48
Всего за день:				35,10	39,60	161,20	1 131	0,39	95,10	0,54	8,48	198,30	200,60	467,30	8,48

6 день

Обед															
2011	71/2	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (КУСОЧКОМ)	100	0,30	0,00	2,70	14	0,20	0,20	0,10	1,70	16,10	0,00	0,00	0,50
2008	85	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ . СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	8,60	5,60	5,20	92	0,00	8,40	0,20	0,20	59,10	20,80	159,50	1,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100/50	19,90	12,90	12,90	249	0,30	19,00	8,90	6,00	12,00	21,00	362,00	8,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,80	6,10	50,30	275	0,04	0,00	0,04	0,40	15,00	35,00	104,00	0,80
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ С ВИТ.С	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	63,00	0,00	0,10	8,00	3,00	5,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48
к/к	к/к	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ В ИНД УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ	35	1,10	2,70	36,00	101	2,30	0,70	0,00	0,30	0,00	4,70	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				40,90	28,80	178,10	1 062	2,95	91,30	9,24	9,78	126,10	98,50	695,90	12,58
Всего за день:				40,90	28,80	178,10	1 062	2,95	91,30	9,24	9,78	126,10	98,50	695,90	12,58

7 день

Обед															
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	100	1,60	5,10	7,70	83	0,02	27,00	0,03	2,30	49,00	15,00	28,00	0,70
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	9,20	6,60	12,40	133	0,00	8,60	0,20	1,60	49,30	21,40	65,90	1,10
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	21,60	29,20	40,80	512	0,28	24,00	0,04	6,20	36,00	70,00	262,00	4,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,20	28,00	124	0,00	4,00	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80

к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	40	2,90	3,70	28,30	158	0,10	4,10	0,00	0,00	9,40	10,80	30,20	0,50
Итого за прием пищи:				41,90	46,30	162,50	1 236	0,50	67,70	0,27	11,18	173,60	139,20	465,50	11,38
Всего за день:				41,90	46,30	162,50	1 236	0,50	67,70	0,27	11,18	173,60	139,20	465,50	11,38

8 день

Обед

2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	4,70	19,50	7,00	224	0,02	6,00	0,05	6,70	168,00	24,00	111,00	1,70
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/25	6,10	4,00	19,40	138	0,10	10,30	0,20	1,00	39,60	36,00	106,60	1,40
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/20	26,50	33,80	8,50	444	0,14	18,00	0,16	5,04	81,00	34,80	240,40	2,03
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,59	6,62	43,19	264	0,08	0,00	0,00	1,10	15,18	9,66	49,88	1,10
2008	394	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ."С"	200	0,20	0,20	27,90	115	0,01	52,00	0,00	0,10	7,00	4,00	4,00	1,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	80	0,80	0,30	8,00	40	0,00	40,00	0,00	0,30	37,30	12,00	18,70	0,13
Итого за прием пищи:				51,89	65,92	159,29	1 451	0,45	126,30	0,41	15,32	363,98	134,46	595,78	9,64
Всего за день:				51,89	65,92	159,29	1 451	0,45	126,30	0,41	15,32	363,98	134,46	595,78	9,64

9 день

Обед

2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	100	1,60	15,30	11,90	192	0,01	15,00	0,05	6,80	24,00	19,00	43,00	1,00
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ, СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	7,40	6,40	17,70	147	0,10	7,30	0,20	0,50	40,00	26,60	170,00	1,20
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	11,20	24,40	0,40	266	0,20	0,00	0,00	0,40	36,00	20,00	162,00	2,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	5,00	5,70	13,10	124	0,05	36,00	0,13	0,40	120,00	39,00	78,70	1,80
ТТК №1	ТТК №1	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ С ВИТ.С	200	0,10	0,10	26,00	102	11,50	3,50	2,50	0,10	0,00	0,20	0,00	0,00

к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ ЖИРН.2,5%	125	3,30	3,10	21,00	171	0,30	7,00	0,30	0,00	290,00	140,00	950,00	0,00
Итого за прием пищи:				34,60	56,50	135,40	1 228	12,26	68,80	3,18	9,28	525,90	258,80	1 469,10	8,08
Всего за день:				34,60	56,50	135,40	1 228	12,26	68,80	3,18	9,28	525,90	258,80	1 469,10	8,08

10 день

Обед															
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ *	100	1,00	10,20	3,30	109	0,05	24,00	0,16	5,10	30,00	18,00	24,00	1,00
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	8,10	8,10	15,70	164	0,20	8,60	0,20	0,20	67,90	34,90	108,90	1,90
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	13,60	3,60	6,00	110	0,08	2,00	0,36	0,80	42,00	18,00	180,00	1,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,10	7,20	27,07	188	0,25	6,67	0,05	0,27	62,67	38,70	113,33	1,47
2008	401	КОМПЛОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ.С	200	0,50	0,10	28,10	116	0,03	50,00	0,00	0,10	16,00	8,00	26,00	0,60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	71	0,00	15,00	0,00	0,90	24,00	12,00	16,50	3,30
Итого за прием пищи:				33,90	31,30	140,17	984	0,71	106,27	0,77	8,45	258,47	143,60	534,13	11,55
Всего за день:				33,90	31,30	140,17	984	0,71	106,27	0,77	8,45	258,47	143,60	534,13	11,55

11 день

Обед															
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ*	100	1,40	10,10	6,60	123	0,02	15,00	0,25	4,60	38,00	19,00	36,00	1,00
2008	100/68	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	12,20	6,80	20,00	136	0,10	9,40	0,20	0,30	29,80	28,50	65,20	1,10
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	29,00	22,80	46,20	510	0,20	2,20	0,40	6,90	29,60	53,00	242,00	2,50
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ."С"	200	0,10	0,10	26,40	108	0,01	53,00	0,00	0,40	5,00	1,80	3,00	1,00

2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	4,00	1,50	46,40	214	0,07	12,00	0,01	0,60	15,00	9,00	37,00	0,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80
Итого за прием пищи:				52,70	42,80	190,90	1316	0,50	91,60	0,86	13,88	133,30	125,30	448,60	7,88
Всего за день:				52,70	42,80	190,90	1316	0,50	91,60	0,86	13,88	133,30	125,30	448,60	7,88

12 день

Обед

2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	3,80	8,10	7,50	118	0,05	5,00	1,52	3,90	32,00	33,00	56,00	1,00	
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,00	6,00	8,00	114	0,00	12,00	0,20	0,30	55,60	24,30	169,40	1,40	
2008	283/364	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	100/20	12,00	13,80	8,00	208	0,10	0,00	0,00	3,60	12,00	24,00	150,00	2,00	
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,59	6,62	43,19	264	0,08	0,00	0,00	1,10	15,18	9,66	49,68	1,10	
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ.С	200	0,10	0,10	27,90	113	0,01	52,00	0,00	0,10	5,00	2,00	8,00	0,40	
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	3,00	0,40	19,10	101	0,10	0,00	0,00	1,08	7,90	9,00	39,40	1,80	
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	1,10	26,20	125	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	26,00	0,48	
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200	3,00	1,00	14,00	72	0,10	20,00	0,10	0,00	16,00	84,00	56,00	1,20	
Итого за прием пищи:				36,49	37,12	153,89	1115	0,44	89,00	1,82	10,08	151,68	190,96	554,48	9,38	
Всего за день:				36,49	37,12	153,89	1115	0,44	89,00	1,82	10,08	151,68	190,96	554,48	9,38	
Всего за 12 дней:				498,82	481,04	1877,34	14010	21,80	1139,94	19,94	122,63	3027,28	1945,38	8419,20	119,33	
Среднее значение за период:				41,57	40,09	156,45	1167		95,00	1,66	10,22	252,27	162,12	701,60	9,94	
Содержание белков, жиров, углеводов за 12 дней в % от калорийности:				14,90	32,20	56,10										

* - С 01.03 в рецептуре блюдо лук репчатый заменяется на лук зеленый

- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008. Под редакцией Куткиной М.Н.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Сборник технологических нормативов. Москва, Хлебпродинформ, 1996.

Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.