Согласовано:
Председатель комитета но образованию
Чаплыгинского муниципального района
О.А. Горяченкова _____

Примерное двухнедельное МЕНЮ на 2022-2023 учебный год для обучающихся с 1-4 классы по общеобразовательным программам начального общего образования, на сумму 80 рублей.

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: весенний
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энерге-тичес-кая ценность (ккал)
		7-11 лет	Б	Ж	У	
	День: понедельник **Неделя: первая**					
	Обед					
79	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
206	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,53	20,78	155,25
511	Шницель рыбный натуральный	90	13,72	11,28	6,82	184,97
682	Рис отварной маслом сливочным	150/5	3,86	4,1	38,65	211,25
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
Тех. карта	Напиток из сока	200	0,2	0,00	25,81	104,04
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,79	0,8	26,09	128,03
	Итого:		**29,84**	**26,81**	**136,45**	**913,93**
	Полдник					
1	Бутерброд с маслом сливочным	10/30	4,69	11,05	16,07	180,7
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60

	Фрукты	250	2,7	0,6	24,3	120
	Итого:		**7,39**	**11,65**	**55,37**	**360,7**
	Всего:		**37,23**	**38,46**	**191,82**	**1274,63**
	День: вторник **Неделя: первая**					
	Обед					
45	Винегрет овощной	60	0,8	3,6	5,5	57,6
208	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,12	2,92	30,08	161,57
Тех карта	Тефтели	90	16,3	14,7	13,3	253,9
694	Пюре картофельное с сливочным маслом	150/5	3,25	4,86	23,17	148,1
883	Кисель из концентрата	200	0,072	0,00	31,7	127,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**28,34**	**26,88**	**129,83**	**876,29**
	Полдник					
463	Сырники из творога	100/10	19,14	17,18	12,05	322,56
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60
	Фрукты	250	2,7	0,6	24,3	120
	Итого:		21,84	17,78	51,35	502,56
	Всего:		50,18	44,66	181,18	1378,85
	День: среда **Неделя: первая**					
	Обед					
54	Икра свекольная	60	0,9	3,7	6,5	62,9
187	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,82	5,18	9,48	92,14
Тех карта	Гуляш из мяса птицы	50/50	14,9	17,6	3,5	235,2

679	Каша гречневая с маслом сливочным	150/5	7,96	5,68	39,2	244,1
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15,0	60,0
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**29,09**	**32,96**	**99,76**	**822,37**
	Полдник					
Тех карта	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5	6,96	7,6	36,55	243,65
958	Кофейный напиток	200	1,99	1,9	22,88	116,22
	Кондитерские изделия	100	7,9	16,2	65,4	439
	Итого:		**16,8**	**25,7**	**124,83**	**798,87**
	Всего:		**45,89**	**58,66**	**224,59**	**1621,46**
	День: четверг **Неделя: первая**					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	78,59
204	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,97	3,14	21,59	125,77
Тех карта	Плов из птицы	50/150	18,7	18,1	41,4	410,23
	Сок фруктовый	200	1,0	0	18,2	76
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		**27,87**	**25,14**	**118,37**	**818,62**
	Полдник					
Тех карта	Каша манная с маслом сливочным	200/5	5,44	7,08	26,92	192
41	Яйцо вареное	1 шт	5,08	4,6	0,28	62,84
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60
	Хлеб	30	3,38	1,51	16,24	93,9
	Итого:		**13,9**	**13,19**	**58,44**	**408,71**
	Всего:		**41,77**	**38,33**	**176,81**	**1227,33**

	День: пятница **Неделя: первая**					
	Обед					
33	Салат из свеклы	60	0,8	3,6	5,7	58,4
204	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,52	2,91	22,08	123,97
Тех карта	Биточки из мяса птицы	90	17,1	14,7	15,3	266,06
688	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,53	4,2	36,64	209,98
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
958	Кофейный напиток	200	1,94	1,9	22,88	116,22
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итог:		**32,69**	**30,11**	**135,88**	**953,46**
	Полдник					
Тех карта	Каша геркулесовая с маслом сливочным	200/5	8,63	11,47	30,8	260,95
1	Бутерброд с сыром	10/30	5,68	3,41	16,24	129,9
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60
	Кондитерские изделия	50	2,25	16,0	28,5	265
	Итого:		**16,56**	**30,88**	**90,54**	**715,85**
	Всего:		**49,25**	**60,99**	**226,42**	**1669,31**
	День: понедельник **Неделя: вторая**					
	Обед :					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
208	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,12	2,92	30,08	161,57

247	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70/30	13,7	3,7	2,3	98,2
682	Рис отварной с маслом сливочным	150/5	3,86	4,1	38,65	211,25
Тех карта	Напиток из сока	200	0,2	0,00	25,81	104,04
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**27,82**	**25,42**	**126,41**	**782,68**
	Полдник					
1019/1020	Оладьи с маслом сливочным и сахаром	150/10/10	11,43	17,48	71,85	485,6
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60
	Фрукты	150	1,5	0,1	19,2	89
	Итого:		**12,93**	**17,58**	**106,05**	**634,6**
	Всего:		**40,82**	**43,0**	**232,46**	**1417,28**
	День: вторник **Неделя: вторая**					
45	Винегрет овощной	60	0,8	3,6	5,5	57,6
170	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,84	5,17	9,56	91,5
Тех карта	Гуляш из мяса птицы	50/50	14,9	17,6	3,5	235,2
688	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,53	4,2	36,64	209,98
958	Кофейный напиток	200	1,94	1,9	29,88	116,22
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**28,21**	**37,04**	**111,16**	**838,53**
	Полдник					

Тех карта	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	4,69	6,76	32,31	209,13
1	Бутерброд с сыром	10/30	5,68	3,41	16,24	129,9
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60
	Кондитерские изделия	50	2,35	16,0	28,5	265
	Итого:		**12,72**	**26,17**	**92,05**	**664,03**
	Всего:		**40,93**	**63,21**	**203,21**	**1502,56**
	День: среда **Неделя: вторая**					
	Обед :					
54	Икра свекольная	60	0,9	3,7	6,5	62,9
204	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,97	3,14	21,59	125,77
Тех карта	Тефтели	90	11,32	7,08	14,2	167,48
694	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,25	4,86	23,17	148,1
883	Кисель из концентрата	200	0,072	0	31,7	127,09
	Хлеб ржано- пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**22,31**	**19,58**	**123,24**	**759,37**
	Полдник					
Тех карта	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200/5	8,63	11,47	30,8	260,95
1	Бутерброд с маслом сливочным	10/30	4,69	11,05	16,07	180,7
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60,0

	Фрукты	100	0,4	0,3	9,5	72,0
	Итого:		**13,72**	**22,82**	**71,37**	**573,65**
	Всего:		**36,03**	**42,4**	**194,61**	**1333,02**
	День: четверг **Неделя: вторая**					
	Обед :					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
206	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,53	20,78	155,25
Тех карта	Плов из мяса птицы	50/150	18,7	18,1	41,4	410,23
Тех карта	Напиток из сока	200	0,2	0	25,81	104,04
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**29,97**	**27,53**	**125,17**	**877,1**
	Полдник					
Тех карта	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5	6,96	7,6	36,55	243,65
943	Чай с сахаром	200	0	0	15	60,0
	Кондитерские изделия	100	7,9	16,2	65,4	439
	Итого:		**14,86**	**23,8**	**116,95**	**742,65**
	Всего:		**44,83**	**51,33**	**242,32**	**1619,75**
	День: пятница **Неделя: вторая**					

	Обед					
33	Салат из свеклы	60	0,8	3,6	5,7	58,4
204	Суп картофельный с крупой(рис)	250	2,52	2,91	22,08	123,97
Тех карта	Котлеты из мяса птицы	90	17,1	14,7	15,3	266,06
679	Каша гречневая с маслом сливочным	150/5	7,96	5,68	39,2	244,1
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15,0	60,0
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**33,18**	**29,69**	**130,56**	**931,36**
	Полдник					
1	Бутерброд с сыром	10/30	5,68	3,41	16,24	129,9
958	Кофейный напиток	200	1,94	1,9	22,88	116,22
	Фрукты	250	2,7	0,6	24,3	120
	Итого		**10,32**	**5,91**	**63,42**	**366,12**
	Итого:		**43,5**	**35,6**	**193,98**	**1297,48**

Необходимо предусмотреть ежедневную С-витаминизацию 3-х блюд
Весеннее-летний период - 0,25мг.

Осеннее-зимний -0,5мг.
Меню разработала: технолог службы школьного питания Исаева Н.Г.

Согласовано:
Председатель комитета по образованию
Чаплыгинского муниципального района
О.А. Горяченкова_____

Примерное двухнедельное МЕНЮ на 2022-2023 учебный год для обучающихся с 5-11 классы по общеобразовательным программам основного и среднего общего образования, для детей находящихся в семье опекуна (попечителя), в приемной семье, детей из малоимущих семей, и многодетных семей на сумму 55 рублей

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: весенний
Возрастная категория: С 11 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энерге-тичес-кая ценность (ккал)
		С 11 лет и старше	Б	Ж	У	
	День: понедельник **Неделя: первая**					
	Обед					
79	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
206	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,53	20,78	155,25
511	Шницель рыбный натуральный	90	13,72	11,28	6,82	184,97
682	Рис отварной маслом сливочным	150/5	3,86	4,1	38,65	211,25
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
Тех. карта	Напиток из сока	200	0,2	0,00	25,81	104,04
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,79	0,8	26,09	128,03
	Фрукты	Не менее 100 гр	2,7	0,6	24,3	120
	Итого:		**32,55**	**27,41**	**160,74**	**1033,63**

	День: вторник **Неделя: первая**					
	Обед					
45	Винегрет овощной	60	0,8	3,6	5,5	57,6
208	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,12	2,92	30,08	161,57
Тех карта	Тефтели	90	16,3	14,7	13,3	253,9
694	Пюре картофельное с сливочным маслом	150/5	3,25	4,86	23,17	148,1
883	Кисель из концентрата	200	0,072	0,00	31,7	127,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**28,34**	**26,88**	**129,83**	**876,29**
	День: среда **Неделя: первая**					
	Обед					
54	Икра свекольная	60	0,9	3,7	6,5	62,9
187	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,82	5,18	9,48	92,14
Тех карта	Гуляш из мяса птицы	50/50	14,9	17,6	3,5	235,2
679	Каша гречневая с маслом сливочным	150/5	7,96	5,68	39,2	244,1
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15,0	60,0
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Кондитерские изделия	40	2,29	12	24,4	214,18
	Итого:		**31,38**	**44,96**	**124,16**	**1036,77**

	День: четверг **Неделя: первая**					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	78,59
204	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,97	3,14	21,59	125,77
Тех карта	Плов из птицы	50/150	18,7	18,1	41,4	410,23
	Сок фруктовый	200	1,0	0	18,2	76
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		27,87	25,14	118,37	818,62
	День: пятница **Неделя: первая**					
	Обед					
33	Салат из свеклы	60	0,8	3,6	5,7	58,4
204	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,52	2,91	22,08	123,97
Тех карта	Биточки из мяса птицы	90	17,1	14,7	15,3	266,06
688	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,53	4,2	36,64	209,98
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
958	Кофейный напиток	200	1,94	1,9	22,88	116,22
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		**32,72**	**30,11**	**135,88**	**953,46**

	День: понедельник **Неделя: вторая**					
	Обед :					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
208	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,12	2,92	30,08	161,57
247	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70/30	13,7	3,7	2,3	98,2
682	Рис отварной с маслом сливочным	150/5	3,86	4,1	38,65	211,25
Тех карта	Напиток из сока	200	0,2	0,00	25,81	104,04
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Кондитерские изделия	40	2,19	1,2	24,4	214,4
	Итого :		30,08	26,62	150,81	997,08
	День: вторник **Неделя: вторая**					
45	Винегрет овощной	60	0,8	3,6	5,5	57,6
170	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,84	5,17	9,56	91,5
Тех карта	Гуляш из мяса птицы	50/50	14,9	17,6	3,5	235,2
688	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,53	4,2	36,64	209,98
958	Кофейный напиток	200	1,94	1,9	29,88	116,22
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**28,21**	**37,04**	**111,16**	**838,53**

	День: среда **Неделя: вторая**					
	Обед :					
54	Икра свекольная	60	0,9	3,7	6,5	62,9
204	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,97	3,14	21,59	125,77
Тех карта	Тефтели	90	16,3	14,7	13,3	253,9
694	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,25	4,86	23,17	148,1
883	Кисель из концентрата	200	0,072	0	31,7	127,09
237	Запеканка из творога	50	8,7	6,03	8,58	124
	Хлеб ржано- пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		**36,06**	**33,23**	**130,92**	**969,76**
	День: четверг **Неделя: вторая**					
	Обед :					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
206	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,53	20,78	155,25
Тех карта	Плов из мяса птицы	50/150	18,7	18,1	41,4	410,23

Тех карта	Напиток из сока	200	0,2	0	25,81	104,04
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		29,97	27,53	125,17	877,1
	День: пятница **Неделя: вторая**					
	Обед					
33	Салат из свеклы	60	0,8	3,6	5,7	58,4
204	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,52	2,91	22,08	123,97
Тех карта	Котлеты из мяса птицы	90	17,1	14,7	15,3	266,06
679	Каша гречневая с маслом сливочным	150/5	7,96	5,68	39,2	244,1
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15,0	60,0
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**33,18**	**29,69**	**131,46**	**931,36**

Необходимо предусмотреть ежедневную С-витаминизацию 3-х блюд
Весеннее-летний период - 0,25мг.
Осеннее-зимний -0,5мг.
Меню разработала: технолог службы школьного питания /Исаева Н.Г.

Согласовано:
Председатель комитета по образованию
Чаплыгинского муниципального района
О.А. Горяченкова_____

Примерное двухнедельное МЕНЮ на 2022-2023 учебный год для обучающихся с 5-11 классы по общеобразовательным программам основного и среднего общего образования, на сумму 55 рублей.

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: весенний
Возрастная категория: С 11 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энерге-тичес-кая ценность (ккал)
		С 11 лет и старше	Б	Ж	У	
	День: понедельник **Неделя: первая**					
	Обед					
79	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
206	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,53	20,78	155,25
511	Шницель рыбный натуральный	90	13,72	11,28	6,82	184,97
682	Рис отварной маслом сливочным	150/5	3,86	4,1	38,65	211,25
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
Тех. карта	Напиток из сока	200	0,2	0,00	25,81	104,04
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,79	0,8	26,09	128,03
	Фрукты	Не менее 100 гр	2,7	0,6	24,3	120
	Итого:		**32,55**	**27,41**	**160,74**	**1033,63**

	День: вторник **Неделя: первая**					
	Обед					
45	Винегрет овощной	60	0,8	3,6	5,5	57,6
208	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,12	2,92	30,08	161,57
Тех карта	Тефтели	90	16,3	14,7	13,3	253,9
694	Пюре картофельное с сливочным маслом	150/5	3,25	4,86	23,17	148,1
883	Кисель из концентрата	200	0,072	0,00	31,7	127,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**28,34**	**26,88**	**129,83**	**876,29**
	День: среда **Неделя: первая**					
	Обед					
54	Икра свекольная	60	0,9	3,7	6,5	62,9
187	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,82	5,18	9,48	92,14
Тех карта	Гуляш из мяса птицы	50/50	14,9	17,6	3,5	235,2
679	Каша гречневая с маслом сливочным	150/5	7,96	5,68	39,2	244,1
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15,0	60,0
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Кондитерские изделия	40	2,29	12	24,4	214,18
	Итого:		**31,38**	**44,96**	**124,16**	**1036,77**

	День: четверг **Неделя: первая**					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	78,59
204	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,97	3,14	21,59	125,77
Тех карта	Плов из птицы	50/150	18,7	18,1	41,4	410,23
	Сок фруктовый	200	1,0	0	18,2	76
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		27,87	25,14	118,37	818,62
	День: пятница **Неделя: первая**					
	Обед					
33	Салат из свеклы	60	0,8	3,6	5,7	58,4
204	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,52	2,91	22,08	123,97
Тех карта	Биточки из мяса птицы	90	17,1	14,7	15,3	266,06
688	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,53	4,2	36,64	209,98
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
958	Кофейный напиток	200	1,94	1,9	22,88	116,22
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		**32,72**	**30,11**	**135,88**	**953,46**

	День: понедельник **Неделя: вторая**					
	Обед :					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
208	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,12	2,92	30,08	161,57
247	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70/30	13,7	3,7	2,3	98,2
682	Рис отварной с маслом сливочным	150/5	3,86	4,1	38,65	211,25
Тех карта	Напиток из сока	200	0,2	0,00	25,81	104,04
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Кондитерские изделия	40	2,19	1,2	24,4	214,4
	Итого :		30,08	26,62	150,81	997,08
	День: вторник **Неделя: вторая**					
45	Винегрет овощной	60	0,8	3,6	5,5	57,6
170	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,84	5,17	9,56	91,5
Тех карта	Гуляш из мяса птицы	50/50	14,9	17,6	3,5	235,2
688	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,53	4,2	36,64	209,98
958	Кофейный напиток	200	1,94	1,9	29,88	116,22
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**28,21**	**37,04**	**111,16**	**838,53**

	День: среда **Неделя: вторая**					
	Обед :					
54	Икра свекольная	60	0,9	3,7	6,5	62,9
204	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,97	3,14	21,59	125,77
Тех карта	Тефтели	90	16,3	14,7	13,3	253,9
694	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,25	4,86	23,17	148,1
883	Кисель из концентрата	200	0,072	0	31,7	127,09
237	Запеканка из творога	50	8,7	6,03	8,58	124
	Хлеб ржано- пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		**36,06**	**33,23**	**130,92**	**969,76**
	День: четверг **Неделя: вторая**					
	Обед :					
20	Салат из свежей капусты (квашеной капусты)	60	1,4	3,1	11,1	79,59
206	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,53	20,78	155,25
Тех карта	Плов из мяса птицы	50/150	18,7	18,1	41,4	410,23

Тех карта	Напиток из сока	200	0,2	0	25,81	104,04
	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого :		29,97	27,53	125,17	877,1
	День: пятница **Неделя: вторая**					
	Обед					
33	Салат из свеклы	60	0,8	3,6	5,7	58,4
204	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,52	2,91	22,08	123,97
Тех карта	Котлеты из мяса птицы	90	17,1	14,7	15,3	266,06
679	Каша гречневая с маслом сливочным	150/5	7,96	5,68	39,2	244,1
348	Соус томатный	50	1,0	2,0	7,2	50,8
943	Чай с сахаром	200/15	0	0	15,0	60,0
	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,8	0,8	26,08	128,03
	Итого:		**33,18**	**29,69**	**131,46**	**931,36**

Необходимо предусмотреть ежедневную С-витаминизацию 3-х блюд
Весеннее-летний период - 0,25мг.
Осеннее-зимний -0,5мг.
Меню разработала: технолог службы школьного питания Исаева Н.Г.