СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ "СОШ № 7"
_____ В.П.Мингалева
"__" _____ 2021г.

УТВЕРЖДАЮ:
Председатель Правления
ПК "СЫСЕРТСКОЕ РАЙПО"
_____ Шалапугина Н.В.
"11" января 2021г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПК "СЫСЕРТСКОЕ РАЙПО " ДЛЯ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ №7 с.ПАТРУШИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 12-18 ЛЕТ.

МЕНЮ 1 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1(завтрак 12-18лет)										
44504	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	250,00	8,10	8,25	39,00	267,50	123,00	1,37	0,12	0,12	0,50
пром	Яблоко свежее	100,00	0,40	0,40	9,80	49,00	6,00	2,20	0,03	0,02	10,00
44240	Бутерброд с сыром	50,00	7,20	5,90	14,00	140,00	188,00	0,20	0,00	0,00	0,20
3210	Кофейный напиток на молоке	200,00	3,10	3,20	14,40	96,00	116,70	0,10	0,00	0,10	0,50
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**630,00**	**20,48**	**18,08**	**92,02**	**621,47**	**433,70**	**13,07**	**42,55**	**10,24**	**12,44**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
44348	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом	100,00	1,50	6,00	7,50	93,00	41,40	0,60	0,00	0,00	33,90
16.2	Суп картофельный с бобовыми	200,00	4,40	4,48	16,64	131,20	30,56	1,68	0,10	0,00	4,56
43.8	Кнели из говядины	100,00	16,70	19,40	6,50	268,00	64,40	2,40	0,10	0,20	0,50
46.3	Макароны отварные	180,00	6,39	3,60	38,88	220,50	14,94	0,90	0,09	0,00	0,00
44206	Компот из кураги и яблок	200,00	0,40	0,20	16,10	69,00	14,30	1,00	0,00	0,00	1,70
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	0,00	20,00	65,00	14,00	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**840,00**	**33,44**	**34,31**	**114,93**	**920,81**	**165,60**	**35,78**	**107,69**	**24,20**	**43,00**
	Итого комплекс 1,2	**1470,00**	**53,92**	**52,39**	**206,95**	**1542,28**	**599,30**	**48,85**	**150,24**	**34,44**	**55,44**

МЕНЮ 2 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (затрак 12-18 лет)										
44263	Мясо говядины, тушеное с овощами	250,00	19,60	19,60	24,75	361,25	30,60	3,50	0,12	0,12	13,30
1	Доп гарнир:огурец консервированный	50,00	0,40	0,00	1,20	8,00	11,30	0,30	0,00	0,00	4,90
29.10	Чай с лимоном	200,00	0,10	0,00	9,90	40,00	2,20	0,10	0,00	0,00	0,80
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**580,00**	**25,73**	**20,43**	**74,82**	**595,12**	**55,70**	**14,90**	**42,54**	**10,14**	**22,04**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
27.1	Салат из морской капусты с морковкой и растительным маслом	100,00	1,10	10,80	6,60	129,00	32,20	8,20	0,00	0,10	1,80
44257	Борщ из капусты с картофелем и сметаной	250,00	1,90	5,20	9,00	95,00	39,60	0,90	0,00	0,00	39,60
44325	Биточки из кур	100,00	14,80	12,40	9,10	209,00	40,00	1,20	0,10	0,10	0,30
38.3	Рис, припушенный с овощами	180,00	4,50	8,55	45,27	285,30	22,41	0,81	0,09	0,00	0,54
44265	Компот из свежих плодов (яблок)	200,00	0,40	0,40	18,40	80,00	14,30	1,90	0,00	0,00	3,60
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	7,00	1,10	0,01	0,01	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**890,00**	**26,75**	**37,98**	**117,68**	**937,41**	**155,51**	**23,31**	**42,60**	**10,21**	**48,18**
	Итого комплекс 1,2	**1470,00**	**52,48**	**58,41**	**192,50**	**1532,53**	**211,21**	**38,21**	**85,14**	**20,35**	**70,22**

11лет

МЕНЮ 3 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1(завтрак 12-18лет)										
44533	Капуста тушеная	180,00	3,87	3,42	14,31	111,60	97,38	1,35	0,09	0,09	37,44
36.8	Тефтели из говядины с рисом	100,00	12,90	13,10	11,80	220,00	19,90	2,10	0,10	0,10	3,00
37.10	Напиток из шиповника	200,00	0,20	0,10	16,10	56,00	4,40	0,20	0,00	0,00	39,00
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**560,00**	**22,60**	**17,45**	**81,18**	**573,47**	**133,28**	**14,65**	**42,61**	**10,21**	**82,48**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
55/1	Салат из картофеля с сельдью	100,00	4,80	7,80	10,90	136,00	22,40	0,80	0,10	0,10	3,00
44379	Щи с капустой и картофелем со сметаной	250,00	1,90	3,00	8,00	71,00	41,20	0,70	0,00	0,00	13,90
44447	Печень по-строгоновски	100,00	12,75	14,25	2,75	190,00	29,30	4,60	0,16	1,25	6,80
39.3	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	7,90	5,30	34,47	234,90	16,65	4,14	0,27	0,09	0,00
37.101	Напиток "Золотой шар"	200,00	0,00	0,00	7,50	30,00	4,40	0,20	0,00	0,00	29,00
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**910,00**	**32,98**	**31,18**	**102,59**	**847,77**	**125,55**	**21,44**	**42,95**	**11,46**	**55,74**
	Итого комплекс 1,2	**1470,00**	**55,58**	**48,63**	**183,77**	**1421,24**	**258,83**	**36,09**	**85,56**	**21,67**	**138,22**

11 лет

МЕНЮ 4 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (завтрак 12-18 лет)										
44233	Омлет натуральный	200,00	19,50	21,20	3,40	282,00	135,40	3,30	0,10	0,60	0,30
445	Доп гарнир:Зеленый горошек	70,00	2,10	3,50	4,48	58,80	13,72	0,49	0,07	0,00	6,86
36.10	Какао на молоке	200,00	3,50	3,40	22,30	133,00	107,20	0,80	0,00	0,10	0,20
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**550,00**	**30,73**	**28,93**	**69,15**	**659,67**	**267,92**	**15,59**	**42,59**	**10,72**	**10,40**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
32/1	Салат из отварной свеклы	100,00	1,40	6,00	6,80	90,00	34,10	1,20	0,00	0,00	1,90
44502	Рассольник с крупой и сметаной	250,00	2,50	5,40	16,60	131,00	26,00	1,00	0,10	0,10	7,20
19.7	Тефтели рыбные с рисом в соусе	130,00	13,10	9,20	11,80	184,00	24,40	0,40	0,10	0,10	0,20
44258	Картофельное пюре	180,00	3,69	4,41	24,48	159,30	42,87	1,35	0,18	0,09	6,57
18.10	Кисель из ягод	200,00	0,10	0,00	26,20	106,00	6,40	0,20	0,00	0,00	1,20
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**940,00**	**26,42**	**25,84**	**124,85**	**856,17**	**145,37**	**15,15**	**42,80**	**10,31**	**20,11**
	Итого комплекс 1,2	**1490,00**	**57,15**	**54,77**	**194,00**	**1515,84**	**413,29**	**30,74**	**85,39**	**21,03**	**30,51**

11 лет

МЕНЮ 5 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (завтрак 12-18лет)										
1	Доп гарнир:огурец свежий	50,00	0,40	0,00	1,20	8,00	11,30	0,30	0,00	0,00	4,90
44325	Биточки из кур	100,00	14,80	12,40	9,10	209,00	40,00	1,20	0,10	0,10	0,30
46.3	Макароны отварные	180,00	6,39	3,60	38,88	220,50	14,94	0,90	0,09	0,00	0,00
44357	Компот из смородины	200,00	0,10	0,00	11,30	47,00	7,30	0,20	0,00	0,00	2,00
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	7,00	1,10	0,01	0,01	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**590,00**	**25,74**	**16,63**	**89,79**	**623,61**	**80,54**	**12,90**	**42,60**	**10,11**	**9,54**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
41.1	Салат из отварного картофеля с сол.огурцом	100,00	1,40	6,10	9,10	101,00	16,90	0,70	0,10	0,00	4,70
20.2	Суп овощной со сметаной	250,00	2,00	6,90	11,00	119,00	29,50	0,80	0,10	0,10	8,60
3	Мясо кур отварное	10,00	2,35	2,25	0,00	29,50	2,00	0,20	0,00	0,00	0,10
44295	Плов	200,00	18,30	14,88	36,24	359,20	23,44	1,76	0,08	0,08	1,12
37.10	Напиток из шиповника	200,00	0,20	0,10	16,10	56,00	4,40	0,20	0,00	0,00	39,00
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,80	0,55	24,70	114,95	0,00	15,30	70,61	16,60	2,06
	Итого за прием	**860,00**	**31,00**	**31,28**	**121,29**	**896,55**	**87,84**	**20,76**	**70,91**	**16,80**	**57,38**
	Итого комплекс 1,2	**1450,00**	**56,74**	**47,91**	**211,08**	**1520,16**	**168,38**	**33,66**	**113,51**	**26,91**	**66,92**

11 лет

МЕНЮ 6 день											
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (завтрак 12-18 лет)										
16.4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200,00	6,50	6,00	31,20	208,00	97,50	1,00	0,10	0,10	0,40
42.8	Тефтели из говядины	100,00	13,90	13,70	13,30	236,00	45,70	2,20	0,10	0,10	3,30
ттк	Напиток каркаде	200,00	0,50	0,10	14,80	61,00	6,90	1,40	0,00	0,00	0,80
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	7,00	1,10	0,01	0,01	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**560,00**	**24,95**	**20,43**	**88,61**	**644,11**	**157,10**	**14,90**	**42,61**	**10,21**	**6,84**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
445	Доп гарнир: кукуруза консервированая	30,00	0,90	1,23	1,92	25,20	5,88	0,21	0,03	0,00	2,94
22.2	Суп-лапша на куринном бульоне	250,00	2,40	3,80	14,60	106,00	13,40	0,50	0,00	0,00	0,50
64	Колбаски "Витаминные"	100,00	15,60	19,40	3,10	251,00	25,50	1,90	0,08	0,80	2,70
44533	Капуста тушеная	180,00	3,87	3,42	14,31	111,60	97,38	1,35	0,09	0,09	37,44
16,00	Компот из кураги	200,00	1,20	0,00	31,60	126,00	11,80	0,34	0,00	0,00	1,80
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,80	0,55	24,70	114,95	0,00	15,30	70,61	16,60	2,06
	Итого за прием	**860,00**	**30,72**	**28,90**	**114,38**	**851,65**	**165,56**	**21,40**	**70,83**	**17,51**	**49,24**
	Итого комплекс 1,2	**1420,00**	**55,67**	**49,33**	**202,99**	**1495,76**	**322,66**	**36,30**	**113,44**	**27,72**	**56,08**

11 лет

МЕНЮ 7 день (вторник)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (завтрак 12-18 лет)										
444	Запеканка из творога	200,00	33,80	19,20	26,40	418,00	284,60	1,00	0,10	0,50	0,50
27.10	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,80	38,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00
14/12	Булочка дорожная	90,00	4,00	5,60	26,70	176,00	24,00	4,00	0,00	0,00	0,10
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	7,00	1,10	0,01	0,01	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**550,00**	**41,95**	**25,43**	**92,21**	**771,11**	**315,90**	**15,30**	**42,51**	**10,51**	**2,94**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
35.1	Салат из свеклы с соленым огурцом	100,00	1,30	6,00	6,00	86,00	30,80	1,10	0,00	0,00	2,40
19.2	Суп картофельный с рыбой	250,00	10,30	7,50	17,80	186,00	18,50	1,00	0,10	0,10	2,20
44236	Мясо кур отварное в соусе	100,00	11,60	11,20	2,30	157,00	11,80	0,90	0,00	0,10	0,40
46.3	Макароны отварные	180,00	6,39	3,60	38,88	220,50	14,94	0,90	0,09	0,00	0,00
44387	Компот из вишни	200,00	0,20	0,00	11,90	48,00	7,50	0,10	0,00	0,00	1,20
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	7,00	1,10	0,01	0,01	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	2,80	0,55	24,70	114,95	0,00	15,30	70,61	16,60	2,06
	Итого за прием	**910,00**	**34,96**	**29,15**	**116,07**	**882,59**	**90,54**	**20,40**	**70,81**	**16,81**	**9,36**
	Итого комплекс 1,2	**1460,00**	**76,91**	**54,58**	**208,28**	**1653,70**	**406,44**	**35,70**	**113,32**	**27,32**	**12,30**

11 лет

МЕНЮ 8 день											
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (завтрак 12-18 лет)										
44396	Тефтели рыбные с рисом в соусе	130,00	13,90	7,30	12,30	173,00	62,90	0,50	0,10	0,10	0,20
44258	Картофельное пюре	180,00	3,69	4,41	24,48	159,30	42,87	1,35	0,18	0,09	6,57
2	Масло сливочное	5,00	0,04	3,60	0,07	33,00	1,20	0,01	0,00	0,00	0,00
18.10	Кисель из ягод	200,00	0,10	0,00	26,20	106,00	6,40	0,20	0,00	0,00	1,20
1	Доп гарнир:огурец свежий	50,00	0,40	0,00	1,20	8,00	11,30	0,30	0,00	0,00	4,90
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	7,00	1,10	0,01	0,01	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**625,00**	**22,18**	**15,94**	**93,56**	**618,41**	**131,67**	**12,66**	**42,69**	**10,20**	**15,21**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
44409	Салат из св капусты с св огурцом с растител маслом	100,00	1,30	6,00	3,60	76,00	37,70	0,60	0,00	0,00	29,80
40.2	Гренки	20,00	1,70	0,20	10,70	54,00	4,20	0,20	0,00	0,00	0,00
29.2	Суп-пюре из картофеля с гренками	250,00	3,20	3,70	15,50	111,00	72,20	0,80	0,10	0,10	6,10
22.8	Биточки из говядины с капустой и рисом	100,00	9,00	9,00	7,40	150,00	34,00	1,40	0,00	0,10	3,90
32/3	Рагу из овощей	180,00	2,96	4,68	17,50	131,90	45,70	1,26	0,05	0,05	12,00
18.10	Кисель из ягод	200,00	0,10	0,00	26,20	106,00	6,40	0,20	0,00	0,00	12,78
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**930,00**	**23,89**	**24,41**	**119,87**	**814,77**	**211,80**	**15,46**	**42,57**	**10,27**	**67,62**
	Итого комплекс 1,2	**1740,00**	**44,78**	**42,62**	**225,44**	**1499,54**	**381,70**	**30,12**	**85,14**	**20,54**	**105,44**

11 лет

МЕНЮ 9 день											
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (завтрак 12-18 лет)										
44240	Бутерброд с сыром	40,00	4,90	2,90	14,00	104,00	100,00	0,10	0,00	0,00	0,10
44236	Мясо кур отварное в соусе	100,00	11,60	11,20	2,30	157,00	11,80	0,90	0,00	0,10	0,40
39.3	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	7,90	5,30	34,47	234,90	16,65	4,14	0,27	0,09	0,00
37.101	Напиток "Золотой шар"	200,00	0,00	0,00	7,50	30,00	4,40	0,20	0,00	0,00	29,00
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**550,00**	**26,08**	**19,73**	**73,09**	**594,87**	**132,85**	**14,54**	**42,67**	**10,19**	**30,74**
	Комплекс 2 (обед 12-18 лет)										
44283	Икра из кабачков	40,00	2,00	0,12	20,00	101,60	62,72	1,20	0,04	0,08	0,76
38.2	Суп крестьянский с крупой и сметаной	250,00	2,30	5,90	13,20	121,00	33,40	0,80	0,10	0,00	8,00
178	Биточки из говядины в молочноч соусе	100,00	16,70	14,70	12,10	249,00	49,10	2,00	0,10	0,10	0,10
41.3	Каша перловая рассыпчатая	180,00	5,76	5,20	38,30	240,30	44,80	1,44	0,08	0,08	0,95
44296	Компот из яблок и изюма	200,00	0,20	0,20	16,80	69,00	6,50	0,90	0,00	0,00	1,60
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	0,00	20,00	65,00	14,00	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**830,00**	**31,01**	**26,75**	**129,71**	**920,01**	**196,52**	**35,54**	**107,72**	**24,26**	**13,75**
	Итого комплекс 1,2	**1380,00**	**57,09**	**46,48**	**202,80**	**1514,88**	**329,37**	**50,08**	**150,39**	**34,45**	**44,49**

МЕНЮ 10 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)		Витамины (мг)		
							Ca	Fe	B1	B2	C
	Комплекс 1 (завтрак 12-18 лет)										
44295	Плов	250,00	22,90	18,60	45,30	449,00	29,30	2,20	0,10	0,10	1,40
2	Помидор свежий	50,00	0,50	0,10	1,90	13,00	6,90	0,40	0,00	0,00	12,30
27.10	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,80	38,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	7,00	1,10	0,01	0,01	1,10
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**560,00**	**27,55**	**19,33**	**86,31**	**639,11**	**43,50**	**12,90**	**42,51**	**10,11**	**16,04**
	Комплекс 2 (обед12-18 лет)										
16.1	Салат из моркови	100,00	1,20	6,00	9,20	98,00	24,40	0,60	0,10	0,10	4,50
18.2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	3,20	2,40	21,70	127,00	18,30	1,00	0,10	0,10	6,10
23.8	Котлета из говядины с картофелем	100,00	11,10	12,70	6,80	189,00	14,40	1,80	0,10	0,10	1,40
21.4	Горох отварной	180,00	11,07	3,51	26,37	196,20	70,56	3,60	0,36	0,09	0,45
44357	Компот из сухофруктов	200,00	1,00	0,10	19,80	88,00	31,30	0,60	0,00	0,00	0,30
пром	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,50	24,15	116,90	11,60	1,80	0,02	0,02	1,80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,68	0,33	14,82	68,97	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24
	Итого за прием	**910,00**	**33,20**	**25,54**	**122,84**	**884,07**	**170,56**	**18,60**	**43,08**	**10,41**	**15,79**
	Итого комплекс 1,2	**1470,00**	**60,75**	**44,87**	**209,15**	**1523,18**	**214,06**	**31,50**	**85,59**	**20,52**	**31,83**
	Итого за 10 дней завтрак		**267,99**	**202,38**	**840,74**	**6340,95**	**1752,16**	**141,41**	**425,88**	**102,64**	**208,67**
	Итого за 10 дней обед		**304,37**	**295,34**	**1184,21**	**8811,80**	**1514,85**	**227,84**	**641,96**	**152,24**	**380,17**