

Согласовано:
Директор МАОУ «Школа №10»



Е.В.Ислентьева

Утверждаю:
Директор МУП «КП» ГО город Ирбит



Н.А.Ситнова

(Приказ №41 от 01.09.23)

**Примерное десятидневное меню
для питания учащихся
МАОУ «Школа №10»
с 1 сентября 2023 г**

**Примерное двухнедельное (10 дней) меню
для питания учащихся МАОУ «Школа 10»**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	Пищевая ценность				Витамины, мг.			
			Белки	Жиры	Углев. оды	Энергет. Ценность, Ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг
1 Вариант										
Горячее питание 1-4 классы										
№506,2004	Суфле из птицы с соусом	95/50	21,12	25,34	5,75	335,1	0,07	0,19	0,07	58,43
№516,2004	Макаронь отварные	180	6,38	5,87	42,58	252	0,11	0,04	0	35,53
№705,2004	Напиток из шиповника	200			23,95	91			0,72	0,48
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
Горячее питание 5-11 классы										
№135,2004	Суп из разных овощей, сметаной,	250/10	2,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66
№451,2004	Шницель мясной с соусом	100	8,64	8,59	10,79	154,7	0,03	0,06	1,62	22,18
№520,2004	Картофельное пюре	180	3,89	6,72	26,32	186,0	0,19	0,17	30,97	63,43
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
Завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№160,2004	Каша рисовая с маслом сливочным	200	5,98	11,92	42,51	303,0	0,08	0,18	1,31	129,5
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25
№1, 2004	Бутерброд с маслом сливочным	31,25/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2
№337,2004	Яйцо вареное	1шт/	5,33	4,83	0,29	66,0	0,03	0,18	0	23,1
Обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№135,2004	Суп из разных овощей, сметаной,	200/10	4,57	9,32	9,89	142,4	0,09	0,09	19,38	31,73
№506,2004	Суфле из птицы с соусом	95/50	21,12	25,34	5,75	335,1	0,07	0,19	0,07	58,43
№516,2004	Макаронь отварные	180	6,38	5,87	42,58	252	0,11	0,04	0	35,53
№705,2004	Напиток из шиповника	200			23,95	91			0,72	0,48
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
Завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№160,2004	Каша рисовая с маслом сливочным	250	7,48	14,9	53,14	378,8	0,1	0,23	1,64	161,8
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25
№1, 2004	Бутерброд с маслом	31,25/15	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2
№337,2004	Яйцо вареное	1шт	5,33	4,83	0,29	66,0	0,03	0,18	0	23,1
обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№135,2004	Суп из разных овощей, сметаной,	250/10	2,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66
№451,2004	Шницель мясной с соусом	100	8,64	8,59	10,79	154,7	0,03	0,06	1,62	22,18
№520,2004	Картофельное пюре	180	3,89	6,72	26,32	186,0	0,19	0,17	30,97	63,43
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5

		2 вариант									
		Горячее питание 1-4 классы									
№451,2004	Шницель мясной с соусом	95/50	16,42	16,33	20,49	293,9	0,05	0,11	3,08	42,14	0
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0
№534,2004	Капуста тушеная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
		Горячее питание 5-11 классы									
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,54	7,52	17,78	152	0,11	0,09	17,47	39,26	1
№506,2004	Суфле из филе птицы	100	22,24	26,67	6,05	352,7	0,07	0,2	0,07	61,51	2
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0
№534,2004	Капуста тушеная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0
№685,2004	Чай с /с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
		завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	20/10	2,03	6,02	14,22	121,6	0,09	0,07	13,98	31,41	0
№366,2004	Запеканка творожная с повидлом	100/50	15,8	22,6	23,73	360,0	0,07	0,33	0,67	198,93	0
№769,2004	Булочка домашняя	100	7,03	13,15	57,8	377,0	0,12	0,04	0	17,03	0
№692,2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
		обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
№451,2004	Шницель мясной с соусом	95/50	16,42	16,33	20,49	293,9	0,05	0,11	3,08	42,14	0
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0
№534,2004	Капуста тушеная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
		завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11									
№366,2004	Запеканка творожная с повидлом	120/50	15,8	22,6	23,73	360,0	0,07	0,33	0,67	198,93	0
№769,2004	Булочка домашняя	110	7,03	13,15	57,8	377,0	0,12	0,04	0	17,03	0
№692,2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0
	Хлеб ржаной/ пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
		обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11									
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,54	7,52	17,78	152	0,11	0,09	17,47	39,26	1
№506,2004	Суфле из филе птицы	100	22,24	26,67	6,05	352,7	0,07	0,2	0,07	61,51	2
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0
№534,2004	Капуста тушеная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0
№685,2004	Чай с /с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0

	3 вариант										
	Горячее питание 1-4 классы										
№43, 2004	Салат из свежей капусты	60	0,56	1,84	3,38	31,8	0,01	0,01	9,07	19,91	0
№403,1994	Плов по-узбекски	55/150	15,92	49,90	59,59	873,4	0,11	0,09	5,86	50,05	1
№701, 2004	Напиток из свежих фруктов (яблок)	200	0,05	0,05	25,8	97	0	0	2,06	2,48	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	Горячее питание 5-11 классы										
№110,2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	0,07	127	0,08	20,74	53,9	1
№43, 2004	Салат из свежей капусты	100	0,94	3,06	5,64	53	0,02	0,02	15,12	33,18	0
№461, 2004	Тефтели с соусом	110	9,05	11,85	12,34	191	0,05	0,07	4,08	38,82	0
№512,2004	Рис припущенный с овощами	180	4,4	5,77	44,6	253,2	0,05	0,04	0	18,98	0
№701, 2004	Напиток из свежих фруктов (яблок)	200	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№340,2004	Омлет натуральный	118	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,24	2
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0
№2,2004	Бутерброд с джемом	31,25/40	3,24	0,32	46,96	202	0,04	0,02	0,06	12,8	0
	Хлеб ржаной, пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№110,2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/10	1,70	5,82	10,94	101,6	0,06	0,06	16,59	43,14	0
№43, 2004	Салат из свежей капусты	60	0,56	1,84	3,38	31,8	0,01	0,01	9,07	19,91	0
№403,1994	Плов по-узбекски	55/150	15,92	49,90	59,59	873,4	0,11	0,09	5,86	50,05	1
№701, 2004	Напиток из свежих фруктов (яблок)	200	0,05	0,05	25,8	97	0	0	2,06	2,48	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№340,2004	Омлет натуральный	118	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,24	2
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0
№2,2004	Бутерброд с джемом	31,25/40	3,24	0,32	46,96	202	0,04	0,02	0,06	12,8	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№110,2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	0,07	127,0	0,08	20,74	53,9	1
№43, 2004	Салат из свежей капусты	100	0,94	3,06	5,64	53	0,02	0,02	15,12	33,18	0
№461, 2004	Тефтели с соусом	110	9,05	11,85	12,34	191	0,05	0,07	4,08	38,82	0
№512,2004	Рис припущенный с овощами	180	4,4	5,77	44,6	253,2	0,05	0,04	0	18,98	0
№701, 2004	Напиток из свежих фруктов (яблок)	200	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0

4 вариант											
Горячее питание 1-4 классы											
№366,2004	Запеканка творожная с повидлом	150/30	23,72	34,67	36,42	556	0,08	0,055	0,97	284,73	1,02
№769,2004	Булочка дорожная	80	5,57	11,78	45,57	310,4	0,08	0,03	0	13,14	0,70
№692,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
Горячее питание 5-11 классы											
№131,2004	Рассольник Домашний со сметаной	250/10	2,45	7,83	15,29	143,3	0,12	0,07	26,32	42,46	1,11
№451,2004	Котлета мясная	100	25,92	25,78	32,36	464	0,08	0,18	4,86	66,54	1,08
№520, 2004	Пюре картофельное	200	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,81	52,86	1,26
№638,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123,0	0,02	0,04	0,80	32,4	0,7
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы											
№337,2004	Яйцо вареное	1шт	5,33	4,83	0,29	66,0	0,03	0,18	0	23,1	1,05
Табл. Сборник 2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	200/10	9,52	16,25	36,02	328,0	0,27	0,3	2,13	224,89	1,77
№692,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы											
№131,2004	Рассольник Домашний со сметаной	200/10	2,03	6,02	14,22	121,6	0,09	0,07	13,98	31,41	0,9
№366,2004	Запеканка творожная с повидлом	150/30	23,72	34,67	36,42	556	0,08	0,055	0,97	284,73	1,02
№769,2004	Булочка дорожная	80	5,57	11,78	45,57	310,4	0,08	0,03	0	13,14	0,70
№692,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы											
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66,0	0,03	0,18	0	23,1	1,05
Табл. Сборник 2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	200/10	9,52	16,25	36,02	328,0	0,27	0,3	2,13	224,89	1,77
№692,2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121,0	0,04	0,15	1,3	120,3	0,1
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8
№2,2004	Бутерброд с повидлом	31,25/40	0,15	0	20,85	80	0,0	0,01	0,05	3,64	0,0
обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11											
№131,2004	Рассольник Домашний со сметаной	250/10	2,45	7,83	15,29	143,3	0,12	0,07	26,32	42,46	1,11
№451,2004	Котлета мясная	100	25,92	25,78	32,36	464	0,08	0,18	4,86	66,54	1,08
№520, 2004	Пюре картофельное	200	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,81	52,86	1,26
№638,2004	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123,0	0,02	0,04	0,80	32,4	0,7
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8

	5 вариант									
	Горячее питание 1-4 классы									
№11,2003	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	60	0,86	6,04	6,56	83,4	0,01	0,02	14,46	23,38
№418,1994	Зразы рубленые с соусом	90/50	16,06	19,96	14,93	302,4	0,07	0,17	4,16	44,41
Ст. 246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,46	14,61	41,39	333,0	0,06	0,05	0	25,88
№ 81,2003	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34,0	0,4	0,47	27,9	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	Горячее питание 5-11 классы									
№135,2004	Суп из овощей, сметаной,	250/10	2,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66
№11,2003	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	100	1,44	10,07	10,93	139	0,02	0,04	24,10	38,97
№418,1994	Зразы рубленые с соусом	100/50	17,84	22,17	16,59	336	0,08	0,19	4,63	49,35
Стр246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,15	17,53	49,67	399,6	0,07	0,06	0	31,06
№ 81,2003	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
Стр.246,2004	Каша рисовая с маслом сливочным	200/10	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129,51
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
№2,2004	Бутерброд с повидлом	31,25/40	0,15	0	20,85	80	0,0	0,01	0,05	3,64
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы									
№135,2004	Суп овощной со сметаной	200/10	2,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66
№11,2003	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	60	0,86	6,04	6,56	83,4	0,01	0,02	14,46	23,38
№418,1994	Зразы рубленые с соусом	90/50	16,06	19,96	14,93	302,4	0,07	0,17	4,16	44,41
Ст. 246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,46	14,61	41,39	333,0	0,06	0,05	0	25,88
№ 81,2003	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34,0	0,4	0,47	27,9	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы									
Стр.246,2004	Каша рисовая с маслом сливочным	200/10	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129,51
№685, 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
№2, 2004	Бутерброд с повидлом	31,25/40	0,15	0	20,85	80	0,0	0,01	0,05	3,64
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы									
№135,2004	Суп из овощей, сметаной,	250/10	2,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66
№11,2003	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	100	1,44	10,07	10,93	139	0,02	0,04	24,10	38,97
№418,1994	Зразы рубленые с соусом	100/50	17,84	22,17	16,59	336	0,08	0,19	4,63	49,35
Стр246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,15	17,53	49,67	399,6	0,07	0,06	0	31,06
№ 81,2003	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5

7 Вариант										
Горячее питание 1-4 классы										
№461,2004	Тефтели с соусом	90/50	13,57	17,77	18,52	286,8	0,07	0,11	6,12	46,24
№520,2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155,0	0,16	0,14	25,81	52,86
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121,0	0,04	0,15	1,3	120,3
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
Горячее питание 5-11 классы										
№139,2004	Суп картофельный с горохом, сметаной	250/20	8,14	9,31	18,5	181,6	0,08	0,08	9,46	25,46
№461,2004	Тефтели с соусом	100/50	15,08	19,75	20,57	318,7	0,08	0,12	6,80	51,37
№516,2004	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	180/40	6,38	5,88	42,59	252	0,11	0,04	0	35,53
№81,2003	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№160,2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	200/5	12,42	18,12	56,77	439,2	0,08	0,3	2,53	240,2
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
№2,2004	Бутерброд с маслом и повидлом	31,25 /40	3,09	8,57	19,52	170,0	0,04	0,02	0	9,2
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№139,2004	Суп картофельный с горохом, сметаной	200/10	8,14	9,31	18,5	181,6	0,08	0,08	9,46	25,46
№461,2004	Тефтели с соусом	90/50	13,57	17,77	18,52	286,8	0,07	0,11	6,12	46,24
№520,2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155,0	0,16	0,14	25,81	52,86
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121,0	0,04	0,15	1,3	120,3
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
Стр.246,2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	250/10	12,94	17,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250,21
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
№2,2004	Бутерброд с повидлом	31,25/40	0,15	0	20,85	80	0,0	0,01	0,05	3,64
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№139,2004	Суп картофельный с горохом, сметаной	250/20	8,14	9,31	18,5	181,6	0,08	0,08	9,46	25,46
№461,2004	Тефтели с соусом	100/50	15,08	19,75	20,57	318,7	0,08	0,12	6,80	51,37
№516,2004	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	180/40	6,38	5,88	42,59	252	0,11	0,04	0	35,53
№81,2003	Напиток Виталайт	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5

9 Вариант										
Горячее питание 1-4 классы										
№436,2004	Жаркое по-домашнему из филе птицы	75/160	19,27	18,43	31,41	374,0	0,27	0,26	41,87	26,76
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
№3,2004	Бутерброд (булка формовая) с сыром	50/25	9,19	7,74	29,22	227	0,08	0,08	0,35	229,65
Горячее питание 5-11 классы										
№110,2004	Борщ из св. капусты со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,74	20,31
№451,2004	Биточки мясные с соусом	100/50	25,92	25,78	32,36	464	0,08	0,18	4,86	66,54
№520,2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,81	52,86
№539,2004	Капуста тушенная	50	1,47	1,52	5,82	42,5	0,02	0,03	33,08	36,24
№639,2004	Компот их сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123,0	0,02	0,04	0,80	32,4
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№160,2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	200/10	10,33	10,98	47,27	328	0,07	0,25	2,11	199,57
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25
№1,2004	Бутерброд с маслом/джемом	31,25/10/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2
обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№110,2004	Борщ из св. капусты со сметаной	200/10	1,7	5,82	10,94	101,6	0,06	0,06	16,59	43,14
№436,2004	Жаркое по-домашнему из филе птицы	75/160	19,27	18,43	31,41	374,0	0,27	0,26	41,87	26,76
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25
№3,2004	Бутерброд (булка формовая) с сыром	50/25	9,19	7,74	29,22	227	0,08	0,08	0,35	229,65
завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№160,2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	250/10	12,42	18,12	56,77	439,2	0,08	0,3	2,53	240,20
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25
№1,2004	Бутерброд с маслом/джемом	31,25/10/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2
обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№110,2004	Борщ из св. капусты со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,74	20,31
№451,2004	Биточки мясные с соусом	100/50	25,92	25,78	32,36	464	0,08	0,18	4,86	66,54
№520,2004	Пюре картофельное	150	3,24	5,6	21,93	155	0,16	0,14	25,81	52,86
№539,2004	Капуста тушенная	50	1,47	1,52	5,82	42,5	0,02	0,03	33,08	36,24
№639,2004	Компот их сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123,0	0,02	0,04	0,80	32,4
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5

1 1 4 Ср. Ккал

1 1,2 4,2

При разработке ТТК использовались сборники рецептов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. г. Москва, 1996

2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области. Г. Екатеринбург. 2003г.

3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В. Т. Лапшиной 2004г.