

Согласовано:



Директор МАОУ «Школа № 10»

Е.В. Ислентьева

Утверждаю:



Директор ООО «Комбинат питания»

Н.А. Ситнова

**Примерное десятидневное меню
для питания учащихся
МАОУ «Школа № 10»
с 1 марта 2026 года**

г. Иrbит

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

			Пищевая ценность				Витамины,мг.				
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углев оды	Энрге т. Ценно сть, Ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Ф м
	1 Вариант										
	Горячее питание 1-4 классы										
№493,2004	Филе из цыпленка в сметанном соусе	90	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,05	
№516,2004	Макаронные изделия отварные	150	4,8	4,15	31,2	193,5	0,08	0,06	0,04	33,2	1,
№639,2004	Компот из с/ф	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	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										
2004	Салат из отв.моркови с масл. растит	100	1,17	10,08	6,48	121	0,05	0,06	4,5	49,58	0,
№135,2004	Суп из разных овощей, сметаной,	250/10	2,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66	1,
№451,2004	Шницель мясной с соусом	100	8,64	8,59	10,79	154,7	0,03	0,06	1,62	22,18	0,
№520,2004	Картофельное пюре	180	3,89	6,72	26,32	186,0	0,19	0,17	30,97	63,43	1,
№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 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	129,51	0,
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	0
№1, 2004	Бутерброд с маслом сливочным	31,25/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,
№337,2004	Яйцо вареное	1шт/	5,33	4,83	0,29	66,0	0,03	0,18	0	23,1	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	0,
№493,2004	Филе из цыпленка в сметанном соусе	90	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,05	1,
№516,2004	Макаронные изделия отварные	150	4,8	4,15	31,2	193,5	0,08	0,06	0,04	33,2	1,
№639,2004	Компот из с/ф	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	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										
№160,2004	Каша рисовая с маслом сливочным	250	7,48	14,9	53,14	378,8	0,1	0,23	1,64	161,89	0,
№630,1994	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	0
№1, 2004	Бутерброд с маслом	31,25/15	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,
№337,2004	Яйцо вареное	1шт	5,33	4,83	0,29	66,0	0,03	0,18	0	23,1	1,
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
2004	Салат из отв.моркови с масл. растит	100	1,17	10,08	6,48	121	0,05	0,06	4,5	49,58	0,
№135,2004	Суп из разных овощей, сметаной,	250/10	2,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66	1,
№451,2004	Шницель мясной с соусом	100	8,64	8,59	10,79	154,7	0,03	0,06	1,62	22,18	0,
№520,2004	Картофельное пюре	180	3,89	6,72	26,32	186,0	0,19	0,17	30,97	63,43	1,
№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

	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	0,01
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0,01
№534,2004	Капуста тушенная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0,01
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,01
	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	0,01
№493,2004	Филе из цыпленка в сметанном соусе	100	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,05	0,01
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0,01
№534,2004	Капуста тушенная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0,01
№685,2004	Чай с /с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,01
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№366,2004	Запеканка творожная с повидлом	100/50	15,8	22,6	23,73	360,0	0,07	0,33	0,67	198,93	0,01
№769,2004	Булочка домашняя	100	7,03	13,15	57,8	377,0	0,12	0,04	0	17,03	0,01
№692,2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,01
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2,03	6,02	14,22	121,6	0,09	0,07	13,98	31,41	0,01
№451,2004	Шницель мясной с соусом	95/50	16,42	16,33	20,49	293,9	0,05	0,11	3,08	42,14	0,01
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0,01
№534,2004	Капуста тушенная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0,01
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,01
	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	0,01
№769,2004	Булочка домашняя	110	7,03	13,15	57,8	377,0	0,12	0,04	0	17,03	0,01
№692,2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0,01
	Хлеб ржаной/ пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,01
	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	0,01
№493,2004	Филе из цыпленка в сметанном соусе	100	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,05	0,01
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	0,01
№534,2004	Капуста тушенная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	0,01
№685,2004	Чай с /с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,01

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

	8 вариант										
	Горячее питание 1-4 классы										
№496,2004	Котлета из курицы с соусом	100/50	18,6	28,05	18,36	3987	0,8	0,15	2,24	24,61	1,7
№516,2004	Макаронные изделия отварные	160	5,67	5,22	37,85	224	0,10	0,3	0	31,58	1,0
№ 705,204	Напиток из шиповника	200	-	-	23,95	91	-	-	0,48	0,48	0,0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,1
	Горячее питание 5-11 классы										
№138,2004	Суп картофельный с рыбой с крупой	250/10	6,11	2,84	13,95	108,0	0,09	0,05	13,2	20,24	0,7
№496,2004	Котлета из курицы с соусом	100	28,42	30,71	11,58	435,9	0,11	0,22	0	26,26	2,4
№520, 2004	Пюре картофельное	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1,6
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,8
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,1
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№366 2004	Запеканка из творога с повидлом	150/30	15,8	22,6	23,73	360,0	0,07	0,33	0,67	198,93	0,6
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,8
№ 110,1986	Булочка Дорожная	100	6,96	14,72	56,96	388,0	0,1	0,04	0	16,42	0,8
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,1
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4 классы										
№138,2004	Суп картофельный с рыбой с крупой	200/10	10,12	12,21	17,45	223	0,11	0,06	16,5	25,3	0,9
№496,2004	Котлета из курицы с соусом	100/50	18,6	28,05	18,36	3987	0,8	0,15	2,24	24,61	1,7
№516,2004	Макаронные изделия отварные	160	5,67	5,22	37,85	224	0,10	0,3	0	31,58	1,0
№ 705,204	Напиток из шиповника	200	-	-	23,95	91	-	-	0,48	0,48	0,0
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,1
	завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11 классы										
№366 2004	Запеканка из творога с повидлом	150/30	15,8	22,6	23,73	360,0	0,07	0,33	0,67	198,93	0,6
№630,1994	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,8
№ 110,1986	Булочка Дорожная	110	6,96	14,72	56,96	388,0	0,1	0,04	0	16,42	0,8
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,1
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№138,2004	Суп картофельный с рыбой с крупой	250/10	6,11	2,84	13,95	108,0	0,09	0,05	13,2	20,24	0,7
№496,2004	Котлета из курицы с соусом	100	28,42	30,71	11,58	435,9	0,11	0,22	0	26,26	2,4
№520, 2004	Пюре картофельное	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1,6
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	5,25	0,8
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,1

[illegible]

	10 вариант										
	Горячее питание 1-4 классы										
№46,2004	Шницель Дружба с маслом сливочным	90	17,78	29,83	6,91	420	0,01	0,05	1,65	28,13	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
№631,2004	Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1
	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										
№131,2004	Рассольник по-домашнему со сметаной	250/10	2,45	7,84	15,29	143,4	0,11	0,08	26,31	42,46	1
№46,2004	Шницель Дружба с маслом сливочным	100	19,75	33,14	7,67	466,6	0,01	0,05	1,83	31,25	0
№520,2004	Пюре картофельное	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1
№631,2004	Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1
	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										
Стр.246,2004	Каша ячневая с маслом сливочным	200/10	9,08	14,08	43,22	337	0,07	0,26	2,13	201,8	0
№337,2004	Яйцо вареное	1 шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0
	Хлеб ржаной	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										
№131,2004	Рассольник по-домашнему со сметаной	200/10	1,96	6,27	12,23	114,7	0,09	0,06	21,05	33,97	0
№46,2004	Шницель Дружба с маслом сливочным	90	17,78	29,83	6,91	420	0,01	0,05	1,65	28,13	0
№520,2004	Пюре картофельное	100	3,24	5,6	21,93	155,0	0,16	0,14	25,81	52,86	1
	Капуста тушеная	80									
№631,2004	Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1
	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										
Стр.246,2004	Каша ячневая с маслом сливочным	250/10	9,31	14,43	44,3	345,4	0,07	0,027	2,18	206,85	0
№337,2004	Яйцо вареное	1 шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1
№692,2004	Напиток кофейный с молоком	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0
	Хлеб ржаной	31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0
	обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№131,2004	Рассольник по-домашнему со сметаной	250/10	2,45	7,84	15,29	143,4	0,11	0,08	26,31	42,46	1
№46,2004	Шницель Дружба с маслом сливочным	100	19,75	33,14	7,67	466,6	0,01	0,05	1,83	31,25	0
№520,2004	Пюре картофельное	180	4,07	12,52	30,2	255,6	0,24	0,17	37,3	36,43	1
№631,2004	Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0

[illegible]

	12 вариант										
	Горячее питание 1-4 классы										
№496,2004	Биточек из курицы	90	25,27	28,15	15,44	414	0,11	0,23	0,29	49,25	2,1
№520,2004	Пюре картофельное с зеленым горошком	150/30	3,24	5,60	21,93	155	0,16	0,14	25,81	52,86	1,2
№616,2004	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0,2	0,05	15,01	57,00	0,00	0,01	0,1	5,25	0,8
	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										
№110,2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,74	53,9	1,2
ТТК № 20,2007	Рыба под сырной корочкой	100	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,54	0,4
№36,2004	Рис припущенный с овощами	180	4,69	7,8	46,57	279,6	0,06	0,04	1,55	18,89	0,8
№616,2004	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0,2	0,05	15,01	57,00	0,00	0,01	0,1	5,25	0,8
	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										
Таб.4,2004	Каша пшенная с маслом сливочным	200/10	10,35	15,1	47,31	366	0,07	0,25	2,11	200,17	0,2
№2,2004	Бутерброд с маслом, джемом	31,25/10/30	0,15	0	28,85	80	0,01	0,01	0,05	3,65	0,1
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	148	0,04	0,15	1,3	120,4	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
	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	0,9
№496,2004	Биточек из курицы	90	25,27	28,15	15,44	414	0,11	0,23	0,29	49,25	2,1
№520,2004	Пюре картофельное с зеленым горошком	150/30	3,24	5,60	21,93	155	0,16	0,14	25,81	52,86	1,2
№616,2004	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0,2	0,05	15,01	57,00	0,00	0,01	0,1	5,25	0,8
	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 завтрак										
№337,2007	Яйцо отварное	1 шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,0
Таб.4,2004	Каша пшенная с маслом сливочным	250/10	12,94	17,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250,21	0,2
№2,2004	Бутерброд с маслом, джемом	31,25/10/30	0,15	0	28,85	80	0,01	0,01	0,05	3,65	0,1
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	148	0,04	0,15	1,3	120,4	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
	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	127	0,07	0,08	20,74	53,9	1,2
ТТК № 20,2007	Рыба под сырной корочкой	100	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,54	0,4
№36,2004	Рис припущенный с овощами	180	4,69	7,8	46,57	279,6	0,06	0,04	1,55	18,89	0,8
№616,2004	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0,2	0,05	15,01	57,00	0,00	0,01	0,1	5,25	0,8
	Хлеб ржаной/пшеничный	31,25/31,25	5,52	0,58	35,24	172	0,05	0,02	0	14,5	0,8

[illegible]

	14 вариант										
	Горячее питание 1-4 классы										
№16,2004	Салат из свежих огурцов	50	0,325	10,03	1,05	95,5	0,01	0,015	4,05	11,15	
№ 56,2004	Голубцы любительские	110	5,76	16,49	9,16	258,0	0,01	0,03	20,73	33,04	
№ 246,2004	Каша ячневая/перловая рассыпчатая	150	8,46	14,61	41,39	333,0	0,06	0,05	0	25,88	
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	
	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										
№134,2004	Суп «Крестьянский»	250/10	8,29	12,33	11,01	188	0,08	0,10	20,23	35,13	
№496,2004	Котлета из курицы с соусом	100/50	18,6	28,05	18,36	3987	0,8	0,15	2,24	24,61	
№520,2004	Картофельное пюре с нарезкой св. помидор	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	
№534,2004	Капуста тушенная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	
	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 кл										
№340,2004	Омлет натуральный	118	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,24	
№769,2004	Булочка домашняя	100	7,03	13,15	57,8	377,0	0,12	0,04	0	17,03	
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	
	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										
№16,2004	Салат из свежих огурцов	50	0,325	10,03	1,05	95,5	0,01	0,015	4,05	11,15	
№134,2004	Суп «Крестьянский»	250/10	8,29	12,33	11,01	188	0,08	0,10	20,23	35,13	
№496,2004	Котлета из курицы с соусом	100/50	18,6	28,05	18,36	3987	0,8	0,15	2,24	24,61	
№520,2004	Картофельное пюре	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	
№534,2004	Капуста тушенная	50	1,47	1,52	5,82	42,5	0,02	0,03	33,08	36,24	
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	
	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										
№340,2004	Омлет натуральный	118	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,24	
№769,2004	Булочка домашняя	100	7,03	13,15	57,8	377,0	0,12	0,04	0	17,03	
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	
	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										
№134,2004	Суп «Крестьянский»	250/10	8,29	12,33	11,01	188	0,08	0,10	20,23	35,13	
№496,2004	Котлета из курицы с соусом	100/50	18,6	28,05	18,36	3987	0,8	0,15	2,24	24,61	
№520,2004	Картофельное пюре с нарезкой св. помидор	100	2,16	3,73	14,62	103,3	0,11	0,09	17,21	35,24	
№534,2004	Капуста тушенная	80	2,35	2,43	9,30	68	0,03	0,05	52,92	57,98	
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	

[illegible]

обслуживающих учащихся образовательных учреждений
Свердловской области. Г. Екатеринбург. 2003г.

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