

«Утверждаю»:

Директор муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Кукморская средняя школа №4» Кукморского  
муниципального района Республики Татарстан



Бариев Р.Д.

**Двенадцатидневное меню (сезон-зимний) для организации  
горячего питания для обучающихся 5-11 классов  
МБОУ КСШ №4 Кукморского муниципального района  
Республики Татарстан**

|                                                                      | Наименование блюд             | Выход  | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г   | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг         | Р, мг          | Mg, мг        | Fe, мг       |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------|---------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| <b>1-ая неделя</b>                                                   |                               |        |               |               |               |                    |                |               |               |               |                |                |               |              |
| <b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК)</b>                                          |                               |        |               |               |               |                    |                |               |               |               |                |                |               |              |
| № 62<br>Сбор.ре. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ    | 100    | 0,86          | 3,55          | 7,41          | 83,3               | 0,048          | 22,3          |               | 0,39          | 38,8           | 18,08          | 4,11          | 0,26         |
| № 280<br>Сбор.ре. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ           | 55/50  | 8,330         | 7,743         | 3,194         | 175,00             | 0,03           | 0,65          | 0,10          | 1,26          | 100,530        | 110,071        | 0,077         | 1,000        |
| № 303<br>Сбор.ре. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)       | 200    | 8,882         | 12,032        | 45,333        | 227                | 0,389          | -             |               | 0,690         | 49,802         | 227,404        | 59,400        | 1,468        |
| 349/2015,<br>Дели                                                    | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ   | 200    | 0             | 0             | 14,6          | 58,1               | 0              | 0             | 0             | 0             | 8,4            | 0,0            | 1,8           | 0,0          |
|                                                                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ) | 20     | 1,0           | 0,2           | 9,0           | 44                 | 0,01           | 0             | 0             | 0,108         | 2,76           | 12,72          | 3,00          | 0,372        |
|                                                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30     | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,330         | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                      | <b>Итого:</b>                 |        | <b>21,352</b> | <b>23,765</b> | <b>94,297</b> | <b>658,066</b>     | <b>0,520</b>   | <b>22,95</b>  | <b>0,10</b>   | <b>2,774</b>  | <b>206,292</b> | <b>387,775</b> | <b>72,6</b>   | <b>3,430</b> |
| <b>2 день (ВТОРНИК)</b>                                              |                               |        |               |               |               |                    |                |               |               |               |                |                |               |              |
| № 45<br>Сбор.ре. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100    | 1,3           | 3,2           | 6,45          | 60,00              | 0,02           | 10,41         |               | 0,10          | 28,30          | 78,30          | 10,08         | 0,45         |
| № 289<br>Сбор.ре. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                 | 50/200 | 16,400        | 23,540        | 39,800        | 417                | 0,268          | 10,768        | 0,240         | 2,800         | 76,880         | 269,214        | 35,192        | 0,148        |
| № 376<br>Сбор.ре. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/15 | 0,530         |               | 9,47          | 40                 |                | 0,270         | -             |               | 13,600         | 22,130         | 11,730        | 0,100        |
|                                                                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ) | 20     | 1,0           | 0,2           | 9,0           | 44                 | 0,01           | 0             | 0             | 0,108         | 2,76           | 12,72          | 3,00          | 0,372        |
|                                                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30     | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,330         | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                      | <b>Итого:</b>                 |        | <b>21,51</b>  | <b>27,210</b> | <b>79,480</b> | <b>632</b>         | <b>0,331</b>   | <b>21,448</b> | <b>0,24</b>   | <b>3,338</b>  | <b>127,540</b> | <b>401,86</b>  | <b>64,202</b> | <b>1,400</b> |

| 3 день (СРЕДА)                                                           |                                      |        |               |              |                |            |              |               |              |              |                |                |               |              |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------|---------------|--------------|----------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| № 52<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015   | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ             | 100    | 1,425         | 6,088        | 19,3           | 93,3       | 0,018        | 12,8          | 0,0          | 1,068        | 201,8          | 140,97         | 20,9          | 0,330        |
| № 203<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 200    | 6,800         | 5,957        | 38,000         | 249,33     | 0,116        | -             | 0,133        | 1,453        | 21,942         | 76,012         | 11,305        | 1,540        |
| № 256<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015  | МЯСО ТУШЕНОЕ                         | 50/50  | 10,500        | 11,030       | 3,2            | 196,0      | 0,140        | 3,9           |              | 0,363        | 66,8           | 215,17         | 30,16         | 1,43         |
| № 376<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200/15 | 0,530         |              | 9,47           | 40         |              | 0,270         | -            |              | 13,600         | 22,130         | 11,730        | 0,100        |
|                                                                          | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)        | 20     | 1,0           | 0,2          | 9,0            | 44         | 0,01         | 0             | 0            | 0,108        | 2,76           | 12,72          | 3,00          | 0,372        |
|                                                                          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30     | 2,280         | 0,240        | 14,760         | 71         | 0,033        | -             | -            | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                          | <b>Итого:</b>                        |        | <b>22,535</b> | <b>23,52</b> | <b>93,7</b>    | <b>694</b> | <b>0,317</b> | <b>16,993</b> | <b>0</b>     | <b>3,322</b> | <b>312,918</b> | <b>486,506</b> | <b>81,299</b> | <b>4,102</b> |
| 4 день (ЧЕТВЕРГ)                                                         |                                      |        |               |              |                |            |              |               |              |              |                |                |               |              |
| № 56 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015      | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ             | 100    | 5,800         | 10,180       | 16,500         | 206,6      | 0,000        | 18,83         | -            | 0,66         | 211,5          | 200,6          | 68,83         | 3,16         |
| № 295<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015  | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ  | 90     | 11,520        | 6,040        | 21,780         | 179        | 0,090        | 0,000         |              |              | 100,600        | 177,750        | 0,720         | 0,338        |
| № 312<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели -2015 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 200    | 4,120         | 11,042       | 29,300         | 229,33     | 0,218        | 10,590        | 0,106        | 4,000        | 63,740         | 131,780        | 10,600        | 0,000        |
| 349/2015, Дели                                                           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 200    | 0             | 0            | 14,6           | 58,1       | 0            | 0             | 0            | 0            | 8,4            | 0,0            | 1,8           | 0,0          |
|                                                                          | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)        | 20     | 1,0           | 0,2          | 9,0            | 44         | 0,01         | 0             | 0            | 0,108        | 2,76           | 12,72          | 3,00          | 0,372        |
|                                                                          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30     | 2,280         | 0,240        | 14,760         | 71         | 0,033        | -             | -            | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                          | <b>Итого:</b>                        |        | <b>24,720</b> | <b>27,70</b> | <b>105,940</b> | <b>788</b> | <b>0,361</b> | <b>29,420</b> | <b>0,106</b> | <b>5,098</b> | <b>393,000</b> | <b>542,350</b> | <b>89,150</b> | <b>4,200</b> |

| <b>5 день (ПЯТНИЦА)</b>                                                 |                                                      |        |               |               |               |            |              |               |              |              |                |                |               |              |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------|---------------|---------------|---------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 57/2012, Дели                                                           | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 250    | 8,3           | 5,4           | 13,3          | 136,9      | 0,1          | 12,2          | 0,2          | 0,3          | 51,9           | 108,6          | 34,0          | 2,3          |
| № 376<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 200/15 | 0,530         |               | 9,47          | 40         |              | 0,270         | -            |              | 13,600         | 22,130         | 11,730        | 0,100        |
|                                                                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                        | 20     | 1,3           | 0,2           | 7             | 35         | 0,02         | 0             | 0            | 0,2          | 4,7            | 21,1           | 6,3           | 0,52         |
|                                                                         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30     | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71         | 0,033        | -             | -            | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                         | <b>Итого:</b>                                        |        | <b>12,410</b> | <b>5,840</b>  | <b>44,530</b> | <b>283</b> | <b>0,153</b> | <b>12,470</b> | <b>0,240</b> | <b>0,830</b> | <b>76,200</b>  | <b>171,330</b> | <b>56,230</b> | <b>3,250</b> |
| <b>6 день (СУББОТА)</b>                                                 |                                                      |        |               |               |               |            |              |               |              |              |                |                |               |              |
| № 45<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                        | 100    | 1,3           | 3,2           | 6,45          | 60,00      | 0,02         | 10,41         |              | 0,10         | 28,30          | 78,30          | 10,08         | 0,45         |
| 182/2015, Дели                                                          | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                                | 200    | 5,2           | 7,9           | 41,6          | 259,8      | 0            | 0,4           | 0,1          | 0,4          | 93             | 119,6          | 30,1          | 0,5          |
| № 268<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ                                              | 90     | 13,670        | 13,671        | 8,7           | 209,6      | 0,061        | 0,787         |              | 1,476        | 14,36          | 138,56         | 17,561        | 2,045        |
| № 376<br>Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 200/15 | 0,530         |               | 9,47          | 40         |              | 0,270         | -            |              | 13,600         | 22,130         | 11,730        | 0,100        |
|                                                                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                        | 20     | 1,0           | 0,2           | 9,0           | 44         | 0,01         | 0             | 0            | 0,108        | 2,76           | 12,72          | 3,00          | 0,372        |
|                                                                         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30     | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71         | 0,033        | -             | -            | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                         | <b>Итого:</b>                                        |        | <b>23,980</b> | <b>25,241</b> | <b>89,980</b> | <b>684</b> | <b>0,124</b> | <b>11,867</b> | <b>0,000</b> | <b>0,735</b> | <b>158,020</b> | <b>390,810</b> | <b>76,671</b> | <b>3,797</b> |

| № Сборника рецептов                                                | Наименование блюд             | Выход  | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г   | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг         | Р, мг          | Mg, мг        | Fe, мг       |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------|---------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| <b>2-ая неделя</b>                                                 |                               |        |               |               |               |                    |                |               |               |               |                |                |               |              |
| <b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК)</b>                                        |                               |        |               |               |               |                    |                |               |               |               |                |                |               |              |
| № 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100    | 1,300         | 3,200         | 6,450         | 60,0               | 0,02           | 10,41         |               | 0,1           | 28,3           | 78,3           | 10,08         | 0,45         |
| Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015      | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ           | 55/50  | 8,330         | 7,743         | 3,194         | 175                | 0,030          | 0,65          | 0,1           | 1,256         | 100,530        | 110,071        | 0,077         | 1,000        |
| № 302 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ          | 200    | 4,660         | 4,040         | 34,930        | 192                | 0,17           | 0             | 28,000        | 0,414         | 20,268         | 176,29         | 59,01         | 1,960        |
| 435/2015 Дели                                                      | РЯЖЕНКА                       | 200    | 5,400         | 1,800         | 7,560         | 72                 | 0,040          | 0,900         | 0             | 0,000         | 223,200        | 165,600        | 0,000         | 0,000        |
|                                                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ) | 20     | 1,0           | 0,2           | 9,000         | 44                 | 0,01           | 0             | 0             | 0,108         | 2,760          | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|                                                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76         | 71                 | 0,033          |               | -             | 0,33          | 6,00           | 19,5           | 4,2           | 0,33         |
|                                                                    | <b>Итого:</b>                 |        | <b>22,970</b> | <b>17,223</b> | <b>75,894</b> | <b>614,000</b>     | <b>0,303</b>   | <b>11,960</b> | <b>28,1</b>   | <b>2,208</b>  | <b>381,058</b> | <b>562,481</b> | <b>76,367</b> | <b>4,112</b> |
| <b>2 день (ВТОРНИК)</b>                                            |                               |        |               |               |               |                    |                |               |               |               |                |                |               |              |
| № 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ      | 100    | 1,425         | 6,088         | 19,303        | 93,3               | 0,018          | 12,833        |               | 1,068         | 201,810        | 140,970        | 20,900        | 0,330        |
| Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015      | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                 | 50/200 | 19,346        | 19,613        | 37,786        | 485,33             | 0,280          | 6,533         | 0,133         | 1,600         | 110,762        | 364,000        | 53,933        | 2,533        |
| № 375 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/15 | 0,530         |               | 9,47          | 40                 |                | 0,270         |               |               | 13,600         | 22,130         | 11,730        | 0,100        |
|                                                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ) | 20     | 1,0           | 0,2           | 9,000         | 44                 | 0,01           | 0             | 0             | 0,108         | 2,760          | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|                                                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76         | 71                 | 0,033          |               | -             | 0,33          | 6,00           | 19,5           | 4,2           | 0,33         |
|                                                                    | <b>Итого:</b>                 |        | <b>24,58</b>  | <b>26,14</b>  | <b>90,319</b> | <b>734</b>         | <b>0,34</b>    | <b>19,64</b>  | <b>0,133</b>  | <b>3,106</b>  | <b>334,93</b>  | <b>559,32</b>  | <b>93,76</b>  | <b>3,665</b> |

| 3 день (СРЕДА)                                                         |                                                  |     |               |               |                |               |              |               |              |              |                |                |                |              |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----|---------------|---------------|----------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| № 62 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ                       | 100 | 0,86          | 3,55          | 7,41           | 83,3          | 0,048        | 22,3          |              | 0,39         | 38,8           | 18,08          | 4,11           | 0,26         |
| № 234 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели -2015 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                                   | 90  | 7,250         | 4,77          | 8,42           | 130,50        | 0,06         | 0,54          | 0,11         | 0,73         | 49,52          | 154,19         | 13,50          | 0,00         |
| Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели -2015       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                | 200 | 4,120         | 11,042        | 29,300         | 229,33        | 0,218        | 10,590        | 0,106        | 4,000        | 63,740         | 131,780        | 10,600         | 0,000        |
| 349/2015, Дели                                                         | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                      | 200 | 0             | 0             | 14,6           | 58,1          | 0,0          | 0,0           | 0,0          | 0,0          | 8,4            | 1,8            | 0,0            | 0,0          |
|                                                                        | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                    | 20  | 1,0           | 0,2           | 9,000          | 44            | 0,01         | 0             | 0            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|                                                                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 30  | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71            | 0,033        |               | -            | 0,33         | 6,00           | 19,5           | 4,2            | 0,33         |
|                                                                        | <b>Итого:</b>                                    |     | <b>15,51</b>  | <b>19,80</b>  | <b>83,49</b>   | <b>616,23</b> | <b>0,365</b> | <b>33,43</b>  | <b>0,219</b> | <b>5,554</b> | <b>169,22</b>  | <b>338,073</b> | <b>35,410</b>  | <b>0,962</b> |
| 4 день (ЧЕТВЕРГ)                                                       |                                                  |     |               |               |                |               |              |               |              |              |                |                |                |              |
| №56 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015    | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ                         | 100 | 5,800         | 10,180        | 16,500         | 206,6         | 0,00         | 18,83         | -            | 0,66         | 211,5          | 200,6          | 68,83          | 3,16         |
| Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015        | КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 80  | 12,183        | 12,152        | 7,740          | 186,3         | 0,055        | 0,700         | -            | 1,312        | 12,772         | 123,173        | 15,610         | 1,818        |
| 182/2015 Дели                                                          | КАША МОЛОЧНАЯ (ПШЕННАЯ)                          | 200 | 8,4           | 9,2           | 46,6           | 304,0         | 0,2          |               | 0,1          | 1,6          | 109,9          | 178,8          | 50,4           | 1,5          |
| 349/2015, Дели                                                         | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                      | 200 | 0             | 0             | 14,6           | 58,1          | 0,0          | 0,0           | 0,0          | 0,0          | 8,4            | 1,8            | 0,0            | 0,0          |
|                                                                        | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                    | 20  | 1,0           | 0,2           | 9,000          | 44            | 0,01         | 0             | 0            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|                                                                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 30  | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71            | 0,033        |               | -            | 0,33         | 6,00           | 19,5           | 4,2            | 0,33         |
|                                                                        | <b>Итого:</b>                                    |     | <b>29,663</b> | <b>31,972</b> | <b>109,200</b> | <b>870</b>    | <b>0,298</b> | <b>12,833</b> | <b>0,133</b> | <b>4,010</b> | <b>351,332</b> | <b>536,593</b> | <b>142,040</b> | <b>7,180</b> |

| 5 день (ПЯТНИЦА)                                                   |                                       |        |               |               |                |                |              |               |            |              |               |                |                |              |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| № 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ              | 100    | 1,425         | 6,088         | 19,303         | 93,3           | 0,018        | 12,833        |            | 1,068        | 201,810       | 140,970        | 20,900         | 0,330        |
| № 303 Сбор.рец. На прод-ию для                                     | КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)               | 200    | 8,882         | 12,032        | 45,333         | 227            | 0,389        |               |            | 0,7          | 49,8          | 227,4          | 59,4           | 1,5          |
| № 290 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ                | 50/50  | 11,65         | 10,75         | 11,60          | 164,00         | 0,17         | 6,33          |            | 0,96         | 85,20         | 163,20         | 15,72          | 1,80         |
| Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015       | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/15 | 0,530         |               | 9,47           | 40             |              | 0,270         |            |              | 13,600        | 22,130         | 11,730         | 0,100        |
|                                                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)         | 20     | 1,0           | 0,2           | 9,000          | 44             | 0,01         | 0             | 0          | 0,108        | 2,760         | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|                                                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71             | 0,033        |               | -          | 0,33         | 6,00          | 19,5           | 4,2            | 0,33         |
|                                                                    | <b>Итого:</b>                         |        | <b>25,767</b> | <b>29,310</b> | <b>109,466</b> | <b>638,966</b> | <b>0,618</b> | <b>19,429</b> | <b>0,2</b> | <b>3,152</b> | <b>359,17</b> | <b>585,922</b> | <b>114,946</b> | <b>4,400</b> |
| 6 день (СУББОТА)                                                   |                                       |        |               |               |                |                |              |               |            |              |               |                |                |              |
| 99/2015, Дели                                                      | СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 250    | 11,8          | 9,6           | 18,5           | 207,8          | 0,3          | 4,5           | 0,2        | 3,8          | 50,4          | 38,8           | 129,5          | 2,8          |
| 349/2015, Дели                                                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ           | 200    | 0             | 0             | 14,6           | 58,1           | 0,0          | 0,0           | 0,0        | 0,0          | 8,4           | 1,8            | 0,0            | 0,0          |
|                                                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)         | 20     | 1,0           | 0,2           | 9,000          | 44             | 0,01         | 0             | 0          | 0,108        | 2,760         | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|                                                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 30     | 2,28          | 0,24          | 14,76          | 71             | 0,033        |               | -          | 0,33         | 6,00          | 19,5           | 4,2            | 0,33         |
|                                                                    | <b>Итого:</b>                         |        | <b>15,080</b> | <b>10,040</b> | <b>56,860</b>  | <b>381</b>     | <b>0,343</b> | <b>0,530</b>  | <b>0</b>   | <b>1,86</b>  | <b>67,560</b> | <b>72,82</b>   | <b>136,700</b> | <b>3,502</b> |

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост: А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко, М.И.Цыганенко.- К.:ООО "Издательство Арий", М.:ИКТЦ "Лада", 2011.-6

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сборника рецептов: Рецептура блюд согласно Сборнику рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна Дели плюс 2015