"Разработано"

Департамент по образованию Администрации Волгограда

Руководитель департамента **И.А.Радченко**

"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора

по Волгоградской области

И.А. Климов

28.08.2020 г.

Добрынина Алевтина Викторовна

Подписано цифровой подписью: Добрынина Алевтина Викторовна
Дата: 2021.07.12 14:00:18 +04'00'

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов

возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

1 смена

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый Дом СПП»

_____ С.К. Кондрев

«_____» _____ 2020 г.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждения № „Средняя школа № 83 Центрального района Волгограда"

Директор А. Добрынина Добрынина А.В.

«_____» _____ 2020г.

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Говядина с овощами №278К	150	15,8	26,2	20,2	380,5	0,1	8,7	0,9	7,3	40,1	49,4	183,2	2,7	278К	2016
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9		
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	9,6	0,0	0,3	21,6	12,2	14,9	3,0	338	2011
Итого за прием пищи:		**20,2**	**27,1**	**73,6**	**623,0**	**0,2**	**18,3**	**1,1**	**8,6**	**83,2**	**80,4**	**235,9**	**7,0**		
2-й завтрак															
Сосиска, запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004
Итого за прием пищи:		**10,7**	**17,4**	**46,4**	**353,8**	**0,2**	**1,1**	**0,2**	**1,2**	**43,2**	**21,7**	**127,3**	**2,0**		
Всего:		**30,9**	**44,5**	**120,0**	**976,8**	**0,4**	**19,4**	**1,3**	**9,8**	**126,4**	**102,1**	**363,2**	**9,0**		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Плов из птицы №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	0,1	2,0	0,2	3,9	19,7	33,8	158,8	1,5	492	2004
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	377	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		**18,5**	**19,2**	**61,9**	**494,3**	**0,2**	**3,1**	**0,4**	**4,7**	**41,6**	**50,3**	**190,4**	**2,6**		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004
Итого за прием пищи:		**8,9**	**4,4**	**68,3**	**353,3**	**0,1**	**2,9**	**0,0**	**0,8**	**86,3**	**34,2**	**135,9**	**1,7**		
Всего:		**27,4**	**23,6**	**130,2**	**847,6**	**0,3**	**6,0**	**0,4**	**5,5**	**127,9**	**84,5**	**326,3**	**4,3**		

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Каша вязкая молочная рисовая №174	150	4,2	7,2	30,5	205,1	0,0	0,2	0,1	0,2	78,2	22,6	95,7	0,4	174	2011
Яйцо вареное вкрутую №337	1	6,3	5,7	0,4	78,5	0,0	0,0	0,2	0,3	25,5	5,6	89,0	1,2	337	2004
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		**14,8**	**14,1**	**62,2**	**436,8**	**0,1**	**0,3**	**0,6**	**1,3**	**162,8**	**48,8**	**243,7**	**2,8**		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011
Итого за прием пищи:		**6,6**	**4,8**	**66,4**	**351,0**	**0,1**	**82,2**	**0,0**	**1,7**	**47,4**	**21,4**	**62,6**	**1,4**		
Всего:		**21,4**	**18,9**	**128,6**	**787,8**	**0,2**	**82,5**	**0,6**	**3,0**	**210,2**	**70,2**	**306,3**	**4,2**		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Котлеты, биточки, шницели рубленные №268	80	12,9	17,6	11,7	255,9	0,0	0,0	0,0	2,8	15,9	22,3	126,9	2,1	268	2011
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,1	0,0	0,1	1,0	16,0	20,5	54,6	1,2	203	2011
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		**21,5**	**23,5**	**79,3**	**613,5**	**0,2**	**0,0**	**0,3**	**4,6**	**51,3**	**58,6**	**211,7**	**4,4**		
2-й завтрак															
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004
Итого за прием пищи:		**5,1**	**8,1**	**64,2**	**352,5**	**0,1**	**1,1**	**0,3**	**0,7**	**32,4**	**12,1**	**47,6**	**1,1**		
Всего:		**26,6**	**31,6**	**143,5**	**966,0**	**0,3**	**1,1**	**0,6**	**5,3**	**83,7**	**70,7**	**259,3**	**5,5**		

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	0,1	0,0	3,3	48,1	40,2	165,9	1,2	388	2004
Рагу из овощей №224	150	2,6	10,4	13,5	158,3	0,1	12,3	0,3	0,3	44,9	24,0	58,9	0,8	224	2004
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	377	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9		
Итого за прием пищи:		**17,4**	**18,0**	**65,6**	**494,6**	**0,3**	**13,5**	**0,5**	**4,6**	**117,0**	**83,7**	**264,0**	**3,3**		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Компот из изюма №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011
Итого за прием пищи:		**7,1**	**3,2**	**69,8**	**342,4**	**0,1**	**2,8**	**0,0**	**0,8**	**44,2**	**25,7**	**97,7**	**1,5**		
Всего:		**24,5**	**21,2**	**135,4**	**837,0**	**0,4**	**16,3**	**0,5**	**5,4**	**161,2**	**109,4**	**361,7**	**4,8**		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Запеканка рисовая с творогом со сметаной №315	150/10	9,0	8,1	45,8	291,4	0,0	0,0	0,0	0,2	56,6	30,8	134,2	1,1	315	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004
Масло сливочное №96	5	0,0	3,5	0,1	32,1	0,0	0,0	0,0	0,1	1,0	0,0	1,2	0,0	96	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9		
Итого за прием пищи:		**15,0**	**13,2**	**96,1**	**561,8**	**0,1**	**0,1**	**0,0**	**1,3**	**133,1**	**63,6**	**234,6**	**2,7**		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011
Компот из апельсинов №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004
Итого за прием пищи:		**6,4**	**4,6**	**79,2**	**389,9**	**0,1**	**14,2**	**0,0**	**1,0**	**49,3**	**23,6**	**69,9**	**1,2**		
Всего:		**21,4**	**17,8**	**175,3**	**951,7**	**0,2**	**14,3**	**0,0**	**2,3**	**182,4**	**87,2**	**304,5**	**3,9**		

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	150	4,1	4,9	26,0	165,5	0,1	0,2	0,0	0,0	78,6	22,5	91,4	0,5	175	2011
Сыр (порциями) №15	10	2,2	2,9	0,0	35,3	0,0	0,0	0,0	0,1	74,8	2,8	40,0	0,1	15	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		**10,6**	**9,0**	**57,3**	**354,0**	**0,2**	**0,3**	**0,3**	**0,9**	**212,5**	**45,9**	**190,4**	**1,8**		
2-й завтрак															
Сосиска, запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004
Итого за прием пищи:		**10,7**	**17,4**	**46,4**	**353,8**	**0,2**	**1,1**	**0,2**	**1,2**	**43,2**	**21,7**	**127,3**	**2,0**		
Всего:		**21,3**	**26,4**	**103,7**	**707,8**	**0,4**	**1,4**	**0,5**	**2,1**	**255,7**	**67,6**	**317,7**	**3,8**		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Фрикадельки мясные с соусом №280/330	80/30	12,5	17,0	13,5	256,5	0,0	0,2	0,0	3,6	32,9	17,9	117,2	1,5	280/330	2011
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	0,2	0,0	0,0	0,4	15,4	91,0	135,5	3,1	341	2016
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	0,0	1,1	0,2	0,0	14,0	4,9	1,4	0,5	377	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9		
Итого за прием пищи:		**22,5**	**22,1**	**80,7**	**611,4**	**0,3**	**1,3**	**0,2**	**5,0**	**72,7**	**128,7**	**291,9**	**6,0**		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Компот из изюма №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011
Итого за прием пищи:		**7,1**	**3,2**	**69,8**	**342,4**	**0,1**	**2,8**	**0,0**	**0,8**	**44,2**	**25,7**	**97,7**	**1,5**		
Всего:		**29,6**	**25,3**	**150,5**	**953,8**	**0,4**	**4,1**	**0,2**	**5,8**	**116,9**	**154,4**	**389,6**	**7,5**		

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Тефтели с рисом №307К	80	9,8	7,6	11,2	153,3	0,0	0,0	0,0	0,3	7,1	14,6	91,8	1,1	307	2016
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,1	0,0	0,1	1,0	16,0	20,5	54,6	1,2	203	2011
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	0,0	0,4	0,0	0,0	2,8	1,7	3,3	0,0	363	2016
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		**18,6**	**14,2**	**80,3**	**524,1**	**0,2**	**0,4**	**0,3**	**2,1**	**45,3**	**52,6**	**179,9**	**3,4**		
2-й завтрак															
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004
Итого за прием пищи:		**7,2**	**9,4**	**75,1**	**415,5**	**0,1**	**0,1**	**0,1**	**0,7**	**83,9**	**25,4**	**107,6**	**1,4**		
Всего:		**25,8**	**23,6**	**155,4**	**939,6**	**0,3**	**0,5**	**0,4**	**2,8**	**129,2**	**78,0**	**287,5**	**4,8**		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	0,1	0,0	3,3	48,1	40,2	165,9	1,2	388	2004
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	0,0	0,0	0,1	0,3	8,6	24,5	75,3	0,5	304	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		**19,0**	**13,9**	**83,0**	**532,4**	**0,2**	**0,2**	**0,4**	**4,4**	**115,8**	**85,3**	**300,2**	**2,9**		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004
Итого за прием пищи:		**6,1**	**4,5**	**61,2**	**313,4**	**0,1**	**3,3**	**0,2**	**0,9**	**41,8**	**21,1**	**60,9**	**1,3**		
Всего:		**25,1**	**18,4**	**144,2**	**845,8**	**0,3**	**3,5**	**0,6**	**5,3**	**157,6**	**106,4**	**361,1**	**4,2**		

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Чахохбили №491	80	9,6	10,6	5,3	155,5	0,0	4,6	0,0	0,3	33,9	19,1	99,4	1,2	491	2004
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	0,2	0,0	0,0	0,4	15,4	91,0	135,5	3,1	341	2016
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	0,0	1,1	0,2	0,0	14,0	4,9	1,4	0,5	377	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9		
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	9,6	0,0	0,3	21,6	12,2	14,9	3,0	338	2011
Итого за прием пищи:		**20,2**	**16,3**	**86,8**	**578,8**	**0,3**	**15,3**	**0,2**	**2,0**	**95,3**	**142,1**	**289,0**	**8,7**		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Компот из изюма №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011
Итого за прием пищи:		**7,1**	**3,2**	**69,8**	**342,4**	**0,1**	**2,8**	**0,0**	**0,8**	**44,2**	**25,7**	**97,7**	**1,5**		
Всего:		**27,3**	**19,5**	**156,6**	**921,2**	**0,4**	**18,1**	**0,2**	**2,8**	**139,5**	**167,8**	**386,7**	**10,2**		

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
Птица, тушенная в соусе с овощами №488	150	12,7	16,9	10,8	246,9	0,2	4,7	0,2	2,6	24,3	26,9	127,5	1,3	488	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9		
Итого за прием пищи:		**18,7**	**18,5**	**61,0**	**485,2**	**0,3**	**4,8**	**0,2**	**3,6**	**99,8**	**59,7**	**226,7**	**2,9**		
2-й завтрак															
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011
Компот из апельсинов №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004
Итого за прием пищи:		**5,4**	**8,2**	**82,2**	**429,0**	**0,1**	**12,0**	**0,1**	**0,8**	**39,9**	**14,6**	**56,6**	**1,0**		
Всего:		**24,1**	**26,7**	**143,2**	**914,2**	**0,4**	**16,8**	**0,3**	**4,4**	**139,7**	**74,3**	**283,3**	**3,9**		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал	С
Итого за период	**305,4**	**297,5**	**1 686,6**	**10 649,3**	**57,6**
Среднее значение за период	**25,5**	**24,8**	**140,6**	**887,4**	**4,8**

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.