

Согласовано:

Директор

МОАУ СОШ № 37

*Иванова И.В.*

" 06 "

02.

2023

Утверждаю:

Директор ООО "КШП

"Валентина"

*В.М.Пискунова*

В.М.Пискунова

" 06 "

февраля

2023

Примерное 12-ти дневное  
меню питания учащихся и  
детей с ограниченными  
возможностями здоровья, с 7  
до 11 лет, для  
общеобразовательных школ  
на осенне-зимний и весенне-  
летний период 2022-2023  
учебного года

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День:

1-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Сыр (порциями)	16	3,7	4,73		57,6	15 СБР 2011
	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	300 СБР 2013
	Каша пшениная вязкая с сахаром	190	7,8	11,5	38,4	289	258 СБР 2013
	Чай апельсиновый	200			19,95	74,73	Т.Т.К. № 3
	Хлеб пшеничный в/с	55	4,18	0,44	27,06	129,25	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>501</b>	<b>20,78</b>	<b>21,27</b>	<b>85,71</b>	<b>613,58</b>	

### Завтрак ОВЗ

	Сыр (порциями)	16	3,7	4,73		57,6	15 СБР 2011
	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	300 СБР 2013
	Каша пшениная вязкая с сахаром	190	7,8	11,5	38,4	289	258 СБР 2013
	Чай апельсиновый	200			19,95	74,73	Т.Т.К. № 3
	Хлеб пшеничный в/с	55	4,18	0,44	27,06	129,25	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>501</b>	<b>20,78</b>	<b>21,27</b>	<b>85,71</b>	<b>613,58</b>	

### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	40	3,4	1,8	23,52	124,8	570 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>220</b>	<b>3,581</b>	<b>1,8</b>	<b>37,02</b>	<b>177</b>	

### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Винегрет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78	76 СБР 2013
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,98	6,22	66	142 СБР 2013
	Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8,1	479 СБР 2013
	Котлеты рубленные из птицы	90	13,5	9,6	8,35	173	294 СБР 2011
	Пюре из гороха с маслом	155	14,64	1,56	29,04	212	418 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	25,81	103	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	24	1,58	0,29	8,02	41,76	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>759</b>	<b>34,23</b>	<b>23,06</b>	<b>94</b>	<b>740,61</b>	

### Обед ОВЗ

	Винегрет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78	76 СБР 2013
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,98	6,22	66	142 СБР 2013
	Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8,1	479 СБР 2013
	Котлеты рубленные из птицы	90	13,5	9,6	8,35	173	294 СБР 2011
	Пюре из гороха с маслом	155	14,64	1,56	29,04	212	418 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	25,81	103	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	24	1,58	0,29	8,02	41,76	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>759</b>	<b>34,23</b>	<b>23,06</b>	<b>94</b>	<b>740,61</b>	

### Обед ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	40	3,4	1,8	23,52	124,8	570 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>220</b>	<b>3,581</b>	<b>1,8</b>	<b>37,02</b>	<b>177</b>	

### Полдник

	"Гребешок" из дрожжевого теста	60	6	3,9	49,4	257	573 СБР 2013
	Соки овощные, фруктовые или ягодные	180	0,9	0,18	0,18	83	518 СБР 2013
	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>7,8</b>	<b>4,28</b>	<b>57,68</b>	<b>383</b>	

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

2-й день

День:

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Курица в соусе с томатом	90	9,6	9,56	2,9	136	405 СБР 2013
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,7	29	145	516 СБР 2004
	Фруктовый чай с яблоком	200	0,2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	141	108 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>19,96</b>	<b>10,74</b>	<b>86,42</b>	<b>507</b>	

### Завтрак ОВЗ

	Курица в соусе с томатом	90	9,6	9,56	2,9	136	405 СБР 2013
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,7	29	145	516 СБР 2004
	Фруктовый чай с яблоком	200	0,2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	141	108 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>19,96</b>	<b>10,74</b>	<b>86,42</b>	<b>507</b>	

### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	30	2,25	3,9	18,1	116,5	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>2,431</b>	<b>3,9</b>	<b>31,6</b>	<b>168,7</b>	

### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	60	0,58	6	9,77	97	52 СБР 2013
	Суп из овощей с фасолью	200	2,9	3,52	12,24	92	143 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12,2	14,31	9,09	214	271 СБР 2011
	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	37,2	6,88	28,17	242,4	Т.Т.К. № 15
	Компот из апельсинов с яблоками	180	0,45	0,18	19,98	83,7	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>725</b>	<b>56,55</b>	<b>31,33</b>	<b>98,23</b>	<b>822,65</b>	

### Обед ОВЗ

	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	60	0,58	6	9,77	97	52 СБР 2013
	Суп из овощей с фасолью	200	2,9	3,52	12,24	92	143 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12,2	14,31	9,09	214	271 СБР 2011
	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	37,2	6,88	28,17	242,4	Т.Т.К. № 15
	Компот из апельсинов с яблоками	180	0,45	0,18	19,98	83,7	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>725</b>	<b>56,55</b>	<b>31,33</b>	<b>98,23</b>	<b>822,65</b>	

### Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	30	2,25	3,9	18,1	116,5	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>2,431</b>	<b>3,9</b>	<b>31,6</b>	<b>168,7</b>	

### Полдник

	Булочка домашняя	50	2,25	3,9	18,1	116,5	564 СБР 2013
	Ряженка с сахаром	205	5,8	5	12,99	119,95	516 СБР 2013
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	112 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>355</b>	<b>8,45</b>	<b>9,3</b>	<b>40,89</b>	<b>283,45</b>	

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День:

3-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Мясные колбаски с овощами в соусе	100	7,02	3,75	9,7	101,2	Т.Т.К. № 14
	Картофельное пюре	200	4,2	8,8	21,8	184	429 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	53	4,03	0,42	26,08	124,55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>15,35</b>	<b>12,97</b>	<b>72,78</b>	<b>470,75</b>	

**Завтрак ОВЗ**

	Мясные колбаски с овощами в соусе	100	7,02	3,75	9,7	101,2	Т.Т.К. № 14
	Картофельное пюре	200	4,2	8,8	21,8	184	429 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	53	4,03	0,42	26,08	124,55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>15,35</b>	<b>12,97</b>	<b>72,78</b>	<b>470,75</b>	

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

	Булочка дорожная	30	2,42	0,88	16,2	82,5	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>2,601</b>	<b>0,88</b>	<b>29,7</b>	<b>134,7</b>	

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

	Салат овощной с зеленым горошком	60	1,68	4,26	5,46	66,6	69 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1,84	3,4	12,1	86	144 СБР 2013
	Колбаски куриные с сыром	90	16,02	6,46	13,3	180,96	Т.Т.К. № 11
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253	237 СБР 2013
	Компот из кураги	200	1,2		31,06	126	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	16	1,22	0,13	7,87	37,6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>31,5</b>	<b>22,28</b>	<b>111,88</b>	<b>776,26</b>	

**Обед ОВЗ**

	Салат овощной с зеленым горошком	60	1,68	4,26	5,46	66,6	69 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1,84	3,4	12,1	86	144 СБР 2013
	Колбаски куриные с сыром	90	16,02	6,46	13,3	180,96	Т.Т.К. № 11
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253	237 СБР 2013
	Компот из кураги	200	1,2		31,06	126	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	16	1,22	0,13	7,87	37,6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>31,5</b>	<b>22,28</b>	<b>111,88</b>	<b>776,26</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка дорожная	30	2,42	0,88	16,2	82,5	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>2,601</b>	<b>0,88</b>	<b>29,7</b>	<b>134,7</b>	

**Полдник**

	Сдоба Выборгская с повидлом	100				294	ГОСТ 50763-07
	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106	515 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>9,6</b>	<b>400</b>	



# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

4-й день

День:

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	30	0,25	1,5	0,55	16,8	107 СБР 2013
	Плов из птицы	200	14	12,86	28,69	254,1	492 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	71	5,4	0,57	34,93	166,85	108 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>501</b>	<b>19,75</b>	<b>14,93</b>	<b>79,17</b>	<b>497,75</b>	

### Завтрак ОВЗ

	Овощи натуральные соленые (огурцы)	30	0,25	1,5	0,55	16,8	107 СБР 2013
	Плов из птицы	200	14	12,86	28,69	254,1	492 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	71	5,4	0,57	34,93	166,85	108 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>501</b>	<b>19,75</b>	<b>14,93</b>	<b>79,17</b>	<b>497,75</b>	

### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	30	2,25	3,9	18,1	116,5	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>2,431</b>	<b>3,9</b>	<b>31,6</b>	<b>168,7</b>	

### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Винегрет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78	76 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	200	1,7	4,08	11,64	90	154 СБР 2013
	Котлеты (особые)	90	12,2	14,38	9,09	213,75	269 СБР 2011
	Рагу овощное (3 вариант)	150	3,75	13,35	20,25	218,5	541 СБР 2004(3в)
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,4		29	122	503 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	24	1,82	0,19	11,81	56,4	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>744</b>	<b>22,97</b>	<b>38,72</b>	<b>92,55</b>	<b>813,45</b>	

### Обед ОВЗ

	Винегрет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78	76 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	200	1,7	4,08	11,64	90	154 СБР 2013
	Котлеты (особые)	90	12,2	14,38	9,09	213,75	269 СБР 2011
	Рагу овощное (3 вариант)	150	3,75	13,35	20,25	218,5	541 СБР 2004(3в)
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,4		29	122	503 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	24	1,82	0,19	11,81	56,4	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>744</b>	<b>22,97</b>	<b>38,72</b>	<b>92,55</b>	<b>813,45</b>	

### Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	30	2,25	3,9	18,1	116,5	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>2,431</b>	<b>3,9</b>	<b>31,6</b>	<b>168,7</b>	

### Полдник

	Булочка дорожная	100	7	13,8	55,8	377	565 СБР 2013
	Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0,2	0,2	92	518 СБР 2013
	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	112 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>400</b>	<b>8,9</b>	<b>14,2</b>	<b>64,1</b>	<b>512</b>	

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День:

5-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Тефтели (2 вариант)	105	9,61	13,53	9,44	196,14	462а2СБР2004
	Макаронные изделия отварные	160	6	0,7	30,9	154,67	291 СБР 2013
	Фруктовый чай с яблоком	200	0,2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,04	0,32	19,68	94	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>18,85</b>	<b>14,55</b>	<b>85,02</b>	<b>529,81</b>	

**Завтрак ОВЗ**

	Тефтели (2 вариант)	105	9,61	13,53	9,44	196,14	462а2СБР2004
	Макаронные изделия отварные	160	6	0,7	30,9	154,67	291 СБР 2013
	Фруктовый чай с яблоком	200	0,2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,04	0,32	19,68	94	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>18,85</b>	<b>14,55</b>	<b>85,02</b>	<b>529,81</b>	

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

	Булочка с маком	50	4,03	1,47	27	137,2	772 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>4,13</b>	<b>1,47</b>	<b>42</b>	<b>197,2</b>	

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,96	6,06	5,76	82	4 СБР 2013
	Свекольник	200	1,7	3,56	9,6	77,6	131 СБР 2013
	Курица в соусе с томатом	90	9,8	9,75	3	141	405 СБР 2013
	Пюре из гороха с маслом	175	16,53	5,7	32,9	234	418 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	25,81	103	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,52	0,16	9,8	47	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>31,8</b>	<b>25,61</b>	<b>91,88</b>	<b>710,7</b>	

**Обед ОВЗ**

	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,96	6,06	5,76	82	4 СБР 2013
	Свекольник	200	1,7	3,56	9,6	77,6	131 СБР 2013
	Курица в соусе с томатом	90	9,8	9,75	3	141	405 СБР 2013
	Пюре из гороха с маслом	175	16,53	5,7	32,9	234	418 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	25,81	103	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,52	0,16	9,8	47	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>31,8</b>	<b>25,61</b>	<b>91,88</b>	<b>710,7</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка с маком	50	4,03	1,47	27	137,2	772 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>4,13</b>	<b>1,47</b>	<b>42</b>	<b>197,2</b>	

**Полдник**

	Ватрушки с повидлом	100	6,16	2,8	68	323	540 СБР 2013
	Кефир с сахаром	205	5,8	5	12,99	119,95	516 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>305</b>	<b>11,96</b>	<b>7,8</b>	<b>80,99</b>	<b>442,95</b>	

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День:

6-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
------------	--------------------	-----------	-------	------	----------	-------------------------	-------------

### Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

	Котлеты рубленные из птицы	80	12	8,57	7,43	154	294 СБР 2011
	Картофель тушеный	165	3,48	10,56	30,5	199,65	218 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	55	4,18	0,44	27,06	129,25	108 СБР 2013
Итого:		500	19,74	19,57	80,19	543,9	

### Завтрак ОВЗ

	Котлеты рубленные из птицы	80	12	8,57	7,43	154	294 СБР 2011
	Картофель тушеный	165	3,48	10,56	30,5	199,65	218 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	55	4,18	0,44	27,06	129,25	108 СБР 2013
Итого:		500	19,74	19,57	80,19	543,9	

### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	30	2,55	1,4	17,64	93	570 СБР 2013
	Чай с лимоном	180	0,9		13,68	55	494 СБР 2013
Итого:		210	3,45	1,4	31,32	148	

### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Икра морковная	60	1,44	4,56	7,8	79,2	78 СБР 2004
	Суп картофельный с клецками	220	0,96	2,08	7,02	50,6	146 СБР 2013
	Рыба жареная	100	18,2	9,5	4,6	157	333 СБР 2013
	Каша перловая рассыпчатая	200	6,12	8,98	41,96	279	242 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,52	0,16	9,8	47	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	31,32	109 СБР 2013
Итого:		818	30,93	26,8	93,09	725,12	

### Обед ОВЗ

	Икра морковная	60	1,44	4,56	7,8	79,2	78 СБР 2004
	Суп картофельный с клецками	220	0,96	2,08	7,02	50,6	146 СБР 2013
	Рыба жареная	100	18,2	9,5	4,6	157	333 СБР 2013
	Каша перловая рассыпчатая	200	6,12	8,98	41,96	279	242 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,52	0,16	9,8	47	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	31,32	109 СБР 2013
Итого:		818	30,93	26,8	93,09	725,12	

### Обед ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	30	2,55	1,4	17,64	93	570 СБР 2013
	Чай с лимоном	180	0,9		13,68	55	494 СБР 2013
Итого:		210	3,45	1,4	31,32	148	

### Полдник

	Булочка "Пермская"	100	6,4	12,4	52	346	554 СБР 2013
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,6	3,3	25	144	496 СБР 2013
Итого:		300	10	15,7	77	490	

# Общество с ограниченной ответственность "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День:

7-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1	590 СБР 2013
	Сыр (порциями)	18	4,17	5,31		64,5	15 СБР 2011
	Каша "Дружба"	200	5,26	11,67	0,02	186,3	260 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	58	4,41	0,46	28,54	136,3	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>506</b>	<b>17,59</b>	<b>21,68</b>	<b>66,78</b>	<b>593,2</b>	

**Завтрак ОВЗ**

	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1	590 СБР 2013
	Сыр (порциями)	18	4,17	5,31		64,5	15 СБР 2011
	Каша "Дружба"	200	5,26	11,67	0,02	186,3	260 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	58	4,41	0,46	28,54	136,3	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>506</b>	<b>17,59</b>	<b>21,68</b>	<b>66,78</b>	<b>593,2</b>	

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

	Булочка с маком	50	4,03	1,47	27	137,2	772 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>4,13</b>	<b>1,47</b>	<b>42</b>	<b>197,2</b>	

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

	Салат картофельный с огурцами солеными	60	1,02	3,18	6,3	57,6	66 СБР 2013
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,06	2,22	14,84	88	158 СБР 2013
	Тефтели (1 вариант)	100	12	14,2	11,5	226,85	461в1СБР2004
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253	237 СБР 2013
	Компот из кураги	200	1,2		31,06	126	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	18	1,37	0,14	8,86	42,3	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>743</b>	<b>27,19</b>	<b>27,77</b>	<b>114,65</b>	<b>819,85</b>	

**Обед ОВЗ**

	Салат картофельный с огурцами солеными	60	1,02	3,18	6,3	57,6	66 СБР 2013
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,06	2,22	14,84	88	158 СБР 2013
	Тефтели (1 вариант)	100	12	14,2	11,5	226,85	461в1СБР2004
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253	237 СБР 2013
	Компот из кураги	200	1,2		31,06	126	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	18	1,37	0,14	8,86	42,3	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>743</b>	<b>27,19</b>	<b>27,77</b>	<b>114,65</b>	<b>819,85</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка с маком	50	4,03	1,47	27	137,2	772 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>4,13</b>	<b>1,47</b>	<b>42</b>	<b>197,2</b>	

**Полдник**

	Шанежка с яблоками	100	5,2	15,4	52,4	368	551 СБР 2013
	Кефир с сахаром	200	5,51	4,75	27	284	516 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>10,71</b>	<b>20,15</b>	<b>79,4</b>	<b>652</b>	



# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День:

8-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Котлета	80	14,25	14	11,4	228,8	381 СБР 2013
	Пюре из гороха	180	17,5	1,7	34,8	209	417 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	53	4,03	0,42	26,08	124,55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>513</b>	<b>35,88</b>	<b>16,12</b>	<b>87,28</b>	<b>622,35</b>	

### Завтрак ОВЗ

	Котлета	80	14,25	14	11,4	228,8	381 СБР 2013
	Пюре из гороха	180	17,5	1,7	34,8	209	417 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	53	4,03	0,42	26,08	124,55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>513</b>	<b>35,88</b>	<b>16,12</b>	<b>87,28</b>	<b>622,35</b>	

### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	50	3,5	6,9	27,9	188	565 СБР 2013
	Чай без сахара	180			0,27	13,5	ТТК № 1
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>3,5</b>	<b>6,9</b>	<b>28,17</b>	<b>201,5</b>	

### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Винегрет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78	76 СБР 2013
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,98	6,22	66	142 СБР 2013
	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2	479 СБР 2013
	Курица в соусе с томатом	100	11,66	11,57	3,5	164,5	405 СБР 2013
	Каша перловая рассыпчатая с овощами	160	39,68	7,34	30	258,56	Т.Т.К. № 15
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,5	0,2	23,1	96	507 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,28	0,24	14,76	70,5	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>785</b>	<b>58,21</b>	<b>31,61</b>	<b>90,37</b>	<b>793,26</b>	

### Обед ОВЗ

	Винегрет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78	76 СБР 2013
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,98	6,22	66	142 СБР 2013
	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2	479 СБР 2013
	Курица в соусе с томатом	100	11,66	11,57	3,5	164,5	405 СБР 2013
	Каша перловая рассыпчатая с овощами	160	39,68	7,34	30	258,56	Т.Т.К. № 15
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,5	0,2	23,1	96	507 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,28	0,24	14,76	70,5	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>785</b>	<b>58,21</b>	<b>31,61</b>	<b>90,37</b>	<b>793,26</b>	

### Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	50	3,5	6,9	27,9	188	565 СБР 2013
	Чай без сахара	180			0,27	13,5	ТТК № 1
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>3,5</b>	<b>6,9</b>	<b>28,17</b>	<b>201,5</b>	

### Полдник

	Сдоба обыкновенная	75	6,4	3,5	44,1	234	570 СБР 2013
	Ряженка с сахаром	205	5,8	5	12,99	119,95	516 СБР 2013
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>12,6</b>	<b>8,9</b>	<b>66,89</b>	<b>400,95</b>	

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День:

9-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
------------	--------------------	-----------	-------	------	----------	-------------------------	-------------

## Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

	Овощи натуральные соленные (огурцы)	40	0,33	2	0,73	16,8	107 СБР 2013
	Плов из птицы	200	14,1	12,96	28,9	255,1	492 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	141	108 СБР 2013
Итого:		500	19,09	15,44	74,35	473,9	

## Завтрак ОВЗ

	Овощи натуральные соленные (огурцы)	40	0,33	2	0,73	16,8	107 СБР 2013
	Плов из птицы	200	14,1	12,96	28,9	255,1	492 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	141	108 СБР 2013
Итого:		500	19,09	15,44	74,35	473,9	

## Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	30	2,43	0,69	16,2	83	766 СБР 2004
	Чай с лимоном	180	0,9		13,68	55	494 СБР 2013
Итого:		210	3,33	0,69	29,88	138	

## Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из белокочанной капусты	60	1,26	6,06	5,58	81	1 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1,84	3,4	12,1	86	144 СБР 2013
	Котлеты (особые)	90	12,2	14,38	9,09	213,75	269 СБР 2011
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,7	29	145	291 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	180	0,54		42	164	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	18	1,37	0,14	8,86	42,3	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
Итого:		713	23,8	24,86	111,64	758,15	

## Обед ОВЗ

	Салат из белокочанной капусты	60	1,26	6,06	5,58	81	1 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1,84	3,4	12,1	86	144 СБР 2013
	Котлеты (особые)	90	12,2	14,38	9,09	213,75	269 СБР 2011
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,7	29	145	291 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	180	0,54		42	164	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	18	1,37	0,14	8,86	42,3	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
Итого:		713	23,8	24,86	111,64	758,15	

## Обед ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	30	2,43	0,69	16,2	83	766 СБР 2004
	Чай с лимоном	180	0,9		13,68	55	494 СБР 2013
Итого:		210	3,33	0,69	29,88	138	

## Полдник

	Крендель сахарный	75	5,2	9,8	44,1	285	555 СБР 2013
	Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0,2	0,2	92	518 СБР 2013
	Яблоко	150	0,6	0,8	14,7	70,5	112 СБР 2013
Итого:		425	6,8	10,6	59	447,5	

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День:

10-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
------------	--------------------	-----------	-------	------	----------	-------------------------	-------------

### Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

	Тефтели (1 вариант)	90	11,08	13,14	11,22	209,4	461в1СБР2004
	Картофельное пюре	150	3,15	6,62	16,37	138	429 СБР 2013
	Фруктовый чай с яблоком	200	0,2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	63	4,79	0,5	31	148,05	108 СБР 2013
Итого:		503	19,22	20,26	83,59	580,45	

### Завтрак ОВЗ

	Тефтели (1 вариант)	90	11,08	13,14	11,22	209,4	461в1СБР2004
	Картофельное пюре	150	3,15	6,62	16,37	138	429 СБР 2013
	Фруктовый чай с яблоком	200	0,2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	63	4,79	0,5	31	148,05	108 СБР 2013
Итого:		503	19,22	20,26	83,59	580,45	

### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233	564 СБР 2013
	Чай без сахара	180			0,27	13,5	ТТК № 1
Итого:		240	4,5	7,8	36,47	246,5	

### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,86	6,84	5,88	92	65 СБР 2013
	Рассольник Ленинградский	200	2,4	3,6	16,08	108	132 СБР 2004
	Гуляш из птицы	100	9,6	9,52	3,44	140	Т.Т.К. № 9
	Каша гречневая рассыпчатая	170	9,69	8,87	42	286,7	237 СБР 2013
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5		27	110	508 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	21	1,6	0,17	10,33	49,35	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
Итого:		766	26,64	29,18	109,74	812,15	

### Обед ОВЗ

	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,86	6,84	5,88	92	65 СБР 2013
	Рассольник Ленинградский	200	2,4	3,6	16,08	108	132 СБР 2004
	Гуляш из птицы	100	9,6	9,52	3,44	140	Т.Т.К. № 9
	Каша гречневая рассыпчатая	170	9,69	8,87	42	286,7	237 СБР 2013
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5		27	110	508 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	21	1,6	0,17	10,33	49,35	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	109 СБР 2013
Итого:		766	26,64	29,18	109,74	812,15	

### Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233	564 СБР 2013
	Чай без сахара	180			0,27	13,5	ТТК № 1
Итого:		240	4,5	7,8	36,47	246,5	

### Полдник

	Булочка дорожная	100	7	13,8	55,8	377	565 СБР 2013
	Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0,2	0,2	92	518 СБР 2013
	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	112 СБР 2013
Итого:		400	8,9	14,2	64,1	512	

# Общество с ограниченной ответственность "Комбинат школьного питания "Валентина"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День:

11-й день

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Котлеты рубленые из птицы с овощами	100	10,54	10,52	10,28	171	Т.Т.К. № 7
	Рис припущенный	180	4,25	7,2	38,88	238	415 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	44	3,34	0,35	21,65	103,4	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>524</b>	<b>18,23</b>	<b>18,07</b>	<b>85,81</b>	<b>572,4</b>	

**Завтрак ОВЗ**

	Котлеты рубленые из птицы с овощами	100	10,54	10,52	10,28	171	Т.Т.К. № 7
	Рис припущенный	180	4,25	7,2	38,88	238	415 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	44	3,34	0,35	21,65	103,4	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>524</b>	<b>18,23</b>	<b>18,07</b>	<b>85,81</b>	<b>572,4</b>	

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

	Булочка с маком	50	4,03	1,47	27	137,2	772 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>4,13</b>	<b>1,47</b>	<b>42</b>	<b>197,2</b>	

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,49	3	1,1	33,6	21 СБР 2011
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4	8,52	76	128 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12,2	14,31	9,09	214	271 СБР 2011
	Пюре из гороха	170	16,55	1,64	32,8	197,6	417 СБР 2013
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,4		29	122	503 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	27	2,05	0,22	13,28	63,45	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>772</b>	<b>35,8</b>	<b>23,47</b>	<b>102,14</b>	<b>750,15</b>	

**Обед ОВЗ**

	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,49	3	1,1	33,6	21 СБР 2011
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4	8,52	76	128 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12,2	14,31	9,09	214	271 СБР 2011
	Пюре из гороха	170	16,55	1,64	32,8	197,6	417 СБР 2013
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,4		29	122	503 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	27	2,05	0,22	13,28	63,45	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>772</b>	<b>35,8</b>	<b>23,47</b>	<b>102,14</b>	<b>750,15</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка с маком	50	4,03	1,47	27	137,2	772 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>4,13</b>	<b>1,47</b>	<b>42</b>	<b>197,2</b>	

**Полдник**

	Булочка "Пермская"	100	6,4	12,4	52	346	554 СБР 2013
	Йогурт	200	10	6,4	17	174	517 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>16,4</b>	<b>18,8</b>	<b>69</b>	<b>520</b>	



# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

12-й день

День:

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
------------	--------------------	-----------	-------	------	----------	-------------------------	-------------

## Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,66	6	3,78	72	6 СБР 2013
	Плов из птицы	200	14	12,86	28,69	254,1	492 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	52	3,95	0,42	25,55	122,2	108 СБР 2013
Итого:		512	18,71	19,28	73,25	509,3	

## Завтрак ОВЗ

	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,66	6	3,78	72	6 СБР 2013
	Плов из птицы	200	14	12,86	28,69	254,1	492 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	52	3,95	0,42	25,55	122,2	108 СБР 2013
Итого:		512	18,71	19,28	73,25	509,3	

## Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	40	3,4	1,8	23,52	124,8	570 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
Итого:		220	3,581	1,8	37,02	177	

## Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Икра морковная	70	1,68	5,32	9,1	92,4	78 СБР 2004
	Суп картофельный с клецками	220	0,96	2,08	7,02	50,6	146 СБР 2013
	Фрикадельки в соусе	110	14,3	14,4	15,5	251,3	469 СБР 2004
	Сложный гарнир	200	1,78	8,86	14,6	151,5	553 СБР 2004
	Компот из кураги	180	0,27		18,09	72,9	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	27	2,05	0,22	13,28	63,45	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109 СБР 2013
Итого:		827	22,36	31,12	84,27	716,95	

## Обед ОВЗ

	Икра морковная	70	1,68	5,32	9,1	92,4	78 СБР 2004
	Суп картофельный с клецками	220	0,96	2,08	7,02	50,6	146 СБР 2013
	Фрикадельки в соусе	110	14,3	14,4	15,5	251,3	469 СБР 2004
	Сложный гарнир	200	1,78	8,86	14,6	151,5	553 СБР 2004
	Компот из кураги	180	0,27		18,09	72,9	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	27	2,05	0,22	13,28	63,45	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109 СБР 2013
Итого:		827	22,36	31,12	84,27	716,95	

## Обед ОВЗ дополнительно

	Сдоба обыкновенная	40	3,4	1,8	23,52	124,8	570 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0,181		13,5	52,2	493 СБР 2013
Итого:		220	3,581	1,8	37,02	177	

## Полдник

	Пирожки печенные из дрожжевого теста с яблоком	100				170,97	738 СБР 2004
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,6	3,3	25	144	496 СБР 2013
Итого:		300	3,6	3,3	25	314,97	

## Список используемой литературы

СБР 2004 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004 г.

СБР 2001 - Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Пермь 2001 г.

СБР 2011 - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Дели принт 2011 г.

СБР 2013 - Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений профессионального образования, специальных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в соцеальной реабилитации. Пермь 2013 ООО "Уральский региональный центр питания".