

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Территориального отдела
по Красногвардейскому району
Межрегионального управления
Роспотребнадзора по Республике Крым
и г. Севастополю

А.А. Гаркуша
А.А. Гаркуша

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Ижова



С. Зуйкина

ПРИМЕРНОЕ

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ

В МБОУ « Восходненская школа » Красногвардейского района осень-зима 2020 г
(возрастная категория 7-11 лет)

День первый: донедельник
Неделя первая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
243	Сосиска отварная с маслом сливочным	60/5	6,64	17,93	0,29	190,2	0,11	0	20	0,29	22	96,9	12	1,08		
202	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,7	4,3	31,99	189,3	0,057	0	20	0,83	12,39	38,67	8,62	0,86		
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
	Итого за завтрак:		14,78	22,55	61,77	510	0,217	0,03	40	1,51	52,39	164,47	31,92	2,82		
ОБЕД																
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,93	10,94	103,75	0,05	10,68	0	2,4	49,73	54,6	26,13	1,23		
45	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,2	0,01	10,3	0	5,03	14,98	16,98	9,05	0,28		
294	Котлета рубленая из птицы	80/5	7,95	12,48	8,29	283,2	0,05	0,44	56,4	1,54	29,74	40,95	10,5	0,87		
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/10	8,85	9,55	39,86	280	0,21	0	40	0,5	26,39	210,35	140,52	4,73		
СРД	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141	0,1	0	0	0,78	13,8	52,2	19,8	1,2		
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
	Итого за обед:		24,2	29,53	106,95	904	0,42	21,45	96,4	10,25	145,74	377,88	207,4	8,59		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		38,98	52,08	168,72	1414	0,637	21,48	136,4	11,76	198,13	542,35	239,32	11,41		



ООО «Неман»
А.В.В.

День второй, вторник
неделя первая

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)																	
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe													
ЗАВТРАК																											
168	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	150/30	10,37	8,01	59,3	354	0,06	0,36	36	1,47		149,88	196,62	37,97							0,92						
169	Каша с молоком	200	4,1	3,54	17,6	118,6	0,06	1,56	24,4	0		152,2	124,6	21,3							0,48						
	Итого за завтрак:		14,47	11,55	76,9	473	0,12	1,92	60,4	1,47		302,08	321,22	59,27							1,4						
ОБЕД																											
170	Суп из овощей	250	1,59	4,99	9,15	95,25	0,08	10,38	0	2,33		34,85	49,28	20,75							0,78						
171	Салат из отварной свеклы	60	0,84	3,61	4,96	55,7	0,01	3,99	0	1,62		21,3	24,4	12,42							0,79						
172	Сосиска отварная с маслом сливочным	60/5	6,64	17,93	0,29	190,2	0,11	0	20	0,29		22	96,9	12							1,08						
173	Каша пшеничная разбавленная с маслом сливочным	150/10	6,84	9,19	39,23	267	0,18	0	40	0,23		28,45	140,01	50,19							1,65						
СР1	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141	0,1	0	0	0,78		13,8	52,2	19,8							1,2						
СР2	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42		10,5	47,4	14,1							1,17						
342	Компот из свежих ягод	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	0		14,2	4,4	5,14							0,95						
	Итого за обед:		22,79	36,84	120,51	916	0,54	15,27	60	5,67		145,1	414,59	134,4							7,62						
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		37,26	48,39	197,41	1389	0,66	17,19	120,4	7,14		447,18	735,81	193,67							9,02						



ООО, Неман
И.В. Мельник

День третий: среда
Неделя первая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)																
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe														
ЗАВТРАК																												
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным	200/10	8,64	11,06	44,32	312	0,14	0,96	54,8	0,77	146,77	221,3	44,33	2,34														
406	Пирожок с повидлом	75	4,11	1,35	41,43	194	0,07	0	0	0,89	13,63	39,64	16,62	1														
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28														
	Итого за завтрак:		12,82	12,43	100,75	566	0,21	0,99	54,8	1,66	171,5	263,74	62,35	3,62														
ОБЕД																												
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0	2,35	29,13	56,73	24,18	0,93														
279/331	Тефтели мясные в соусе	80/50	7,46	8,29	9,44	227,2	0,07	0,41	33	0,45	23,65	83,14	16,5	0,68														
202	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,7	4,3	31,99	189,3	0,057	0	20	0,83	12,39	38,67	8,62	0,86														
СРД	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141	0,1	0	0	0,78	13,8	52,2	19,8	1,2														
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17														
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	0,51	32,5	23,44	17,46	0,7														
	Итого за обед:		22,55	18,73	124,42	850	0,387	9,52	53	5,34	121,97	301,58	100,66	5,54														
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		35,37	31,16	225,17	1416	0,597	10,51	107,8	7	293,47	565,32	163,01	9,16														



ООО «Неман»
Ильинский К.В.

День четвертый: четверг
Неделя первая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
294	Котлета рубленая из птицы	80/5	7,95	12,48	8,29	283,2	0,05	0,44	56,4	1,54	29,74	40,95	10,5	0,87		
171	Каша гречневая рассыпчатая	150/10	8,85	9,55	39,86	280	0,21	0	40	0,5	26,39	210,35	140,52	4,73		
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
	Итого за завтрак:		19,24	22,35	77,64	694	0,31	0,47	96,4	2,43	74,13	280,2	162,32	6,48		
ОБЕД																
102	Суп с горохом	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83	0	2,43	42,68	88,1	35,58	2,05		
234/330	Биточки рыбные	60/30	7,33	6,05	10,16	124,87	0,05	0,19	14,29	2,9	33,67	99,75	23,3	0,88		
312	Пюре картофеля	150	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16	0	0,18	36,98	86,59	27,75	1		
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17		
358	Кисель из сока натурального	200	0,31	0	39,4	160	0,01	2,4	0	0,48	22,46	18,5	7,26	0,19		
338	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,04	10	0	0,2	16	11	9	2,2		
	Итого за обед:		20,94	17,19	120,85	740	0,57	36,58	14,29	7	169,19	377,44	126,89	8,09		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		40,18	39,54	198,49	1434	0,88	37,05	110,69	9,43	243,32	657,64	289,21	14,57		



ООО «Неман»
Ильинский ул. д. 1

День пятый: пятница
Неделя первая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
															210	СРД
ЗАВТРАК																
210	Омлет натуральный	116	14,18	28,92	2,1	224	0,12	0,2	266,2	0,72	91	223,6	18,18	2,64		
СРД	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141	0,1	0	0	0,78	13,8	52,2	19,8	1,2		
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17		
382	Какао с молоком	200	4,1	3,54	17,6	118,6	0,06	1,56	24,4	0	152,2	124,6	21,3	0,48		
	Итого за завтрак:		25	33,42	58,7	536	0,33	1,76	290,6	1,92	267,5	447,8	73,38	5,49		
ОБЕД																
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,93	10,94	103,75	0,05	10,68	0	2,4	49,73	54,6	26,13	1,23		
70 / 71	Овощи натуральные	50	0,4	0,05	0,85	5	0,01	1,75	0	0,05	11,5	12	7	0,3		
288/330	Птица отварная	80/30	12,13	14,81	2	304	0,06	2,36	60,5	0,49	33,07	130	15,7	1,36		
171	Каша рисовая с маслом сливочным	150/10	3,78	7,78	39,29	242	0,03	0	23,4	0,25	17,04	82,38	27,89	0,59		
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17		
389	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8		
	Итого за обед:		23,46	28,23	97,79	862	0,27	18,79	83,9	4,2	142,74	366,48	108,72	8,05		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48,46	61,65	156,49	1398	0,6	20,55	374,5	6,12	410,24	814,28	182,1	13,54		



ООО «Неман»

День шестой: понедельник
Неделя вторая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
ЗАВТРАК																
243	Сосиска отварная с маслом сливочным	60/5	6,64	17,93	0,29	190,2	0,11	0	20	0,29	22	96,9	12	1,08		
171	Каша рисовая с маслом сливочным	150/10	3,78	7,78	39,29	242	0,03	0	23,4	0,25	17,04	82,38	27,89	0,59		
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
	Итого за завтрак:		12,86	26,03	69,07	563	0,19	0,03	43,4	0,93	57,04	208,18	51,19	2,55		
ОБЕД																
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,93	10,94	103,75	0,05	10,68	0	2,4	49,73	54,6	26,13	1,23		
45	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,2	0,01	10,3	0	5,03	14,98	16,98	9,05	0,28		
171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150/10	6,84	9,19	39,23	267	0,18	0	40	0,23	28,45	140,01	50,19	1,65		
294	Котлета рубленая из птицы	80/5	7,95	12,48	8,29	283,2	0,05	0,44	56,4	1,54	29,74	40,95	10,5	0,87		
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17		
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
	Итого за обед:		21,8	29,23	101,85	873	0,39	21,45	96,4	10,01	151,4	328,84	121,27	6,08		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		34,66	55,26	170,92	1436	0,58	21,48	139,8	10,94	208,44	537,02	172,46	8,63		



ООО "Неман" / Наталья К.В.

День седьмой: вторник
Неделя вторая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
174	Каша вязкая молочная из риса с маслом	220	6,84	9,19	39,23	334	0,18	0	40	0,23	28,45	140,01	50,19	1,65
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	0	125,8	90	14	0,13
	Итого за завтрак:		11,99	12,23	65,2	487	0,27	1,3	60	0,65	164,75	277,41	78,29	2,95
ОБЕД														
102	Суп с горохом	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83	0	2,43	42,68	88,1	35,58	2,05
52	Салат из отварной свеклы	60	0,84	3,61	4,96	55,7	0,01	3,99	0	1,62	21,3	24,4	12,42	0,79
290/33	Птица тушенная в соусе	80/50	11,09	11,26	3,51	256	0,04	0,66	29,3	0,49	29,84	75,3	15,2	1,04
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/10	8,85	9,55	39,86	280	0,21	0	40	0,5	26,39	210,35	140,52	4,73
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,1	1,4	0,28
	Итого за обед		30,69	30,38	104,38	923	0,59	10,51	69,3	5,85	148,71	473,75	229,12	10,66
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		42,68	42,61	169,58	1409	0,86	11,81	129,3	6,5	313,46	751,16	307,41	13,61



ООО «Неман»
М.В. Мельник

День восьмой: среда
Неделя вторая

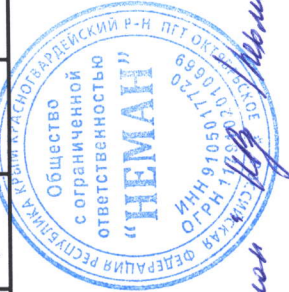
№ реп.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/10	6,11	10,72	32,38	251	0,08	1,17	58	0,52	133,77	118,19	20,3	0,47
410/46	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202	0,08	0,04	34	0,96	50,8	90,2	21,6	0,9
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого за завтрак:		15,4	16,22	76,56	513	0,16	1,24	92	1,48	195,67	211,19	43,3	1,65
ОБЕД														
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0	2,35	29,13	56,73	24,18	0,93
294	Котлета рубленая из птицы	80/5	8	9,46	7,59	228,8	0,04	0,38	10,4	1,82	14,85	93,17	17,82	1,45
171	Каша рисовая с маслом сливочным	150/10	3,78	7,78	39,29	242	0,03	0	23,4	0,25	17,04	82,38	27,89	0,59
СРД	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141	0,1	0	0	0,78	13,8	52,2	19,8	1,2
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	0,51	32,5	23,44	17,46	0,7
	Итого за обед:		21,17	23,38	129,87	904	0,33	9,49	33,8	6,13	117,82	355,32	121,25	6,04
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		36,57	39,6	206,43	1417	0,49	10,73	125,8	7,61	313,49	566,51	164,55	7,69



ООО, Неман
Иванов А.В.

День девятый: четверг
Неделя вторая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
294	Котлета рубленая из птицы	80/5	7,95	12,48	8,29	283,2	0,05	0,44	56,4	1,54	29,74	40,95	10,5	0,87		
202	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,75	4,3	31,99	189,3	0,057	0	20	0,83	12,39	38,67	8,62	0,86		
СРД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
	Итого за завтрак:		16,14	17,1	69,77	603	0,157	0,47	76,4	2,76	60,13	108,52	30,42	2,61		
ОБЕД																
99	Суп из овощей	250	1,59	4,99	9,15	95,25	0,08	10,38	0	2,33	34,85	49,28	20,75	0,78		
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,2	0,01	10,3	0	5,03	14,98	16,98	9,05	0,28		
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16	0	0,18	36,98	86,59	27,75	1		
235	Шницель рыбный, натуральный	80/5	6,92	7,67	4,57	184	0,03	2,05	28	2,91	35,69	110,39	19,39	1,54		
СРД	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141	0,1	0	0	0,78	13,8	52,2	19,8	1,2		
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17		
358	Кисель из сока натурального	200	0,31	0	39,4	160	0,01	2,4	0	0,48	22,46	18,5	7,26	0,19		
	Итого за обед:		19,39	20,37	116,44	806	0,42	43,29	28	12,13	169,26	381,34	118,1	6,16		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		35,53	37,47	186,21	1409	0,577	43,76	104,4	14,89	229,39	489,86	148,52	8,77		



ООО, Цеман
Иванов И. А.

День десятый: пятница
Неделя вторая

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)														
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe										
ЗАВТРАК																								
211	Омлет с сыром	110/10	14,34	23,54	2,04	278	0,08	0,26	290,4	0,66	209,2	249,8	17,46	2,2										
СРД	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141	0,1	0	0	0,78	13,8	52,2	19,8	1,2										
СРД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17										
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28										
	Итого за завтрак:		21,13	24,52	56,04	531	0,23	0,29	290,4	1,86	244,6	352,2	52,76	4,85										
ОБЕД																								
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,93	10,94	103,75	0,05	10,68	0	2,4	49,73	54,6	26,13	1,23										
52	Салат из отварной	100	1,4	6	8,25	92,6	0,013	6,64	0	2,69	35,41	40,56	20,65	1,31										
243	Сосиска отварная с маслом сливочным	60/5	6,64	17,93	0,29	190,2	0,11	0	20	0,29	22	96,9	12	1,08										
202	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,7	4,3	31,99	189,3	0,057	0	20	0,83	12,39	38,67	8,62	0,86										
СРД	Хлеб пшеничный	90	7,11	0,9	43,47	211,5	0,15	0	0	1,17	20,7	78,3	29,7	1,8										
389	Сок фруктовый *	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8										
	Итого за обед:		23,65	34,06	115,14	872	0,4	21,32	40	7,58	154,23	323,03	105,1	9,08										
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		44,78	58,58	171,18	1403	0,63	21,61	330,4	9,44	398,83	675,23	157,86	13,93										



М. М. Ковалев
Ильина И. В.

Примечание:
Таблица взаимозаменяемости
Продуктов. Стр.373-378.

Овощи натуральные свежие (огурцы)	50гр.	Овощи маринованные (огурцы)
Овощи натуральные свежие (помидоры)	50 гр.	Овощи маринованные (помидоры)
Овощи маринованные (огурцы)	50 гр	Овощи маринованные (помидоры)
Овощи маринованные (огурцы)	20-40гр	Фрукты свежие
Сухофрукты	100гр-70гр, 7,7гр	Молоко сгущенное, сухое молоко
Молоко цельное	100гр-90 гр	Сок яблочный
Яблоки свежие	41гр-11,5	Яичный порошок
Яйцо кур	100гр-110гр	Куры 1-2 категории
Мясо говядины		

При составлении меню была использована литература:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/
Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.:Дели принт, 2011. – 544 с.

Разработал : Лехман Ирина Васильевна



ООО «Неман»