

*Утверждено*

Асанова З.Э.



08 2025г.

*Срок действия от 25.08.2025г.*

**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В МБОУ КРАСНОЯРСКАЯ  
СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМ. БЫХ Н.Н. ""  
МУНИЦИПАЛЬНЫХ БЮДЖЕТНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ  
ЧЕРНОМОРСКОГО РАЙОНА**

(Возрастная категория детей от 7 до 11 лет - завтрак и обед)

ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД

**Поль: первый**

Пол: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины ( мг )				Минеральные вещества ( мг )			
			вещества				A	B1	C	Ca	P	Fe		
			Б	Ж	У									
<b>Завтрак</b>														
304	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,7	209,7	0,0	0,0	0,0	1,4	60,9	0,5		
229	Рыба тушеная с овощами	100	9,8	5,0	3,8	105,0	5,8	0,1	3,7	39,1	162,2	0,9		
377	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	62,0	0,0	0,0	2,8	14,2	4,4	0,4		
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0	0,0		
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6		
338	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0	2,2		
	<b>ИТОГО</b>	<b>610</b>	<b>18,9</b>	<b>20,0</b>	<b>87,2</b>	<b>623,7</b>	<b>45,8</b>	<b>0,3</b>	<b>16,7</b>	<b>125,1</b>	<b>305,2</b>	<b>5,6</b>		
<b>Обед</b>														
55	Салат из свеклы с сол. огурцом	60	0,9	3,6	3,8	51,0	0,0	0,0	3,6	18,4	23,7	0,6		
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,0	6,3	71,8	0,0	0,0	12,6	39,4	39,2	0,7		
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3	0,0	0,1	18,2	37,0	86,6	1,0		
255	Печень по-строгановски	100	13,3	11,2	3,5	185,0	5782,0	0,2	8,4	33,2	239,3	5,0		
359	Кисель из сока плодового	200	0,3	0,0	39,4	160,0	0,0	0,0	2,4	22,5	18,5	0,2		
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6		
15	Сыр	10	2,32	2,95	0	36	26	0,003	0,07	88	50	0,1		
	<b>ИТОГО за день</b>	<b>1380</b>	<b>45,1</b>	<b>48,6</b>	<b>182,2</b>	<b>1398,8</b>	<b>5853,8</b>	<b>0,9</b>	<b>62,1</b>	<b>415,7</b>	<b>826,3</b>	<b>14,8</b>		
	Норматив по САНПиН	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6		

орой  
первая

Возрастная категория: 7-11 лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			вещества				А	В <sub>1</sub>	С	Ca	P	Fe		
			Б	Ж	У									
<b>Завтрак</b>														
3	Каша вязкая молочная гречневая	180	7,8	10,0	39,9	280,8	49,3	0,1	0,9	132,1	199,2	2,1		
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	62,0	0,0	0,0	2,8	14,2	4,4	0,4		
77	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6		
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0	0,0		
	кисломолочный напиток	200	8,2	3	11,8	114	20	0,06	1,2	248	190	0,2		
	<b>ИТОГО</b>	<b>640</b>	<b>21,1</b>	<b>22,2</b>	<b>88,6</b>	<b>656,8</b>	<b>109,3</b>	<b>0,4</b>	<b>5,0</b>	<b>448,8</b>	<b>460,3</b>	<b>4,3</b>		
<b>Обед</b>														
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,8	2,0	3,9	36,2	0,0	0,0	10,3	15,0	17,0	0,3		
96	Рассольник Ленинградский	200	1,6	4,1	9,6	85,8	0,0	0,1	6,7	23,3	45,4	0,7		
143	Рагу из овощей	160	2,7	17,6	13,1	216,4	70,1	0,1	19,1	56,6	68,6	0,9		
295	Котлета из бройлер-цыплят	100	15,3	29,4	15,4	388,0	91,4	0,1	1,0	55,5	93,5	1,4		
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100,6	20,0	0,0	1,3	125,8	90,0	0,1		
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6		
	<b>ИТОГО за день</b>	<b>1410</b>	<b>49,6</b>	<b>79,9</b>	<b>168,1</b>	<b>1617,8</b>	<b>290,8</b>	<b>0,9</b>	<b>43,5</b>	<b>777,1</b>	<b>838,5</b>	<b>9,5</b>		
	Норматив по САНПиН	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6		

## Третий

год: первая

летняя категория: 7-11 лет

№	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины ( мг )				Минеральные вещества (мг)					
			вещества				А	В <sub>1</sub>	С	Ca	P	Fe				
			Б	Ж	У											
	<b>Завтрак</b>															
23	Запеканка из творога со сметаной (170/40)	210	37,5	25,5	57,2	604,8	155,8	0,1	1,7	328,2	454,7				2,4	
09	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	100,0	0,0	0,0	22,0	76,8				1,0	
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7				1,1	
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0				0,6	
	Хлеб ржаной	200	0,8	0,8	19,6	94,0	0,0	0,1	20,0	32,0	22,0				4,4	
389	Сок	500,0	48,3	32,9	98,6	895,8	255,8	0,4	21,8	434,3	617,2				9,4	
	итого															
	<b>Обед</b>															
67	Винегрет	60	0,8	6,0	4,4	75,1	0,0	0,0	5,8	18,7	26,0				0,5	
82	Борщ с картофелем	200	1,4	3,9	8,7	83,0	0,0	0,0	8,5	39,8	43,7				1,0	
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,1	38,6	243,8	0,0	0,2	0,0	14,8	203,9				4,6	
268	Котлета рубленая	90	11,6	30,1	11,9	367,2	36,0	0,3	3,9	10,4	138,7				2,9	
377	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	62,0	0,0	0,0	2,8	14,2	4,4				0,4	
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7				1,1	
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5				0,8	
338	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0				2,2	
	итого	860	28,8	48,9	114,5	1037,9	36,0	0,9	31,2	173,3	503,9				13,4	
	<b>ИТОГО за день</b>	1360	77,1	81,8	213,1	1933,7	291,8	1,3	53,0	607,6	1121,1				22,8	
	Норматив по САНПиН	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0				6,6	

# Четвертый

лет первая

основная категория: 7-11 лет

Код	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины ( мг )				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		А	В <sub>1</sub>	С	Са	Р	Fe		
<b>Завтрак</b>														
63	Рагу из курицы	200	13,3	34,4	19,7	432,0	0,0	0,5	7,0	24,6	199,0	2,5		
82	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	24,4	0,1	1,6	152,2	124,6	0,5		
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0	0,0		
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6		
338	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0	2,2		
	итого	560	22,8	47,6	68,7	797,6	64,4	0,8	18,7	247,3	401,3	6,8		
70	Огурец соленый	60	0,5	0,1	1,0	6,0	0,0	0,0	2,1	13,8	14,4	0,4		
101	Суп картофельный с крупой	200	1,6	2,2	9,7	68,6	0,0	0,1	6,6	21,4	44,8	0,7		
304	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,7	209,7	0,0	0,0	0,0	1,4	60,9	0,5		
229	Рыба тушеная с овощами	100	9,8	5,0	3,8	105,0	5,8	0,1	3,7	39,1	162,2	0,9		
349	Компот из яблок	200	0,7	0,1	32,0	132,8	0,0	0,0	1,1	32,5	23,4	0,7		
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5	0,8		
	итого	770	21,9	15,0	109,0	682,0	5,8	0,4	13,7	167,5	382,0	5,1		
	<b>ИТОГО за день</b>	<b>1330</b>	<b>44,7</b>	<b>62,6</b>	<b>177,7</b>	<b>1479,6</b>	<b>70,2</b>	<b>1,2</b>	<b>32,5</b>	<b>414,8</b>	<b>783,2</b>	<b>11,9</b>		
	Норматив по САНПиН	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6		



## Шестой

ит; вторая

летная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины ( мг )				Минеральные вещества ( мг )							
			Б	Ж	У		А	В <sub>1</sub>	С	Са	Р	Fe						
	<b>Завтрак</b>																	
94	Макароны отварные с сыром	160	10,8	12,8	27,3	179,7	92,2	0,1	0,2	236,2	161,6	1,0						
79	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100,6	20,0	0,0	1,3	125,8	90,0	0,1						
4	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0	0,0						
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1						
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6						
89	Сок	200	1,0	0,0	20,2	84,8	0,0	0,0	4,0	14,0	14,0	2,8						
	итого	620	20,0	24,7	85,1	565,1	152,2	0,3	5,6	430,4	332,3	5,6						
	<b>Обед</b>																	
15	Салат из белокочанной капусты	60	0,8	2,0	3,9	36,2	0,0	0,0	10,3	15,0	17,0	0,3						
96	Рассольник Ленинградский	200	1,6	4,1	9,6	85,8	0,0	0,1	6,7	23,3	45,4	0,7						
12	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3	0,0	0,1	18,2	37,0	86,6	1,0						
34	Котлета рыбная	100	13,0	15,5	16,0	256,0	49,4	0,1	0,7	74,3	188,5	1,5						
77	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	62,0	0,0	0,0	2,8	14,2	4,4	0,4						
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1						
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5	0,8						
	итого	770	24,4	28,7	90,9	737,2	49,4	0,6	38,8	223,2	418,0	5,8						
	<b>ИТОГО за день</b>	1390	44,3	53,3	176,0	1302,3	201,6	0,9	44,4	653,6	750,3	11,4						
	Норматив по САНПиН	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6						

Сидьмой

ит вторая

категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины ( мг )				Минеральные вещества ( мг )				
						У	А	В <sub>1</sub>	С	Ca	P	Fe		
		Б	Ж	У										
<b>Завтрак</b>														
0 Омлет натуральный с маслом (155/5)	160	14,9	26,2	2,8	309,0	346,2	0,1	0,3	110,0	240,8	2,8			
32 Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	24,4	0,1	1,6	152,2	124,6	0,5			
Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1			
Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6			
яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0	2,2			
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>24,3</b>	<b>32,2</b>	<b>51,7</b>	<b>608,6</b>	<b>370,6</b>	<b>0,4</b>	<b>12,0</b>	<b>330,3</b>	<b>440,1</b>	<b>7,1</b>			
<b>Обед</b>														
70 Огурец соленый	60	0,5	0,1	1,0	6,0	0,0	0,0	2,1	13,8	14,4	0,4			
82 Борщ с картофелем	200	1,4	3,9	8,7	83,0	0,0	0,0	8,5	39,8	43,7	1,0			
91 Плов из пшны	250	22,5	11,2	45,6	373,3	35,0	0,2	8,2	45,1	236,7	2,3			
42 Компот из св. яблок	200	0,2	0,2	27,9	114,6	0,0	0,0	1,1	14,2	4,4	1,0			
Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1			
Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5	0,8			
<b>Итого</b>	<b>770</b>	<b>30,4</b>	<b>17,7</b>	<b>109,0</b>	<b>736,8</b>	<b>35,0</b>	<b>0,5</b>	<b>20,1</b>	<b>172,3</b>	<b>375,4</b>	<b>6,6</b>			
<b>ИТОГО за день</b>	<b>1280</b>	<b>54,6</b>	<b>49,8</b>	<b>160,8</b>	<b>1345,4</b>	<b>405,6</b>	<b>0,9</b>	<b>32,1</b>	<b>502,6</b>	<b>815,4</b>	<b>13,7</b>			
Норматив по САНПиН	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6			

**Восьмой**

ит вторая

категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины ( мг )				Минеральные вещества ( мг )				
		Ж				С	А	В <sub>1</sub>	С	Са	Р	Fe		
		Б	Ж	У										
<b>Завтрак</b>														
12	150	3,1	4,8	20,4	137,3	0,0	0,1	18,2	37,0	86,6	1,0			
78	100	7,1	8,0	9,3	137,3	30,8	0,1	0,7	25,4	80,3	0,8			
77	200	0,1	0,0	15,2	62,0	0,0	0,0	2,8	14,2	4,4	0,4			
	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1			
	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6			
	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0	0,0			
14	200	1,0	0,0	20,2	84,8	0,0	0,0	4,0	14,0	14,0	2,8			
89														
	<b>710</b>	<b>16,3</b>	<b>22,0</b>	<b>86,8</b>	<b>621,3</b>	<b>70,8</b>	<b>0,4</b>	<b>25,8</b>	<b>145,1</b>	<b>252,0</b>	<b>6,6</b>			
	итого													
<b>Обед</b>														
67	60	0,8	6,0	4,4	75,1	0,0	0,0	5,8	18,7	26,0	0,5			
02	200	4,4	4,2	13,2	118,6	0,0	0,2	4,7	34,1	70,5	1,6			
02	150	8,6	6,1	38,6	243,8	0,0	0,2	0,0	14,8	203,9	4,6			
68	90	11,6	30,1	11,9	367,2	36,0	0,3	3,9	10,4	138,7	2,9			
59	200	0,3	0,0	39,4	160,0	0,0	0,0	2,4	22,5	18,5	0,2			
	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1			
	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5	0,8			
38	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0	2,2			
	<b>860,0</b>	<b>31,9</b>	<b>49,2</b>	<b>143,1</b>	<b>1171,5</b>	<b>36,0</b>	<b>1,0</b>	<b>26,9</b>	<b>175,9</b>	<b>544,8</b>	<b>13,9</b>			
	<b>1570</b>	<b>48,2</b>	<b>71,2</b>	<b>230,0</b>	<b>1792,8</b>	<b>106,8</b>	<b>1,5</b>	<b>52,7</b>	<b>321,0</b>	<b>796,8</b>	<b>20,5</b>			
	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6			
	<b>ИТОГО за день</b>													
	Норматив по САНПиН													

Десятый

лет вторая

дети категория: 7-11 лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины ( мг)				Минеральные вещества (мг)			
			вещества				A	B <sub>1</sub>	C	Ca	P	Fe		
			Б	Ж	У									
<b>Завтрак</b>														
03	Рагу из курицы	200	13,3	34,4	19,7	432,0	0,0	0,5	7,0	24,6	199,0	2,5		
	кисломолочный продукт	200	5,8	5,0	8,0	100,0	40,0	0,1	1,4	240,0	180,0	0,2		
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6		
08	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0	2,2		
	Итого	550	24,5	41,8	59,0	713,0	40,0	0,8	18,5	332,7	453,7	6,5		
<b>Обед</b>														
02	Салат из моркови	60	0,7	0,1	6,9	49,0	0,0	0,0	2,0	15,5	31,7	0,4		
01	Суп картофельный с крупой	200	1,6	2,2	9,7	68,6	0,0	0,1	6,6	21,4	44,8	0,7		
09	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	100,0	0,0	0,0	22,0	76,8	1,0		
09	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100,6	20,0	0,0	1,3	125,8	90,0	0,1		
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
05	Сыр	10	2,32	2,95	0	36	26	0,003	0,07	88	50	0,1		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5	0,8		
	Итого	570	18,7	14,8	58,6	477,1	146,0	0,4	10,2	332,0	369,4	4,3		
	<b>Итого за день</b>	<b>1120</b>	<b>43,1</b>	<b>56,6</b>	<b>117,6</b>	<b>1190,1</b>	<b>186,0</b>	<b>1,2</b>	<b>28,7</b>	<b>664,7</b>	<b>823,1</b>	<b>10,8</b>		
	Норматив по САНПиН	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6		

Десятый

вторая

степени категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		вещества				А	В <sub>1</sub>	С	Са	Р	Fe		
		Б	Ж	У									
<b>Завтрак</b>													
Плов из птицы	250	22,5	11,2	45,6	373,3	35,0	0,2	8,2	45,1	236,7	2,3		
Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	24,4	0,1	1,6	152,2	124,6	0,5		
Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0	0,0		
Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	0,6		
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>31,6</b>	<b>24,0</b>	<b>84,8</b>	<b>691,9</b>	<b>99,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,9</b>	<b>251,8</b>	<b>427,9</b>	<b>4,5</b>		
<b>Обед</b>													
Огурец соленый	60	0,5	0,1	1,0	6,0	0,0	0,0	2,1	13,8	14,4	0,4		
Суп картофельный с крупой	200	1,6	2,2	9,7	68,6	0,0	0,1	6,6	21,4	44,8	0,7		
Рагу из птицы	200	13,3	34,4	19,7	432,0	0,0	0,5	7,0	24,6	199,0	2,5		
Компот из св. яблок	200	0,2	0,2	27,9	114,6	0,0	0,0	1,1	14,2	4,4	1,0		
Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	1,1		
Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5	0,8		
Сок	200	1,0	0,0	20,2	84,8	0,0	0,0	4,0	14,0	14,0	2,8		
<b>Итого за день</b>	<b>920</b>	<b>22,3</b>	<b>39,1</b>	<b>104,3</b>	<b>865,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	<b>21,0</b>	<b>147,3</b>	<b>352,8</b>	<b>9,2</b>		
<b>Норматив по САНПиН</b>	<b>1430</b>	<b>53,9</b>	<b>63,1</b>	<b>189,1</b>	<b>1557,8</b>	<b>99,4</b>	<b>1,3</b>	<b>30,9</b>	<b>399,1</b>	<b>780,7</b>	<b>13,7</b>		
	1200	42,4	43,5	184,3	1292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6		

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ "КРАСНОЯРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМ. БЫХ Н.И.