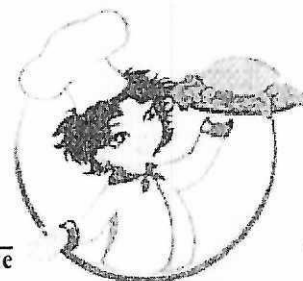


Согласовано
Директор школы



Ч.И. Туканов



ОСНОВНОЕ РАЦИОННОЕ. ОВЗ. 1 смена

1 неделя

		Рацион	Выход	Эне	Выход	ценность
				ценность		
П О Н Е Д Е Л Ь Н И К		Завтрак	1-4 кл		5-11 кл	
	63/2021	Бутерброд с сыром	35	140	50	190
	217/2021	Каша рисовая вязкая (молочная)	190	171	200	211
	457/2021	Чай с сахаром	200	30	200	40
	573/2021	Хлеб пшеничный	35	91	50	130
	574/2021	Хлеб ржаной	35	78	60	135
		Итого завтрак	500	547	560	706
		Обед				
	128/2021	Суп-лапша по домашнему	200	150	250	150
	372/2021	Биточки из птицы припущенные	90	255	100	283
	256/2021	Макароны отварные	150	195	180	234
	457/2021	Чай с сахаром	200	38	200	38
	574/2021	Хлеб ржаной	40	82,4	40	82,4
	573/2021	Хлеб пшеничный	40	93,6	40	93,6
		Итого обед	720	814	810	881
В Т О Р Н И К		Завтрак				
	268/2021	Омлет натуральный	130	175	150	200
	541/2021	Булочка ванильная	40	140	120	180
	82/2021	Яблоко свежее	100	52	200	65
	459/2021	Чай с лимоном	200	25	200	40
	574/2021	Хлеб ржаной	40	82,4	25	65
	573/2021	Хлеб пшеничный	40	104	25	56
		Итого завтрак	550	578	720	606
		Обед				
	120/2021	Уха рыбацкая	210	126	250	150
	307/2021	Рыбные палочки	90	105,5	100	117,2
	377/2021	Пюре картофельное	150	105	180	126
	462/2021	Какао с молоком	200	94	200	94
	574/2021	Хлеб ржаной	45	92,7	40	82,4
	573/2021	Хлеб пшеничный	40	93,5	40	93,6
		Итого обед	735	616,7	810	663
		Завтрак				
	72/2021	Бутерброд с повидлом	35	130	50	180
	225/2021	Каша пшённая вязкая (молочная)	200	182	200	184
	461/2021	Чай каркаде	200	30	200	40

С
Р
Е
Д
А

574/2021	Хлеб пшеничный	35	91	50	130
573/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	78	60	135
	Итого завтрак	510	511	560	669
	Обед				
104/433/2021	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	200	76	250	95
ТК № 17/2026	Поджарка из свинины	90	173	100	193
205/2021	Каша рисовая рассыпчатая	165	223,4	180	243,5
495/2021	Компот из сухофруктов	200	84	200	84
574/2021	Хлеб ржаной	20	41,2	40	82,4
573/2021	Хлеб пшеничный	25	58,5	40	93,6
	Итого обед	700	656,1	810	792

Ч
Е
Т
В
Е
Р
Г

	Завтрак				
63/2021	Бутерброд с сыром	35	140	50	190
285/408/2021	Пудинг творожный с соусом сметанным	150	150	160	194
460/2021	Чай с молоком	220	39	220	50
574/2021	Хлеб пшеничный	60	156	60	156
573/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	78	60	135
	Итого завтрак	500	563	550	725
	Обед				
1./2021	Салат из капусты белокочанной	60	40	100	66,7
ТК № 78/2026	Йогурт фруктовый	100	90	100	90
328/2021	Жаркое по-домашнему	250	375	320	480
465/2021	Кофейный напиток с молоком	200	88	200	88
574/2021	Хлеб ржаной	45	92,7	40	82,4
573/2021	Хлеб пшеничный	45	105,3	40	93,6
	Итого обед	700	791	800	900,7

П
Я
Т
Н
И
Ц
А

	Завтрак				
225/2021	Каша пшеничная вязкая (молочная)	225	204,75	200	184
462/2021	Какао с молоком	200	100	200	100
574/2021	Хлеб пшеничный	60	156	50	130
573/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	78	60	135
	Итого завтрак	520	538,75	550	549
	Обед				
113/2021	Суп картофельный с бобовыми	250	156	300	187,2
ТК № 210/2026	Перловая каша с курицей	200	293	220	322,3
459/2021	Чай с лимоном	200	40	200	40
574/2021	Хлеб ржаной	40	82,4	40	82,4
573/2021	Хлеб пшеничный	25	58,5	40	93,6
	Итого обед	715	629,9	800	718,6

Среднее значение за период:

1249,09

1442,06

Средняя стоимость дня:

111,51

125,03

Технолог:



Зав.производством: _____