

**УТВЕРЖДЕНО**

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

«    »    2023г

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ СОШ «СД» с. Тимашево

Наумова Л.А.

« 01 »    09    2023 г.

**Примерное десятидневное меню  
и пищевая ценность приготовляемых блюд,  
для детей ОВЗ включая витаминизацию**

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Осень-Зима 2023

День: понедельник

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
4 002,01	Каша вязкая молочная овсяная	220/5	10	11	42	309		1	52		168	281	87	2
12 012,01	Бутерброд с маслом	45	3	13	14	181			89		12	63	17	1
10 018,01	Кофейный напиток	200	3	3	15	103		15	20		126	90	15	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			20	28	104	727		17	161		354	469	146	4
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
4 002,01	Каша вязкая молочная овсяная	220/5	10	11	42	309		1	52		168	281	87	2
12 012,01	Бутерброд с маслом	45	3	13	14	181			89		12	63	17	1
10 018,01	Кофейный напиток	200	3	3	15	103		15	20		126	90	15	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			20	28	104	727		17	161		354	469	146	4
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
10,06	Щи из свежей капусты с картофелем на МКБ со сметаной	250/5	2	11	11	151		29	5		50	54	25	1
14,05	Плов с куриным филе 1	225	19	22	55	492		5			27	123	57	2
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28					9		2	
<b>Итого за Комплекс</b>			26	34	95	778		34	5		94	209	95	4
<b>Итого за день</b>			66	90	303	2232		68	327		802	1147	387	12

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: вторник

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														

44	Тефтели с рисом	80/30	11	16	15	252		5			24	134	24	2
8 004,03	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244			30		32	55	14	1
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1		17	10	7	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
69	Кондитерское изделие 1	40			40	163					13	6	3	1
<b>Итого за Завтрак</b>			21	22	114	741		8	31		86	205	48	5
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
15,03	Каша молочная манная вязкая 1	200/5	7	8	41	263		1	49		142	130	23	1
6 002,01	Пудинг из творога запеченный/2	50/15	10	5	22	175			26		126	50	19	1
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1		17	10	7	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			20	14	79	520		4	76		285	190	49	3
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
57	Суп гороховый на МКБ	250	6	6	21	160		14			45	94	39	2
44	Тефтели с рисом	80/30	11	16	15	252		5			24	134	24	2
8 004,03	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244			30		32	55	14	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43			1		14	8	6	1
<b>Итого за Комплекс</b>			29	28	111	806		19	31		123	323	94	7
<b>Итого за день</b>			70	64	304	2067		31	138		494	718	191	15

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: среда

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
25,03	Каша вязкая молочная пшеничная.	220/5	12	8	47	312		2	53		284	244	45	1
12 012,08	Бутерброд с колбасой п/к	50	6	8	14	153		14			14	60	17	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43			1		14	8	6	1
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			22	17	104	642		17	54		360	347	95	4
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
25,03	Каша вязкая молочная пшеничная.	220/5	12	8	47	312		2	53		284	244	45	1
12 012,08	Бутерброд с колбасой п/к	50	6	8	14	153		14			14	60	17	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43			1		14	8	6	1
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			22	17	104	642		17	54		360	347	95	4
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
2 014,07	Суп рисовой на МКБ	250	2	3	17	109		17			26	63	27	1
66	Курица тушеная с морковью	100	12	16	6	216		7			25	28	26	1
2 015,01	Каша пшеничная рассыпчатая 180	180	8	11	47	318			59		30	168	60	2
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 015,05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1
<b>Итого за Комплекс</b>			27	31	99	779		24	60		103	299	130	6
<b>Итого за день</b>			71	65	307	2063		58	168		823	993	320	14

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: четверг

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1 006	Салат витаминный с маслом растительным	80	1	5	11	96		26			39	28	15	1
64	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	144		5			21	117	25	2
111	Горошница	180/5	21	6	43	307	1		30		93	205	81	6
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1		17	10	7	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			37	18	105	713	1	35	31		218	395	155	11
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
64	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	144		5			21	117	25	2
111	Горошница	180/5	21	6	43	307	1		30		93	205	81	6
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1		17	10	7	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			35	13	70	533	1	8	31		131	332	113	9
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
2 008	Рассольник Ленинградский на МКБ	250	2	6	18	136		17	5		39	79	29	1
8 001,02	Каша гречневая с говядиной тушеной 1	230	15	12	43	343		4			39	285	157	5
1 006,02	Салат витаминный с маслом растительным 1	60	5	5	15	126		1			100	129	29	1
10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43			1		14	8	6	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
<b>Итого за Комплекс</b>			27	24	108	755		22	6		200	533	232	9
<b>Итого за день</b>			99	55	283	2001	2	65	68		549	1260	500	29

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: пятница

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
27	Каша молочная пшеничная	220/5	10	10	45	306		1	52		159	232	62	2
40	Бутерброд с сыром	50	8	6	14	136					10	60	26	1
55	Кисель	200			27	109		24			69		2	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			22	17	119	685		26	52		286	327	117	4
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
27	Каша молочная пшеничная	220/5	10	10	45	306		1	52		159	232	62	2
40	Бутерброд с сыром	50	8	6	14	136					10	60	26	1
55	Кисель	200			27	109		24			69		2	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			22	17	119	685		26	52		286	327	117	4
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
65,01	Суп с клецками на МКБ	250	2	3	15	103		12	13		8970	54	2008	1
8 002,02	Рис отварной 1.1	180	5	5	48	254			30		27	99	37	1
7 007	Тефтели рыбные из минтая	80	11	7	10	170		2	15		39	177	40	433
8,02	Соус красный основной 2	30			3	15		2			7	7	4	
20,02	Салат из свеклы с черносливом 1	60	1	4	9	80		6			29	33	21	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 015,05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1
<b>Итого за Комплекс</b>			24	20	114	758		22	59		9094	410	2127	438
<b>Итого за день</b>			68	54	352	2128		74	163		9666	1064	2361	446

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: понедельник

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
---	--------------------------------	-------	-------------------------	---------------------	---------------	------------------------------

реп.	прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
4 001	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	220/5	6	8	28	211		1	52		147	154	35	1
76	Творожная запеканка	50/15	12	5	17	165			25		133	42	18	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 018,01	Кофейный напиток	200	3	3	15	103		15	20		126	90	15	
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			25	17	93	613		17	97		454	321	95	2
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
4 001	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	220/5	6	8	28	211		1	52		147	154	35	1
76	Творожная запеканка	50/15	12	5	17	165			25		133	42	18	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 018,01	Кофейный напиток	200	3	3	15	103		15	20		126	90	15	
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			25	17	93	613		17	97		454	321	95	2
<b>Комплекс ОБЗ</b>														
47	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158		20	5		52	52	26	1
111	Горошница	180/5	21	6	43	307	1		30		93	205	81	6
44	Тефтели с рисом	80/30	11	16	15	252		5			24	134	24	2
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1		17	10	7	1
<b>Итого за Комплекс</b>			39	34	100	856	1	28	36		194	433	149	11
<b>Итого за день</b>			89	68	286	2082	1	62	230		1102	1075	339	15

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: вторник

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
25	Каша молочная ячневая	220/5	8	8	42	274		1	52		178	265	40	1
12 012,08	Бутерброд с колбасой п/к	50	6	8	14	153		14			14	60	17	1
10 018,01	Кофейный напиток	200	3	3	15	103		15	20		126	90	15	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
69	Кондитерское изделие 1	40			40	163					13	6	3	1
<b>Итого за Завтрак</b>			20	20	120	743		30	72		331	421	75	3
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
25	Каша молочная ячневая	220/5	8	8	42	274		1	52		178	265	40	1
12 012,08	Бутерброд с колбасой п/к	50	6	8	14	153		14			14	60	17	1
10 018,01	Кофейный напиток	200	3	3	15	103		15	20		126	90	15	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			20	20	80	580		30	72		318	415	72	2
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
2 015	Суп крестьянский	250/5	3	6	14	123		20	5		43	62	27	1
117	Каша пшеничная с маслом	180/5	12	7	53	307			41		202	194	39	2
22,01	Котлеты куриные 1	80	22	21	10	318		2	3		40	30	31	2
8,02	Соус красный основной 2	30			3	15		2			7	7	4	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 015,05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1
<b>Итого за Комплекс</b>			42	35	109	899		24	50		314	333	118	7
<b>Итого за день</b>			82	75	309	2222		84	194		963	1169	265	12

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: среда

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

<b>Завтрак</b>														
1 026	Салат из помидоров с растительным маслом	80	1	3	4	48		17			17	25	15	1
8 001,05	Каша гречневая с маслом 180/5	180/5	10	7	47	290			30		26	246	165	6
22	Котлеты куриные с соусом	60/50	10	11	14	197		6	14		37	38	26	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 015,05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			25	22	105	698		24	45		142	352	239	10
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
8 001,05	Каша гречневая с маслом 180/5	180/5	10	7	47	290			30		26	246	165	6
22	Котлеты куриные с соусом	60/50	10	11	14	197		6	14		37	38	26	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 015,05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			24	19	101	650		7	45		125	327	224	9
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
2 014	Суп фасольевый на МКБ	250	5	6	19	151		12			49	136	39	2
8 004,03	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244			30		32	55	14	1
101	Сосиски молочные	50	5	10		113					13			1
8,02	Соус красный основной 2	30			3	15		2			7	7	4	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43			1		14	8	6	1
<b>Итого за Комплекс</b>			22	22	97	673		14	31		123	238	74	6
<b>Итого за день</b>			71	63	303	2021		45	121		390	917	537	25

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: четверг

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296		37			29	107	47	2
1 013,02	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	10	6	117		21			27	18	10	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1		17	10	7	1
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			13	27	75	579		62	1		121	170	91	4
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
36,03	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	6	8	31	220		2	53		151	153	32	
6 002,01	Пудинг из творога запеченный/2	50/15	10	5	22	175			26		126	50	19	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
55	Кисель	200			27	109		24			69		2	
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			19	14	89	554		26	79		346	203	53	1
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
61	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	184		9			34	62	21	1
7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296		37			29	107	47	2
1 013,02	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	10	6	117		21			27	18	10	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 015,02	Чай с лимоном	200			7	32		3	1		17	10	7	1
<b>Итого за Комплекс</b>			18	33	93	736		70	1		115	229	96	5
<b>Итого за день</b>			50	74	257	1869		158	81		582	602	240	10

ООО "Негоциант"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: Осень-Зима 2023

День: пятница

Сезон: сентябрь-декабрь

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет, 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

<b>Завтрак</b>														
77	Суп молочный с гречневой крупой	200	6	7	18	164		2	46		178	175	52	1
79	Омлет натуральный	70/5	6	10	2	118			135		61	105	9	1
10 015,05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1
12 012,02	Бутерброд с маслом и сыром	55	7	13	14	194			59		12	62	23	1
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак</b>			20	30	65	589		3	241		313	385	117	5
<b>Завтрак 1-4 класс</b>														
77	Суп молочный с гречневой крупой	200	6	7	18	164		2	46		178	175	52	1
79	Омлет натуральный	70/5	6	10	2	118			135		61	105	9	1
10 015,05	Чай с сахаром 1	200			7	29			1		14	8	6	1
12 012,02	Бутерброд с маслом и сыром	55	7	13	14	194			59		12	62	23	1
83,01	Сок 0,2 л	200	1		24	84		1			48	35	27	1
<b>Итого за Завтрак 1-4 кл.</b>			20	30	65	589		3	241		313	385	117	5
<b>Комплекс ОВЗ</b>														
65,01	Суп с клецками на МКБ	250	2	3	15	103		12	13		8970	54	2008	1
7 007	Тефтели рыбные из минтая	80	11	7	10	170		2	15		39	177	40	433
111	Горошница	180/5	21	6	43	307	1		30		93	205	81	6
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57					8	32	11	1
10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200			7	28					9		2	
<b>Итого за Комплекс</b>			39	17	97	715	1	14	58		9119	468	2142	441
<b>Итого за день</b>			79	77	227	1893	1	20	540		9745	1238	2376	451

Составил \_\_\_\_\_ Администратор

Утвердил \_\_\_\_\_

**М.П.**