

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СШ №

« 04 » 09



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО "КШП-1"

« 04 » 09 2023 г.  
П.Г.Оганесова



Двухнедельное меню основного (организованного) горячего питания (завтрак)  
для обучающихся 5-11 классов (1 смена) общеобразовательных школ  
на осенний период 2023 г  
стоимостью 158-00 р (субсидия и родительская плата)

№	Наименование блюда	СРБ и КИ	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энерг. цен-сть, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углев.		В1,мг	В2,мг	С,мг	А,рет. экв.	Д,мкг	Са,мг	Р,мг	Mg,мг	Fe,мг	К,мг	Ј,мкг	Se, мкг	Ф,мкг
<b>1 неделя</b>																				
<b>1 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1	Каша "Полезная" (пшенно-кукурузная) молочная жидкая с маслом 200/5	(25)	205	5,452	3,112	32,446	180	0,10	0,12	0,52	50,40	0,01	117,35	139,46	31,16	1,14	151,41	43,39	5,20	22,47
2	Какао-напиток "Витошка", обогащенный витаминами	(25)	200	4,027	3,474	15,207	108	0,21	0,39	7,26	132,53	1,35	158,66	118,75	16,96	0,26	174,30	11,88	2,64	26,40
3	Пицца "Маргарита"	(0)	100	10,145	10,893	18,077	211	0,04	0,13	1,93	3,89	0,41	332,32	218,87	25,08	0,68	108,38	11,52	6,71	10,19
4	Фрукты свежие (яблоки)	(12)	1/130	0,439	0,049	12,179	51	0,04	0,03	13,00	0,00	0,00	20,80	14,30	11,70	2,86	361,40	2,29	0,34	9,15
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>635</b>	<b>20,064</b>	<b>17,529</b>	<b>77,910</b>	<b>550</b>	<b>0,38</b>	<b>0,66</b>	<b>22,71</b>	<b>186,81</b>	<b>1,76</b>	<b>629,13</b>	<b>491,38</b>	<b>84,90</b>	<b>4,94</b>	<b>795,48</b>	<b>69,08</b>	<b>14,89</b>	<b>68,21</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>20,064</b>	<b>17,529</b>	<b>77,910</b>	<b>550</b>	<b>0,38</b>	<b>0,66</b>	<b>22,71</b>	<b>186,81</b>	<b>1,76</b>	<b>629,13</b>	<b>491,38</b>	<b>84,90</b>	<b>4,94</b>	<b>795,48</b>	<b>69,08</b>	<b>14,89</b>	<b>68,21</b>
<b>2 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1	Зеленый горошек порциями	T/24 (12)	20	0,524	0,038	1,243	7	0,02	0,01	2,00	0,00	0,00	4,00	12,40	4,20	0,14	19,80	0,00	0,00	0,00
2	Омлет натуральный	340 (21)	200	16,748	21,389	3,422	273	0,09	0,61	0,66	51,29	3,46	142,28	303,51	22,74	3,47	245,66	97,02	41,72	82,97
3	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Хлеб "Полезный" ( из ржано-пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,01	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
5	Сырная палочка	(25)	40	4,012	4,857	17,166	128	0,03	0,04	0,04	2,20	0,15	68,32	65,00	7,96	0,42	45,70	8,91	3,86	8,55
6	Фрукты свежие (груши)	(12)	1/120	0,406	0,338	11,816	52	0,02	0,04	6,00	0,00	0,00	22,80	19,20	14,40	2,76	186,00	1,06	0,11	10,56
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>620</b>	<b>22,895</b>	<b>26,817</b>	<b>53,417</b>	<b>547</b>	<b>0,25</b>	<b>0,71</b>	<b>8,74</b>	<b>53,49</b>	<b>3,61</b>	<b>266,02</b>	<b>455,28</b>	<b>67,53</b>	<b>8,28</b>	<b>554,16</b>	<b>106,99</b>	<b>45,68</b>	<b>102,09</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>22,895</b>	<b>26,817</b>	<b>53,417</b>	<b>547</b>	<b>0,25</b>	<b>0,71</b>	<b>8,74</b>	<b>53,49</b>	<b>3,61</b>	<b>266,02</b>	<b>455,28</b>	<b>67,53</b>	<b>8,28</b>	<b>554,16</b>	<b>106,99</b>	<b>45,68</b>	<b>102,09</b>
<b>3 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				

1	Голубцы рубленные в соусе 102/42	(25)	144	14,177	4,876	7,094	129	0,08	0,02	6,92	0,07	0,00	31,57	131,22	22,51	1,26	350,33	58,01	17,17	97,83
2	Пюре картофельное	520 (21)	180	3,107	4,846	23,022	148	0,14	0,12	12,45	28,40	0,07	52,13	102,44	34,37	1,33	758,48	102,58	0,90	45,54
3	Напиток растворимый "Цикорий" с молоком	(25)	200	1,152	1,034	10,770	57	0,01	0,06	0,26	24,60	0,00	53,06	39,59	5,66	0,10	58,10	3,96	0,88	8,80
4	Хлеб "Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
5	Булочка "Романтика" с джемом	(25)	75	4,143	9,011	38,004	250	0,04	0,05	0,07	3,04	0,22	18,15	50,88	8,05	0,87	56,78	7,55	6,77	16,29
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>629</b>	<b>23,626</b>	<b>19,961</b>	<b>89,918</b>	<b>634</b>	<b>0,35</b>	<b>0,26</b>	<b>19,71</b>	<b>56,11</b>	<b>0,29</b>	<b>178,91</b>	<b>372,13</b>	<b>84,98</b>	<b>4,31</b>	<b>1280,69</b>	<b>172,10</b>	<b>25,72</b>	<b>168,46</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>23,626</b>	<b>19,961</b>	<b>89,918</b>	<b>634</b>	<b>0,35</b>	<b>0,26</b>	<b>19,71</b>	<b>56,11</b>	<b>0,29</b>	<b>178,91</b>	<b>372,13</b>	<b>84,98</b>	<b>4,31</b>	<b>1280,69</b>	<b>172,10</b>	<b>25,72</b>	<b>168,46</b>
	<b>4 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Запеканка творожная с манной крупой	(25)	200	22,015	12,391	40,990	364	0,10	0,31	0,26	9,06	0,38	192,59	299,99	38,48	1,60	168,10	51,97	33,85	45,45
2	Соус вишневый с ягодами	618 (28)	30	0,097	0,000	17,132	69	0,00	0,00	0,92	0,00	0,00	5,46	3,99	3,46	0,23	32,51	0,27	0,00	0,40
3	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Булочка молочная	779 (21)	50	3,746	0,970	25,397	125	0,04	0,04	0,12	0,18	0,11	35,63	50,91	8,43	0,44	72,80	20,35	2,34	7,74
5	Фрукты свежие (яблоки)	(12)	1/130	0,439	0,049	12,179	51	0,04	0,03	13,00	0,00	0,00	20,80	14,30	11,70	2,86	361,40	2,29	0,34	9,15
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>620</b>	<b>26,456</b>	<b>13,410</b>	<b>104,441</b>	<b>644</b>	<b>0,18</b>	<b>0,38</b>	<b>14,35</b>	<b>9,24</b>	<b>0,49</b>	<b>259,10</b>	<b>376,37</b>	<b>65,90</b>	<b>5,87</b>	<b>634,81</b>	<b>74,88</b>	<b>36,54</b>	<b>62,75</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>26,456</b>	<b>13,410</b>	<b>104,441</b>	<b>644</b>	<b>0,18</b>	<b>0,38</b>	<b>14,35</b>	<b>9,24</b>	<b>0,49</b>	<b>259,10</b>	<b>376,37</b>	<b>65,90</b>	<b>5,87</b>	<b>634,81</b>	<b>74,88</b>	<b>36,54</b>	<b>62,75</b>
	<b>5 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Котлета "Богатырь" (из цыплят и говядины)	(0)	100	15,287	9,444	6,107	171	0,08	0,06	1,12	12,55	0,13	47,35	170,11	24,27	1,82	292,91	72,21	16,79	95,49
2	Макаронные изделия отварные	516 (21)	180	5,380	4,435	37,555	212	0,08	0,03	0,00	15,12	0,07	24,65	99,34	28,76	0,94	118,26	106,55	0,05	12,52
3	Соус овощной по " Болгарски"	(0)	50	1,148	2,121	5,405	45	0,04	0,05	16,84	0,00	0,00	14,93	26,52	15,15	0,63	194,56	28,13	0,77	13,31
4	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Хлеб "Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
6	Арбуз свежий	627 (21)	180	0,913	0,169	10,136	46	0,07	0,11	12,60	0,00	0,00	25,20	12,60	403,20	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>750</b>	<b>23,933</b>	<b>16,364</b>	<b>78,972</b>	<b>559</b>	<b>0,35</b>	<b>0,26</b>	<b>30,60</b>	<b>27,67</b>	<b>0,21</b>	<b>140,75</b>	<b>363,74</b>	<b>489,61</b>	<b>6,68</b>	<b>662,72</b>	<b>206,89</b>	<b>17,61</b>	<b>121,32</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>23,933</b>	<b>16,364</b>	<b>78,972</b>	<b>559</b>	<b>0,35</b>	<b>0,26</b>	<b>30,60</b>	<b>27,67</b>	<b>0,21</b>	<b>140,75</b>	<b>363,74</b>	<b>489,61</b>	<b>6,68</b>	<b>662,72</b>	<b>206,89</b>	<b>17,61</b>	<b>121,32</b>
	<b>6 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Вареники с адыгейским сыром и картофелем	664 (25)	150	13,446	15,781	28,789	311	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,99	1,81	0,53	0,07	0,21	96,27	0,00	0,00
2	Масло сливочное	96 (21)	2,5	0,017	1,704	0,031	16	0,00	0,00	0,00	10,00	0,03	0,60	0,75	0,00	0,01	0,65	0,00	0,02	0,07
3	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Фрукты свежие (яблоки)	(12)	1/130	0,439	0,049	12,179	51	0,04	0,03	13,00	0,00	0,00	20,80	14,30	11,70	2,86	361,40	2,29	0,34	9,15

5	Лепешка сметанная	(25)	50	3,166	4,918	25,471	159	0,03	0,03	0,01	4,08	0,03	13,34	35,95	6,03	0,45	48,80	13,80	3,31	10,23
	<b>Итого за завтрак:</b>		542,5	17,227	22,452	75,213	572	0,07	0,05	13,05	14,08	0,06	48,34	59,99	22,09	4,13	411,06	112,36	3,67	19,45
	<b>Итого за день:</b>			17,227	22,452	75,213	572	0,07	0,05	13,05	14,08	0,06	48,34	59,99	22,09	4,13	411,06	112,36	3,67	19,45
	<b>Итого за неделю:</b>			134,200	116,533	479,871	3505	1,59	2,33	109,17	347,41	6,42	1522,26	2118,90	815,00	34,20	4338,92	742,30	144,11	542,28
	<b>2 неделя</b>																			
	<b>1 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Каша рисовая молочная жидкая м/с 200/5	257 (12)	205	2,036	3,515	25,623	142	0,09	0,03	0,07	18,23	0,06	21,07	52,40	15,09	0,35	41,46	47,52	4,30	15,72
2	Какао-напиток "Витошка", обогащенный витаминами	(25)	200	4,027	3,474	15,207	108	0,21	0,39	7,26	132,53	1,35	158,66	118,75	16,96	0,26	174,30	11,88	2,64	26,40
3	Хачапури с сыром и творогом	850 (13)	100	12,802	10,161	26,587	249	0,05	0,18	0,20	6,78	0,48	261,96	225,18	23,90	0,86	102,65	3,94	14,24	18,86
4	Фрукты свежие (груши)	627 (21)	1/120	0,406	0,338	11,816	52	0,02	0,04	6,00	0,00	0,00	22,80	19,20	14,40	2,76	186,00	1,06	0,11	10,56
	<b>Итого за завтрак:</b>		625	19,270	17,489	79,233	551	0,38	0,64	13,53	157,54	1,88	464,49	415,54	70,35	4,23	504,41	64,40	21,29	71,54
	<b>Итого за день:</b>			19,270	17,489	79,233	551	0,38	0,64	13,53	157,54	1,88	464,49	415,54	70,35	4,23	504,41	64,40	21,29	71,54
	<b>2 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Тефтели рыбные в соусе 90/60	332 (12)	150	10,881	10,626	11,891	187	0,12	0,08	1,91	12,55	6,46	23,02	127,49	24,34	0,73	244,17	79,18	25,77	228,38
2	Пюре картофельное	520 (21)	180	3,107	4,846	23,022	148	0,14	0,12	12,45	28,40	0,07	52,13	102,44	34,37	1,33	758,48	102,58	0,90	45,54
3	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
5	Булочка домашняя	769 (21)	50	3,028	5,680	28,074	176	0,03	0,01	0,00	0,02	0,02	7,92	29,35	5,22	0,43	38,42	12,14	3,75	10,01
6	Арбуз порциями	(12)	200	1,014	0,188	11,262	51	0,08	0,12	14,00	0,00	0,00	28,00	14,00	448,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого за завтрак:</b>		820	19,235	21,534	94,018	647	0,45	0,35	28,40	40,98	6,55	139,69	328,46	530,16	5,97	1098,08	193,90	30,41	283,92
	<b>Итого за день:</b>			19,235	21,534	94,018	647	0,45	0,35	28,40	40,98	6,55	139,69	328,46	530,16	5,97	1098,08	193,90	30,41	283,92
	<b>3 день</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
1	Пудинг из творога с тыквенным пюре	(25)	190	18,510	14,798	37,936	359	0,06	0,32	0,82	7,68	0,54	184,40	271,44	32,43	1,39	174,83	12,96	33,91	54,11
2	Соус брусничный	(0)	30	0,028	0,024	5,152	21	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	1,33	0,80	0,30	0,03	4,72	0,00	0,00	0,00
3	Чай с лимоном 200/10/7	686 (21)	217	0,212	0,007	8,943	37	0,00	0,00	2,84	0,00	0,00	7,42	8,72	4,67	0,78	11,41	0,01	0,02	0,62
4	Слойка детская	(25)	80	4,834	5,234	38,650	221	0,04	0,04	0,07	0,12	0,14	26,48	57,03	9,16	0,67	74,45	21,30	5,20	14,11
5	Фрукты свежие (яблоки)	(12)	1/120	0,406	0,045	11,243	47	0,04	0,02	12,00	0,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64	333,60	2,11	0,31	8,45
	<b>Итого за завтрак:</b>		637	23,990	20,108	101,923	685	0,15	0,39	16,03	7,80	0,68	238,82	351,19	57,36	5,51	599,01	36,38	39,45	77,29
	<b>Итого за день:</b>			23,990	20,108	101,923	685	0,15	0,39	16,03	7,80	0,68	238,82	351,19	57,36	5,51	599,01	36,38	39,45	77,29

4 день																				
Завтрак																				
1	Омлет натуральный	340 (21)	180	15,074	19,250	3,080	246	0,08	0,55	0,60	46,16	3,11	128,05	273,16	20,46	3,12	221,10	87,32	37,55	74,67
2	Кофейный напиток с молоком	395 (21)	200	2,296	1,778	11,297	70	0,02	0,06	0,26	24,69	0,00	59,73	73,20	27,47	1,25	131,08	3,96	0,88	8,80
3	Хлеб "Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
4	Булочка "Фантазия"	24 (25)	40	2,658	4,885	20,906	138	0,03	0,03	0,01	0,03	0,12	10,27	32,63	5,46	0,49	57,14	8,75	4,10	16,22
5	Фрукты свежие (бананы)	(21)	1/170	2,155	0,000	36,404	154	0,09	0,09	17,00	0,00	0,00	13,60	47,60	71,40	1,02	591,60	1,70	0,00	1,70
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>620</b>	<b>23,229</b>	<b>26,108</b>	<b>82,715</b>	<b>659</b>	<b>0,29</b>	<b>0,74</b>	<b>17,87</b>	<b>70,88</b>	<b>3,23</b>	<b>235,65</b>	<b>474,59</b>	<b>139,19</b>	<b>6,64</b>	<b>1057,92</b>	<b>101,74</b>	<b>42,53</b>	<b>101,39</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>23,229</b>	<b>26,108</b>	<b>82,715</b>	<b>659</b>	<b>0,29</b>	<b>0,74</b>	<b>17,87</b>	<b>70,88</b>	<b>3,23</b>	<b>235,65</b>	<b>474,59</b>	<b>139,19</b>	<b>6,64</b>	<b>1057,92</b>	<b>101,74</b>	<b>42,53</b>	<b>101,39</b>
5 день																				
Завтрак																				
1	Оладьи из печени с луком, морковью	468 (21)	100	11,803	19,026	6,316	244	0,19	1,42	11,76	3936,00	0,00	26,26	240,51	22,15	5,14	246,40	112,63	31,92	182,36
2	Соус томатный "Помидорка"	(0)	30	0,298	0,629	4,136	23	0,01	0,00	1,49	0,00	0,00	3,09	5,52	3,70	0,17	60,75	10,54	0,27	0,40
3	Макаронные изделия отварные	516 (21)	180	5,380	4,435	37,555	212	0,08	0,03	0,00	15,12	0,07	24,65	99,34	28,76	0,94	118,26	106,55	0,05	12,52
4	Чай с сахаром 200/10	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Хлеб "Полезный" ( из ржано-пшеничной муки)	(0)	60	2,094	0,389	22,055	100	0,17	0,03	0,00	0,00	0,00	48,00	96,00	28,80	1,50	114,00	0,00	0,00	0,00
6	Корж Молочный с сахарной пудрой	1 (25)	25	1,417	2,505	17,124	97	0,02	0,02	0,04	12,85	0,07	8,20	17,91	2,77	0,22	24,20	0,86	1,21	3,73
7	Арбуз порциями	(12)	200	1,014	0,188	11,262	51	0,08	0,12	14,00	0,00	0,00	28,00	14,00	448,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>805</b>	<b>22,165</b>	<b>27,172</b>	<b>107,189</b>	<b>762</b>	<b>0,55</b>	<b>1,62</b>	<b>27,33</b>	<b>3963,97</b>	<b>0,14</b>	<b>142,81</b>	<b>480,46</b>	<b>538,01</b>	<b>10,72</b>	<b>563,61</b>	<b>230,57</b>	<b>33,45</b>	<b>199,03</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>22,165</b>	<b>27,172</b>	<b>107,189</b>	<b>762</b>	<b>0,55</b>	<b>1,62</b>	<b>27,33</b>	<b>3963,97</b>	<b>0,14</b>	<b>142,81</b>	<b>480,46</b>	<b>538,01</b>	<b>10,72</b>	<b>563,61</b>	<b>230,57</b>	<b>33,45</b>	<b>199,03</b>
6 день																				
Завтрак																				
1	Икра свекольная	78 (21)	100	2,161	6,703	12,799	120	0,05	0,06	8,76	0,00	0,00	39,81	54,97	29,06	1,65	408,91	66,11	2,67	23,39
2	Пельмени "Сытные" отварные	664 (12)	160	12,931	12,243	23,176	255	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,59	1,93	0,57	0,07	0,22	102,69	0,00	0,00
3	Соус томатный	587 (21)	30	0,439	1,634	2,511	27	0,01	0,01	1,41	6,48	0,03	2,83	7,34	4,12	0,19	60,28	1,29	0,10	1,81
4	Чай с лимоном 200/10/7	686 (21)	217	0,212	0,007	8,943	37	0,00	0,00	2,84	0,00	0,00	7,42	8,72	4,67	0,78	11,41	0,01	0,02	0,62
5	Хлеб "Полезный" ( из ржано- пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
6	Булочка "Лакомка"	(25)	50	3,070	3,013	26,353	145	0,03	0,01	0,00	0,02	0,03	8,38	30,71	5,37	0,44	40,68	13,40	3,06	9,28
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>587</b>	<b>19,861</b>	<b>23,793</b>	<b>84,809</b>	<b>633</b>	<b>0,18</b>	<b>0,11</b>	<b>13,01</b>	<b>6,51</b>	<b>0,06</b>	<b>92,03</b>	<b>151,66</b>	<b>58,19</b>	<b>3,88</b>	<b>578,51</b>	<b>183,50</b>	<b>5,86</b>	<b>35,09</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>19,861</b>	<b>23,793</b>	<b>84,809</b>	<b>633</b>	<b>0,18</b>	<b>0,11</b>	<b>13,01</b>	<b>6,51</b>	<b>0,06</b>	<b>92,03</b>	<b>151,66</b>	<b>58,19</b>	<b>3,88</b>	<b>578,51</b>	<b>183,50</b>	<b>5,86</b>	<b>35,09</b>
<b>Итого за неделю:</b>				<b>127,750</b>	<b>136,205</b>	<b>549,887</b>	<b>3936</b>	<b>1,99</b>	<b>3,84</b>	<b>116,18</b>	<b>4247,66</b>	<b>12,55</b>	<b>1313,49</b>	<b>2201,89</b>	<b>1393,27</b>	<b>36,93</b>	<b>4401,53</b>	<b>810,48</b>	<b>172,98</b>	<b>768,26</b>

Всего:  $7441 : 12 = 620$  ккал

Всего:  $261,950 : 12 = 21,829$  грамм белка

Всего:  $252,738 : 12 = 21,061$  грамм жира

Всего:  $1029,758 : 12 = 85,813$  грамм углеводов

Экономист по ценам:

Технолог

Примечание:

12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г

13 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1997г

21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.

25 - Техничко-технологическая карта №

28 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий китайской корейской японской кухонь для поп 2004 год