

Начальник Территориального отдела
Роспотребнадзора
по Ростовской области в
Белокалитвенском, Морозовском,
Обливском, Милютинском,
Тацинском, Советском районах

Сотасовано
Директор МБОУ Суновской сш
Т. А. Бонина

ИП Казьменко И.Н.

Казьменко
Ирина
Николаевна

МБОУ Сергеевской с/сш

на 2020-2021 уч. год

на 2020-2021 уч. год															
Цена	Номер рецепта	Наименование блюда	Выход	Белк и	жиры	углеводы	калории	Минеральные вещества				витамины			
								Ca	Mg	P	FE	A	E	B1	C
День первый															
8,21	112	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,05	5,87	19,72	138	23,4	19,4	80,13	0,74	-	3,13	0,15	6,7
29,90	243	Сосиски отварные	80	18,8	18,3	0,52	228	134	8,6	135	0,62	0,19	0,04	0,15	0,04
8,76	171	Каша ячневая с маслом	200/10	8,2	13,2	68,0	358	89,3	45,1	133,6	1,35	0,2	2,3	0,19	15,0
3,13	Пр	Соленые огурцы (помидоры)	20	3,84	3,68	34,4	79,5	100	13,9	81,6	0,96	-	0,72	0,11	18,4
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
7,0	349	Компот из с/х фруктов	200	0,7	0,09	32,1	133	32,5	17,5	23,5	0,7	-	-	0,02	0,7
		Итого:		38,33	41,92	183,74	1076,5	393,0	110,5	506,33	5,03	0,39	6,19	0,68	40,84
День второй															
9,90	82	Борщ с капустой и картофелем	250	2,3	5,32	32,3	228	51,8	11,5	61,5	0,9	-	2,5	0,05	12,1
30,50	294	Биточки из мяса птицы	80	20,35	22,4	28,2	367	98,8	10,7	193	1,5	0,15	0,3	0,06	0,55
8,96	203	Макароны отварные с маслом	180/10	21,5	29,8	93,7	458	70,5	60,2	275,7	4,68	0,4	0,8	0,1	0,36
1,64	52	Свекла отварная	20	1,44	1,36	7,9	50	12	0,4	10,6	0,36	-	-	0,04	4,9
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
6,0	Пр	Кисель ягодный	200	0,7	0,09	32	133	32,5	17,5	23,5	0,7	-	-	0,02	0,7
		Итого:		51,03	59,57	223,1	1376	279,4	106,3	616,8	8,8	0,55	3,6	0,33	18,61
День															

		третий													
8,50	102	Суп картофельный с бобовыми	250	16,24	8,4	12,8	188	92,4	10,9	76,4	1,2	-	0,6	0,24	0,8
39,14	259	Жаркое по-домашнему	200	32,59	41,7	46,7	538	80,0	10,4	129	1,82	0,21	3,9	0,39	25,86
2,36	352 (2016)	Морковь тушёная	25	2,5	4,08	3,98	93	38,9	19,4	34,1	0,65	1,84	0,28	0,034	6,45
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
7,0	349	Компот из с/х фруктов	200	0,7	0,09	32,1	133	32,5	17,5	23,5	0,7	-	-	0,02	0,7
		Итого:	56,77	54,87	124,58	1092	257,6	51,1	315,5	5,03	2,05	4,78	0,744	33,75	
		День четвертый													
10,57	96	Рассольник «Ленинградский»	250	8,9	10,0	20,7	257	103,4	10,8	58,1	0,8	-	2,7	0,07	10,1
30,30	290	Курица тушёная с соусом	80/30	29,7	29,5	12,8	333	57,6	12,9	93,1	958	0,28	0,48	0,03	0,31
8,50	171	Каша пшеничная с маслом	180/10	8,2	13,2	68,0	358	89,3	45,1	133,6	1,16	0,2	2,3	0,08	4,9
1,63	Пр	Икра кабачковая	10	2,88	2,72	25,8	59,6	75	10,4	61,2	0,72	-	0,54	0,08	13,8
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
6,0	381	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	16	121	168,8	4,0	90	0,13	0,12	1,7	0,15	0,3
		Итого:	57,62	58,72	172,3	1805	507,9	89,2	488,5	4,05	0,6	7,72	0,47	29,41	
		День пятый													
8,50	101	Суп картофельный с рисом и томатом	250	3,3	5,2	21,0	148	23,6	10,2	56,2	0,9	0,06	1,1	0,08	4,86
32,0	291	Бризоль из филе рыбы	80	28,9	14,3	6,97	218	14,9	2,8	21,9	0,78	-	1,9	0,1	0,76
12,0	312	Пюре картофельное	180	14,1	16,4	47,3	233	49,3	37,0	115,5	1,35	-	1,21	0,19	28,2
1,52	Пр	Соленые огурцы (помидоры)	10	3,84	3,68	34,4	79,5	100	13,9	81,6	0,96	-	0,72	0,11	18,4
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
2,98	376	Чай	200	0,1	0,02	16,7	63	11,1	1,4	2,8	0,28	-	-	-	0,03
		Итого:	54,98	40,2	155,37	881,5	212,7	71,3	330,5	4,93	0,06	4,93	0,54	52,25	
		День шестой													
10,52	113	Суп-лапша домашняя	250	2,63	2,84	15,70	225	29,9	11,3	70,3	1,01	-	0,25	1,0	4,86

36,20	291	Плов с мясом курицы	200	21,2	33,1	44,7	475	57,9	34,2	219,2	1,5	0,3	-	0,14	7,5
3,28	Пр	Зеленый горошек (бланширов.)	18	2,92	1,74	3,0	28,0	29,5	7,1	18,7	0,29	0,02	-	0,03	6,74
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
7,0	349	Компот из с/х фруктов	200	0,7	0,09	32,1	133	32,5	17,5	23,5	0,7	-	-	0,02	0,7
		Итого:	32,19	38,37	124,5	1001	163,6	63,0	384,2	4,16	0,32	0,25	1,25	19,8	
День седьмой															
7,9	91	Суп картофельный с клёцками	250	8,7	7,9	14,1	278	38,1	30,9	90,0	1,45	0,38	1,98	0,25	14,8
32,0	294	Котлета рубленая (мясо по-мински)	80	30,33	22,3	28,2	367	145,1	12,4	165	1,5	0,06	3,6	0,06	0,55
8,96	203	Макароны отварные с маслом	180/10	21,5	29,8	93,7	458	70,5	60,2	275,7	4,68	0,4	0,8	0,1	0,36
2,14	139	Капуста тушёная	20	2,6	2,4	6,0	98	25,7	10,9	35,1	0,53	-	2,1	0,08	12,9
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
6,0	381	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	16	121	168,8	4,0	90	0,13	0,12	1,7	0,15	0,3
		Итого:	71,07	65,7	187	1462	462	124,4	708,3	8,95	0,96	10,18	0,7	28,91	
День восьмой															
8,50	102	Суп картофельный с бобовыми	250	16,24	8,4	12,8	188	92,4	10,9	76,4	1,2	-	0,6	0,24	0,8
28,87	255	Печень по-строгановски	70/30	10,98	9,1	10,4	232	117,8	0,4	157	0,50	0,06	0,18	0,13	6,98
12,0	312	Пюре картофельное	180	14,1	16,4	47,3	233	49,3	37,0	115,5	1,35	-	1,21	0,19	28,2
2,63	Пр	Икра кабачковая	16	4,6	4,36	38,7	95,4	120	16,64	97,9	1,15	-	0,86	0,13	22,1
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
5,0	Пр	Напиток каркаде	200	1,5	0,2	22,0	98	15,9	8,9	16,0	0,02	-	0,3	0,03	0,8
		Итого:	52,16	39,06	160,2	986,4	409,2	79,84	515,3	4,88	0,06	3,15	0,78	52,08	
День девятый															
8,50	101	Суп картофельный с рисом	250	3,3	5,2	21,0	148	23,6	10,2	56,2	0,9	0,06	1,1	0,08	4,86
28,64	260	Гуляш	50/50	20,5	28,9	2,7	401	35,0	10,4	127	2,0	-	0,4	0,27	1,4
13,60	171	Гречка отварная с маслом	180	21,5	29,8	93,7	432	70,5	60,2	275,7	4,68	0,4	0,8	0,1	0,9
3,28	52	Свекла отварная	40	1,44	1,36	7,9	50	12	0,4	10,6	0,36	-	-	0,04	4,9

3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
2,98	376	Чай	200	0,1	0,02	16,7	63	11,1	1,4	2,8	0,28	-	-	-	0,03
			Итого:	51,58	65,88	171,0	1234	166,0	88,6	524,8	8,88	0,46	2,3	0,55	12,09
		День десятый													
9,90	88	Щи со свежей капустой и картофелем	250	2,3	5,32	32,3	228	51,8	11,5	61,5	0,9	-	2,5	0,05	12,1
29,0	279	Тефтели	80	20,5	21,1	27,6	360	98,7	10,4	193	1,6	0,17	0,3	0,08	0,68
8,96	203	Макароны отварные с маслом	180/1	21,5	29,8	93,7	458	70,5	60,2	275,7	4,68	0,4	0,8	0,1	0,36
2,14	139	Капуста тушёная	20	2,6	2,4	6,0	98,0	25,7	10,9	35,1	0,53	-	2,1	0,08	12,9
3,0	Пр	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29	140	13,8	6,0	52,5	0,66	-	-	0,06	-
7,0	349	Компот из с/х фруктов	200	0,7	0,09	32,1	133	32,5	17,5	23,5	0,7	-	-	0,02	0,7
			Итого:	52,31	58,41	220,7	1417	293	116,5	641,3	9,07	0,57	5,7	0,39	26,74
Цена	Номер рецепта	Наименование блюда	Выход	Бел- ки	жиры	углеводы	калории	Минеральные вещества				Витамины			
								Ca	Mg	P	FE	A	E	В1	C
ВСЕГО:				518,04	522,7	1722,5	12331,4	3144,4	900,74	5031,53	63,78	6,02	48,8	6,43	320,48
СРЕДН.:				51,8	52,3	172,3	1233,1	314,4	90,1	503,2	6,4	0,6	4,9	6,4	32,0