

Примерное двухнедельное (10 дней) меню для питания учащихся МАОУ «Школа18»

	Льготный завтрак учащиеся с ОВЗ 5-11кл										
№340,2004	Омлет натуральный с зел. горошком	118/90	15,73	25,67	2,83	303,2	0,1	0,6	0,53	115,88	2,92
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	149	0,04	0,15	1,3	120,4	012
№1, 2004	Бутерброд с маслом, сыром	40/20/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Хлеб ржаной	50	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный обед учащиеся с ОВЗ 5-11										
№43, 2004	Салат из свежей капусты	100	0,94	3,06	5,64	53	0,02	0,02	15,12	33,18	0,4
№171, 2004	Суп-пюре картофельный с гренками	250	4,7	5,66	29,17	190	0,14	0,12	19,64	57,67	1,06
№401,1994	Гуляш	100	9,34	28,67	3,89	418	0,03	0,01	3,16	4,60	0,23
№516, 2004	Макаронные изделия отварные	180	6,38	5,87	42,58	252	0,11	0,04	0	35,53	1,16
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,82	1,09
	2 вариант										
	Льготное питание 1-4 классы										
Табл.№24, 1996	Нарезка из свежих огурцов	60	0,48	0,06	1,56	8,4	0,02	0,02	6	13,8	0,36
№451,2004	Котлета мясная	90	23,33	23,2	29,12	417,6	0,07	0,16	4,37	59,89	0,97
№520,2004/ №534,2004	Пюре картофельное/капуста тушеная	100/50	3,1	4,45	20,62	138	0,12	0,11	13	59,3	1,22
№81, 2003	Напиток "Виталайт»	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,42	0,57	34,63	169	0,08	0,02	0	14,25	0,79
	Льготное питание 5-11 классы										
Табл.№24, 1996	Нарезка из свежих огурцов	100	0,8	0,1	2,6	14	0,04	0,04	10	23	0,6
№138, 2004	Суп картофельный с рыбой	250	6,66	8,26	15,33	166	0,09	0,06	14,52	22,27	0,82
№451,2004	Котлета мясная	100	25,92	25,78	32,36	464	0,08	0,18	4,86	66,5	1,08
№520,2004/ №534,200	Пюре картофельное/капуста тушеная	100/80	3,1	4,45	20,62	138	0,12	0,11	13	59,3	1,22
№685,2004	Чай с/с	200	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01

	КЛ										
Табл. С62004	Каша пшеничная с маслом	250/10	12,94	18,88	59,14	457,5	0,09	0,31	2,64	250	0,21
№693,2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	149	0,04	0,15	1,3	120, 4	0,12
№1, 2004	Бутерброд с маслом с сыром	40/20/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Хлеб ржаной	24	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
2004	Салат из отв.моркови с масл. растит	100	1,17	10,08	6,48	121	0,05	0,06	4,5	49,5 8	0,66
№110,2004	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/10	1,7	5,82	10,94	101,6	0,06	0,6	16,5 9	43,1 4	0,99
№431,2004	Печень по - строгановски	100	14,21	11,48	3,97	178	0,24	1,65	26,7 7	19,6 8	5,32
№512,2004	Рис припущеный	180	4,4	5,77	44,6	253,2	0,05	0,04 7	0	18,9 8	0,74
№701, 2004	Напиток из свежих фруктов (яблок)	200	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	4 вариант										
	Льготное питание 1-4 классы										
№131,2004	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/10	2,45	7,83	15,29	143,3	0,12	0,07	26,3 2	42,4 6	1,11
№371,2004	Рыба, припущенная с овощами	90	27,89	11,18	4,13	228	0	0,02	2,28	19,9 4	0,3
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,33	185,4	0,19	0,16	30,9 7	63,4 3	1,51
№638,2004	Компот из кураги	200	1,04	-	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	0,7
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,42	0,57	34,63	169	0,08	0,02	0	14,2 5	0,79
	Льготное питание 5-11 классы										
№7, 2003	Салат «Здоровье»	100	1,26	10,08	8,4	128	0,04	0,04	28,2	41,2 4	0,6
№371,2004	Рыба, припущенная с овощами	100	27,89	11,18	4,13	228	0	0,02	2,28	19,9 4	0,3
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,33	185,4	0,19	0,16	30,9 7	63,4 3	1,51
№638,2004	Компот из кураги	200	1,04	-	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	0,7
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,05
Табл. Сборник 2004	Каша пшенная с маслом	200/10	10,33	10,98	47,27	328	0,07	0,25	2,11	199, 57	0,16

№685,2004	Чай с сахаром с лимоном	200/15/10	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,02	0,52	44,7	218,09	0,1	0,02	0	18,3 8	1,01
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
№7, 2003	Салат «Здоровье»	60	1,01	8,06	6,72	102,4	0,03	0,03	22,5 6	32,9 6	0,48
№131,2004	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/10	2,45	7,83	15,29	143,3	0,12	0,07	26,3 2	42,4 6	1,11
№371,2004	Рыба, припущенная с овощами	90	27,89	11,18	4,13	228	0	0,02	2,28	19,9 4	0,3
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,89	6,72	26,33	185,4	0,19	0,16	30,9 7	63,4 3	1,51
№638,2004	Компот из кураги	200	1,04	-	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	0,7
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,05
Табл. Сборник 2004	Каша пшененная с маслом	250/10	10,33	10,98	47,27	328	0,07	0,25	2,11	199, 57	0,16
№685,2004	Чай с сахаром с лимоном	200/15/10	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,02	0,52	44,7	218,09	0,1	0,02	0	18,3 8	1,01
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№7, 2003	Салат «Здоровье»	100	1,26	10,08	8,4	128	0,04	0,04	28,2	41,2 4	0,6
№131,2004	Рассольник "Домашний" со сметаной	250/10	2,45	7,83	15,29	143,3	0,12	0,07	26,3 2	42,4 6	1,11
№371,2004	Рыба припущенная с овощами	100	27,89	11,18	4,13	228	0	0,02	2,28	19,9 4	0,3
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,33	185,4	0,19	0,16	30,9 7	63,4 3	1,51
№638,2004	Компот из кураги	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,8	32,4	0,7
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	5 вариант										
	Льготное питание 1-4 классы										
№ 16, 2004	Салат из св. огурцов	60	0,69	12,04 7	1,27	140,6	0,01	0,2	4,86	13,3 9	0,31
№493,2004	Филе из цыпленка в сметанном соусе	100	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,0 5	1,31
№215,2004	Рагу овощное	150	2,88	8,21	19,09	164,3	0,12	0,08	31,8	42,6	1,23

	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№16, 2004	Салат из свежих огурцов	100	0,65	20,06	2,11	191	0,02	0,03	8,1	22,3 1	0,52
№135,2004	Суп из разных овощей	250	2,03	8,28	11,71	131	0,09	0,7	17,5 8	39,5 9	0,99
№493,2004	Филе из цыпленка в сметанном соусе	100	13,82	20,74	4,66	256	0,06	0,13	0,05	35,0 5	1,31
№215,2004	Ragu овощное	180	3,46	9,86	22,91	197,1	0,14	0,1	38,1 8	51,1 4	1,48
№ 631,2004	Компот из свежих фруктов или ягод	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,09
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	6 вариант										
	Льготное питание 1-4 классы										
№140,2004	Суп картофельный с цыпленком .макарон. изд.	200	5,54	6,18	20,94	164	0,14	0,08	16,5	25,5 2	1,27
№423,2004	Бефстроганов	90	16,65	24,52	24,51	389,6	0,07	0,14	0,62	39,9 8	2,74
№36,2004	Гречка отварная рассыпчатая	150	8,46	14,61	41,39	333	0,06	0,05	0	25,8 8	4,58
№701,2004	Напиток из свежих фруктов	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48	0,35
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,42	0,57	34,63	169	0,08	0,02	0	14,2 5	0,79
	Льготное питание 5-11 классы										
№4 2003	Салат «Нежный»	100	1,09	15,2	7,07	170	0,05	0,05	9,13	27,4 7	1,14
№423,2004	Бефстроганов	100	20,81	30,65	30,64	487	0,09	0,17	0,77	49,9 7	3,43
№ 36,2004	Гречка отварная рассыпчатая	180	3,91	6,50	38,81	233	0,05	0,03	1,29	15,7 4	0,69
№701,2004	Напиток из свежих фруктов	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48	0,35
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак классы учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
Стр 246, сб2004	Каша ячневая с маслом	200/10	2,601	3,798	15,11	210,6	0,02	0,02	4,39	13,1	0,34
№337,2004	Яйцо вареное	1 шт	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,05
№685,2004	Чай с сахаром,лимоном	200/10	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
№3, 2004	Бутерброд с маслом . сыром	24/20/20	4,11	4,42	4,23	75	0,01	00,5	0,24	150	0,17
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,32	19,44	95	0,04	0,01	0	8	0,44
	Льготный обед классы учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
№4 2003	Салат «Нежный»	60	0,65	9,12	4,24	102	0,03	0,03	5,48	16,4	0,68

	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
Стр.246,200 4	Каша рисовая	250	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129, 51	0,57
№685,2004	Чай с сахаром	200/	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
№1, 2004	Бутерброд с маслом ,сыром	40/20/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
№337,2004	Яйца вареное	1 шт	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,05
	Хлеб ржаной	24	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями5-11										
№16,2003	Салат «Бурячок»	100	1,3	15,1	6	166	0,02	0,03	8,43	33,6 5	1,13
№139,2004	Суп картофельный с горохом, мясом	250	12,49	9,62	22,58	217	0,1	0,11	11,5	22,3 2	1,08
№430,1994	Запеканка картофельная с мясом	200/	19,23	16,12	55,41	452,7	0,43	0,32	64,0 5	36,8 3	2,94
№699,2004	Напиток лимонный	200	0,18	0,05	25,39	96	0	0	8,48	0,48	0,17
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	8 вариант										
	Льготное питание 1-4 классы										
№124, 2004	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10г	10	26	0,76	226	0,03	0,03	7,5	32,3	0,65
№20,2007	Рыба под сырной корочкой	90	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,5 4	0,42
№520,2004	Пюре картофельное с зеленым горошком	150/30	3,89	6,72	26,32	186	0,19	0,17	30,9 7	63,4 3	1,51
№ 81,2003	Напиток «Виталайт»	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,42	0,57	34,63	169	0,08	0,02	0	14,2 5	0,79
	Льготное питание 5-11 классы										
№19,2004	Салат из свежих помидоров	100	1,01	20,1	4,5	204	0,05	0,02	17,5 6	15,9 8	0,74
№20,2007	Рыба под сырной корочкой	100	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,5 4	0,42
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,33	185,4	0,19	0,16	30,9 7	63,4 3	1,51
№ 81,2003	Напиток «Виталайт»	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями1-4										
№366,2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	13,02	3,153	17,6	152	0,06	0,28	0,37	183	0,63
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
№ 1,2004	Бутерброд с маслом	40/20	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,02	0,52	44,7	218,09	0,1	0,02	0	18,3 8	1,01
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями1-4										
№19,2004	Салат из свежих помидоров	60	0,61	1206	2,7	122,4	0,03	0,01	10,5	9,59	0,44

									9		
№124, 2004	Щи из свежей капусты со сметаной	200	10	26	0,76	226	0,03	0,03	7,5	32,3	0,65
№20,2007	Рыба под сырной корочкой	90	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,5 4	0,42
№520, 2004	Пюре картофельное	150	3,89	6,72	26,33	185,4	0,19	0,16	30,9 7	63,4 3	1,51
№ 81,2003	Напиток «Виталайт»	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№366,2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	160/30	13,02	3,153	17,6	152	0,06	0,28	0,37	183	0,63
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
№1,2004	Бутерброд с маслом, джемом	40/20/40	3,09	8,57	19,52	170,0	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,02	0,52	44,7	218,09	0,1	0,02	0	18,3 8	1,01
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№ 19,2004	Салат из свежих помидоров	100	1,01	20,1	4,5	204	0,05	0,02	17,5 6	15,9 8	0,74
№124, 2004	Щи из свежей капусты со сметаной	250	10	26	0,76	226	0,03	0,03	7,5	32,3	0,65
№20,2007	Рыба под сырной корочкой	100	21,46	23,06	4,94	314	0,02	0,04	1,71	71,5 4	0,42
№520, 2004	Пюре картофельное	180	3,89	6,72	26,33	185,4	0,19	0,16	30,9 7	63,4 3	1,51
№ 81,2003	Напиток «Виталайт»	200	0	0	8,64	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	9 вариант										
	Льготное питание 1-4 классы										
№192003	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,19	9,16	6,82	115	0,06	0,03	8,64	9,56	0,46
№443,2004	Плов	200	12,91	32,66	39,68	614	0,06	0,04	4,89	38,0 4	1,03
№705,2004	Напиток из шиповника	200	0	0	23,95	91	0	0	0	0, 48	0,07
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/45	5,42	0,57	34,63	169	0,08	0,02	0	14,2 5	0,79
	Льготное питание 5-11 классы										
№110,2004	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	2,85	5,25	14,65	117,5	0,06	0,75	8,18	50,6	1,15
№443,2004	Плов	200	12,91	32,66	39,68	614	0,06	0,04	4,89	38,0 4	1,03
№705,2004	Напиток из шиповника	200	0	0	23,95	91	0	0	0	0, 48	0,07

	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
№340,2004	Омлет натуральный с зеленым горошком	118/70	10,6	17	2,399	206,8	0,03	0,06	0	19,4	1,37
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
№1, 2004	Бутерброд с маслом ,джемом	40/10/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Хлеб ржаной	24	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями 1-4										
№19,2003	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,19	9,16	6,82	115	0,06	0,03	8,64	9,56	0,46
№110, 2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,85	5,25	14,65	117,5	0,06	0,75	8,18	50,6	1,15
№443,2004	Плов	200	12,91	32,66	39,68	614	0,06	0,04	4,89	38,0 4	1,03
№648,2004	Кисель	200	0	0	33,93	129	0,88	1,04	62	0	0
	Хлеб ржаной	24;40	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№43,2004	Салат из свежей капусты	100	0,94	3,06	5,64	53	0,02	0,02	2	15,1 33,1 8	0,4
№340,2004	Омлет натуральный	118	10,6	17	2,399	206,8	0,03	0,06	0	19,4	1,37
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
№1, 2004	Бутерброд с маслом ,джемом	40/20/40	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Хлеб ржаной	36	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями 5-11										
№19,2003	Салат картофельный с зеленым горошком	100	1,99	15,27	11,38	193	0,1	0,05	14,4 3	15,9 0,76	
№110, 2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/20	2,85	5,25	14,65	117,5	0,06	0,75	8,18	50,6	1,15
№443,2004	Плов	200	12,91	32,66	39,68	614	0,06	0,04	4,89	38,0 4	1,03
№705,2004	Напиток из шиповника	200	0	0	23,95	91	0	0	0	0, 48	0,07
	Хлеб ржаной	36/60	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	10 вариант										
	Льготное питание 1-4 классы										
№132, 2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2	6,6	14,11	127	0,07	0,06	13,4 8	30,7 4	0,84
№505,2004	Кнели из филе цыпленка с соусом	90	16,64	23,24	8,52	309	0,08	0,2	3,62	90,2 2	2,08
№534,2004	Капуста тушеная	150	8,46	14,61	41,39	333	0,06	0,05	-	25,8 8	4,58

№701,2004	Напиток из свежих ягод или фруктов	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48	0,5
	Хлеб ржаной/пшеничный	24/40	5,02	0,52	44,7	218,09	0,1	0,02	0	18,3 8	1,01
	Льготное питание 5-11 классы										
Таб. №24,1996	Нарезка огурец свежий	100	0,8	0,1	2,6	14	0,4	0,04	10	23	0,6
№132, 2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2	6,6	14,11	127	0,07	0,06	13,4 8	30,7 4	0,84
№505,2004	Кнели из филе цыпленка с соусом	80/50	16,64	23,24	8,52	309	0,08	0,2	3,62	90,2 2	2,08
№534,2004	Капуста тушёная	180	8,46	14,61	41,39	333	0,06	0,05	-	25,8 8	4,58
№685, 2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями1-4										
№315	Запеканка рисовая с соусом	160	4,78	9,5	34	242,4	0,06	0,14	1,05	103, 6	0,45
№534,2004	Котлета, запечённая в тесте	100	9,73	9,66	12,14	173,8	0,03	0,06	1,83	24,9 5	0,4
№685, 2004	Чай с сахаром ,с молоком	200/	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб ржаной	40	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями1-4										
№132, 2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2	6,6	14,11	127	0,07	0,06	13,4 8	30,7 4	0,84
№505,2004	Кнели из филе цыпленка с соусом	90	16,64	23,24	8,52	309	0,08	0,2	3,62	90,2 2	2,08
№534,2004	Капуста тушеная	150	8,46	14,61	41,39	333	0,06	0,05	-	25,8 8	4,58
№701,2004	Напиток из свежих яблок или фруктов	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48	0,5
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,8 2	1,09
	Льготный завтрак учащиеся с ограниченными возможностями5-11										
№315	Запеканка рисовая с соусом	200	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129, 51	0,57
№534,2004	Котлета, запечённая в тесте	100	9,73	9,66	12,14	173,8	0,03	0,06	1,83	24,9 5	0,4
№685, 2004	Чай с сахаром ,с молоком	200/	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб ржаной	50	1,82	0,19	11,66	57	0,03	0,01	0	4,8	0,26
	Льготный обед учащиеся с ограниченными возможностями1-4										
№132, 2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2	6,6	14,11	127	0,07	0,06	13,4 8	30,7 4	0,84
№505,2004	Кнели из филе цыпленка с соусом	100	16,64	23,24	8,52	309	0,08	0,2	3,62	90,2 2	2,08
№534,2004	Капуста тушеная	180	8,46	14,61	41,39	333	0,06	0,05	-	25,8 8	4,58

№701,2004	Напиток из свежих яблок или фруктов	200	0,05	0,05	25,18	97	0	0	2,06	2,48	0,5
	Хлеб ржаной/пшеничный	36/60	7,54	0,79	48,18	235,13	0,11	0,03	0	19,	1,09

Соотношение БЖУ

1 1 4 Ср. Ккал

1 1,2 4,2

При разработке ТТК использовались сборники рецептур:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания г. Москва, 1996

2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области. Г. Екатеринбург. 2003г.

3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В. Т. Лапшиной 2004г.