

СОГЛАСОВАНО

Руководитель Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Республике Бурятия



С.С. Ханхареев

УТВЕРЖДАЮ:

Министр образования и науки Республики Бурятия



Ж. Б. Ж. анов

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации бесплатного горячего питания обучающихся,
получающих начальное образование в муниципальных и государственных
образовательных организациях Республики Бурятия на 2020-2021 учебный год

Примерное 10-дневное меню однообразного питания I-4-х классов, согласно нормам СанПиН 2409.08 и МР 2.4.0179-20, обучающихся, получающих начальное общее образование

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюд

№ ГПК	Цена, руб.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
		Белки	Жиры	Углеводы		А/мкг	В ₁	В ₂	РР	С	Ca	Мg	P	K	Fe		
I неделя																	
День 1 (понедельник)																	
516	200	6,862	3,3194	28,6	200,9712	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91			
Каша молочная ячневая (крупа ячневая, молоко 3,2%, сахар, соль йод.)																	
513	200	3,016	2,0416	16,135	94,8534	10	0,024	0,085	0,9	0,65	67,8	17	54,9	0,36			
Напиток сладкий растворимый ячменный (напиток злаковый растворимый ячменный, молоко 3,2%, сахар)																	
25	15	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0			
Хлеб йодированный																	
15	140	3,48	4,425	0	54,6	39	0,006	0,045	0,03	0,105	132	5,25	75	0,15			
Сыр Российский																	
140	140	0,58	0,58	10,22	68,15	0,00	0,044	0,029	0,435	14,5	23,2	13,05	16	3,19			
Фрукт																	
Итого за 1 день																	
		15,84	10,601	67,255	477,3246	69,04	0,244	0,662	2,653	21,82	382,3	93,02	387	4,61			
День 2 (вторник)																	
60	80	1,59815	1,0208	8,6675	5,5	5	0,012	0,0425	0,45	0,325	33,9	0,5	27,45	0,18			
Огурцы свежие порциями																	
80	80	11,05	12,925	9,326	197,84367	6,132	1,623	0,093	1,325	1,127	41,94	37,29	168	1,112			
Котлета "Мечта" (минтай, хлеб, молоко 3,2%, сухари панировочные, масло растительное, соль йод.)																	
150	150	3,0638	4,45454	20,0478	132,3	25,5	0,163	0,13	1,695	23,94	41,1	96,21	32,7	1,187			
Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло слив., соль йод.)																	
25	25	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0			
Хлеб йодированный																	
200	200	1,805	0,2280	11,193	52,77	0,00	4E-04	0,005	0,04	0,05	2,775	4,12	2,2	0,44			
Чай с вареньем																	
Итого за 2 день																	
		19,33	18,836	60,934	447,16567	36,67	1,81	0,587	3,51	32,71	123,6	167,8	230	2,92			
День 3 (среда)																	

187	Запеканка творожная с рисом, со сгущенным молоком (творог 5%, крупа рисовая, сметана 15%, сухари паниров., масло раст., яйцо куриное, сахар-песок, молоко сгущенное)	150/20	17,26	10,143	45,05	352,2284	48,4	0,515	0,256	0,627	0,47	154,6	30,65	205	0,737
677	Хлеб йодированный	25	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
603	Чай с молоком	200	1,551	1,4529	2,1749	27,98	10,00	0,021	0,085	0,13	0,75	64,95	11,4	53,2	0,87
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0	66,1	40	0,001	0,012	0,01	0	2,4	0	3	0,02
	Итого за 3 день		20,79	19,081	59,525	505,05792	98,44	0,548	0,67	0,767	6,488	225,9	63,77	261	1,627
	День 4 (четверг)														
505	Каша молочная пшеничная (лишено, молоко, сахар, соль йод.)	200	8,131	4,268	28,66	230,87	20	0,25	0,17	0,9	1,3	141	55,94	208	1,526
514	Какао-напиток	200	2,365	2,2352	16,802	96,78592	14	0,03	0,109	0,106	0,91	87,01	18,3	76,1	0,555
677	Хлеб йодированный	25	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	1 шт.		1,706	0,2068	11,193	56,55	4,465	0,001	0,0079	0,004	0	0,9823	0,2143	3,429	0,0447
	Яйцо вареное	15	3,48	4,425	0	54,6	39	0,006	0,045	0,03	0,105	132	5,25	75	0,15
	Сыр Российский	140	0,58	0,58	14,21	68,15	0,00	0,044	0,029	0,435	14,5	23,2	13,05	16	3,19
	Фрукт		17,66	11,37	68,955	497,56	77,51	0,299	0,649	1,04	7,583	36,5	101,4	363	2,276
	Итого за 4 день														
	День 5 (пятница)														
235	Котлета "Незнайка" (говядина, молоко 3,2%, яйцо куриное, хлеб, лук репч., соль йод., масло раст.)	80	10,2	12,5	7,9814	192,65	11	1,116	0,129	2,28	0,5	37,09	20,15	136	1,609
307	Макаронные изделия отварные (макароны из муки высшего сорта, соль йод.)	150	4,4	3,9321	27,33	187,54	0	0,087	0,02	0,611	0	15,2	8,478	45,6	0,858
706	Компот из кураги и абрикоса (курага, яблока протерта с сахаром, сахар)	200	0,798	0,2961	20,11	107,3947	0	0,017	0,033	0,47	10,6	25,7	17,25	22,4	0,61
677	Хлеб йодированный	25	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Итого за 5 день		17,3	16,963	67,721	546,3347	11,04	1,231	0,499	3,361	16,37	81,92	67,59	205	3,078
	II неделя														
	День 6 (понедельник)														

515	Каша молочная овсяная Геркулес (крупа овсяная Геркулес, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод.)	200	8,507	5,5	30,22	230,72232	20	0,285	0,205	0,65	1,3	159,5	72,44	266	2,126
519	Напиток злаковый растворимый ячменный (напиток злаковый растворимый ячменный, молоко 3,2%, сахар)	200	3,016	2,0416	16,135	94,8534	10	0,024	0,085	0,9	0,65	67,8	17	54,9	0,36
677	Хлеб йодированный	25	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Сыр Российский	15	3,48	4,425	0	54,6	39	0,006	0,045	0,03	0,105	1,32	5,25	75	0,15
	Фрукт	140	0,58	0,58	10,33	68,15	0,00	0,044	0,029	0,435	14,5	23,2	13,05	16	3,19
	Итого за 6 день		17,48	12,782	68,985	507,07572	69,04	0,37	0,681	2,015	21,82	386,5	129,5	412	5,826
	День 7 (вторник)	60	1,50813	1,0208	8,0675	5,5	5	0,012	0,0425	0,45	0,325	39,9	8,5	27,45	0,18
	Отурцы свежие порциями	80	8,736	1,0754	5,2616	70,04	108,1	0,431	1,073	2,48	41,7	545,6	169,5	503	9,166
371	Фрикадельки рыбные (минтай, хлеб, лук репч., яйцо куриц., соль йод.)	150	3,0639	4,43454	20,0478	132,3	25,5	0,163	0,13	1,695	25,94	41,1	96,21	32,7	1,187
431	Картофельное пюре (картофель, молоко 3,2%, масло слив., соль йод.)	200/7	0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011	0,087	2,9	8,2	9,78	5,24	0,907
677	Чай фруктовый, с лимоном	25	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Хлеб йодированный		13,92	5,7966	51,378	317,5253	133,6	0,61	1,532	4,262	75,8	598,8	297,2	542	11,26
	Итого за 7 день														
	День 8 (среда)	150/30													
397	Запеканка творожная со стученым молоком (творог 5%, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., сметана 15%)		20,23	8,9934	36,52368	354,641184	77,13	1,079	0,409	1,048	3,499	267	53,52	289	1,05
603	Чай с молоком	200	1,551	1,4529	2,1749	27,98	10,00	0,021	0,085	0,13	0,75	64,95	11,4	53,2	0,87
677	Хлеб йодированный	25	1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Итого за 8 день		23,7	10,681	50,998	441,370704	87,17	1,111	0,811	1,178	9,517	335,9	86,63	343	1,92
	День 9 (четверг)	200													
623	Каша кукурузная молочная (крупа кукурузная, молоко 3,2%, сахар, соль йод.)		7,173	3,4179	26,5	245,66896	35	0,12	0,145	0,971	0,975	117,7	27	182	0,693

Примерное 10-дневное меню одноразового питания 1-4-х классов, согласно нормам СанПиН 2409.08 и МР 2.4.0179-20, обучающихся, получающих начальное общее образование

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюд

№ ГПК	У	Выход, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белок	Жиры	Углеводы		A(мкг)	B ₁	B ₂	C	Ca	Mg	P	Fe	
I неделя																
День 1 (понедельник)																
58		60		1,508	1,0208	8,0675	5,5	5	0,012	0,043	0,325	33,9	8,5	27,5	0,18	
333		250		1,418	0,8983	7,3414	109,9	0	0,118	0,066	16,5	16,12	24,11	63,7	0,992	
856		80		9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1	0	14,22	19,01	131	2,049	
35		150		3,604	4,7817	36,443	203,22	7,5	0,018	0,064	0	50,85	12,75	41,2	0,27	
466		200/4		0,224	0,0517	13,768	56,4553	0,00	0,004	0,011	2,9	8,2	9,78	5,24	0,907	
		30		2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,011	0,317	5,268	3,924	21,72	0,3	0	
				19,4	19,791	95,532	672,101636	12,54	2,055	0,6	24,99	127,2	95,86	269	4,398	
				9,698	9,8953	47,766	75,87	6,271	1,027	0,3	4,46	63,61	47,93	135	2,199	
66		250		9,116	8,7079	43,467	156,7	18,86	3,098	1,229	11,62	202,9	175,3	409	7,504	
574		80/50		9,34	8,7506	57,235	251,45	18,86	3,102	1,24	22,57	211,1	185,1	415	8,411	

663	Хлеб йодированный	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,011	0,317	5,268	3,924	21,72	0,3	0
	Чай с молоком (чай, молоко 3,2%)	200	1,551	1,4529	2,1749	27,98	10,00	0,021	0,085	0,75	64,95	11,4	53,2	0,87
	Итого за 2 день		32,5	29,099	169,19	579,91952	54,03	7,259	3,172	44,67	546,6	441,4	1012	18,98
	День 3 (среда)													
55	Закуска из свежей моркови с растительным маслом (морковь свежая, масло раст.)	60	0,715	10,045	3,795	109,15	14,85	20,9	30,45	0,385	0	0,033	0,04	0,55
322	Уха Рыбачья с сайрой (картофель, морковь, лук репч., масло раст., консервы "Сайра в масле")	20/250	2,565	2,7613	18,587	109,5	0	0,113	0,068	16,5	18,02	26,51	87,3	1,012
55	Котлета мясная (говядина, хлеб пшенич., лук репч., соль йодир.)	80	9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1	0	14,22	19,01	131	2,049
6	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йодир.)	150	8,212	5,3533	35,915	224,69	21	0,297	0,144	0	15,06	138	207	4,634
126	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонн.)	200	0,57	0,0799	24,092	99,36	0	0,009	0,022	0,85	23,35	15,15	19,9	0,745
	Хлеб йодированный	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,011	0,317	5,268	3,924	21,72	0,3	0
	Итого за 3 день		24,7	31,277	112,3	839,746336	35,89	23,22	31,1	23	74,57	220,4	446	8,989
	День 4 (четверг)													
33	Отурца соленые порции	60	0,4	0,05	0,85	6,5	0	0,01	0,01	2,5	11,5	7	12	0,3
515	Щи из свежей капусты (мясной бульон, картофель, капуста свежая, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йодир.)	250	1,754	4,5716	8,31	81,39	0	0,065	0,052	30,9	33,2	21,1	45,7	0,766
23	Биточки рыбные (мятая, хлеб, сухари панир., масло раст., соль йодир.)	80	9,192	10,798	10,72	176,82	24,95	1,795	0,071	0,24	26,03	32,64	139	0,802
113	Картофельное пюре (картофель, молоко 3,2%, масло слив., соль йодир.)	150	3,064	4,4345	20,048	132,3	25,5	0,163	0,13	25,94	41,1	96,21	32,7	1,187
300	Чай с вареном хлебом йодир.	20/200	1,805	0,2209	11,193	52,77	3E-04	4E-04	0,005	0,05	2,775	4,12	2,2	0,44
	Хлеб йодированный	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,011	0,317	5,268	3,924	21,718	0,3015	0

	Хлеб йодированный	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,011	0,317	5,268	3,924	21,72	0,3	0
663	Чай с молоком (чай, молоко 3,2%)	200	1,551	1,4529	2,1749	27,98	10,00	0,021	0,085	0,75	64,95	11,4	53,2	0,87
	Итого за 2 день		32,5	29,099	169,19	579,91952	54,03	7,259	3,172	44,67	546,6	441,4	1012	18,98
	День 3 (среда)													
55	Закуска из свежей моркови с растительным маслом (морковь свежая, масло раст.)	60	0,715	10,045	3,795	109,15	14,85	20,9	30,45	0,385	0	0,033	0,04	0,55
322	Уха Рыбачья с сайрой (картофель, морковь, лук репч., масло раст., консервы "Сайра в масле")	20/250	2,565	2,7613	18,587	109,5	0	0,113	0,068	16,5	18,02	26,51	87,3	1,012
55	Котлета мясная (говядина, хлеб пшенич., лук репч., соль йодир.)	80	9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1	0	14,22	19,01	131	2,049
6	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йодир.)	150	8,212	5,3533	35,915	224,69	21	0,297	0,144	0	15,06	138	207	4,634
126	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонн.)	200	0,57	0,0799	24,092	99,56	0	0,009	0,022	0,85	23,35	15,15	19,9	0,745
	Итого за 3 день		24,7	31,277	112,3	839,746336	35,89	23,22	31,1	23	74,57	220,4	446	8,989
	День 4 (четверг)													
33	Огурцы соленые порциями	60	0,4	0,05	0,85	6,5	0	0,01	0,01	2,5	11,5	7	12	0,3
505	Щи из свежей капусты (мясной бульон, картофель, капуста свежая, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йодир.)	250	1,754	4,5716	8,31	81,39	0	0,065	0,053	30,9	33,2	21,1	45,7	0,766
23	Биточки рыбные (минтай, хлеб, сухари панир., масло раст., соль йодир.)	80	9,192	10,798	10,72	176,82	24,95	1,795	0,071	0,24	26,03	32,64	139	0,802
113	Картофельное пюре (картофель, молоко 3,2%, масло слив., соль йодир.)	150	3,064	4,4345	20,048	132,3	25,5	0,163	0,13	25,94	41,1	96,21	32,7	1,187
306	Чай с вареньеом (чай, варенье)	20/200	1,805	0,2209	11,193	52,77	3E-04	4E-04	0,005	0,05	2,775	4,12	2,2	0,44
	Итого за 4 день		2,92	0,283	18,55	87,92	0,042	0,0115	0,3125	5,268	3,924	21,738	0,3015	0

Итого за 4 день															
День 5 (пятница)															
				19,01	20,358	69,665	537,7	50,49	2,045	0,586	64,9	118,5	182,8	231	3,495
				9,504	10,179	34,833	75,87	25,25	1,023	0,293	4,46	59,26	91,39	116	1,748
455	Рассолник Ленинградский (мясной бульон, картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., масло раст., соль йодир.)	250		2,308	5,0619	15,921	118,5	0	0,112	0,072	18,1	17,7	27,35	73,8	1,034
625	Запеканка творожная со сгущенным молоком (творог 5%, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло слив., сухари панир., сметана 15%, молоко стуч)	150/20	x									x			
603	Чай с молоком (чай, молоко 3,2%)	200/4		1,551	1,4529	2,1749	27,97952	10	0,021	0,085	0,75	64,95	11,4	53,2	0,87
677	Хлеб йодированный	30		2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,0115	0,3175	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Итого за 5 день			36,4	25,97	108	664,910704	112,4	2,246	1,176	32,08	412,8	205,4	532	4,702
II неделя															
				0,4	0,03	0,833	6,5	0	0,01	0,01	2,5	11,5	7	12	0,3
221	Огурцы соевые пёрциями	60													
	Суп картофельный с бобовыми (мясной бульон, картофель, горох, морковь, лук реп., Масло раст., соль йодир.)	250		9,116	8,7079	43,467	136,7	18,86	3,098	1,229	11,62	202,9	175,3	409	7,504
427	Биточки мясные (говядина, хлеб пшоч., лук реп., соль йодир.)	80		9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1	0	14,22	19,01	131	2,049
307	Макаронные изделия отварные (макарон, изд., масло слив., соль йодир.)	150		4,4	3,9321	27,33	187,54	0	0,087	0,02	0	15,2	8,478	45,6	0,858
431	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4		0,224	0,9517	13,766	56,4333	5E-04	0,004	0,011	2,9	8,2	9,78	5,24	0,907
677	Хлеб йодированный	30		2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,0115	0,3175	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Итого за 6 день			26,78	25,78	115,33	684,221636	18,9	5,101	1,687	22,29	256	241,3	604	11,62
				9,504	10,179	34,833	75,87	25,2	1,02	0,29	4,46	59,3	91,4	116	1,748
	Итого за 7 день														
	Икра кабачковая	60													

156	Борщ из свежей капусты	250	4,119	4,7894	27,407	169,2	0	0,098	0,064	19,97	38,05	28,25	71,3	1,404
84	Тертель I вариант с соусом кра. осн. (говядина, хлеб, масло раст., соль йодир., морковь, лук репч., томат паста, мука пшениц., масло слив.)	80/30	10,89	15,31	13,151	234,6	0	0,075	0,094	3,86	21,13	20,46	129	1,9
122	Гарнир каша перловая отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	150	4,32	4,0788	29,558	172,2	21,00	0,059	0,035	0	19,67	19,38	158	0,883
75	Напиток из шиповника (плоды шиповника, сахар-песок)	200	0,426	0,1429	27,887	94,5	0,00	0,012	0,032	104,8	11,4	3,14	4,34	0,432
677	Хлеб йодированный	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,002	0,011	0,317	5,268	3,924	21,72	0,3	0
	Итого за 7 день		32,05	34,784	146,38	834,29	46,29	1,276	0,836	138,4	153,4	184,3	479	6,367
	День 8 (среда)													
85	Закуска из свежей моркови с растительным маслом (морковь свежая, масло раст.)	60	0,715	10,045	3,795	109,15	14,85	20,9	30,45	0,385	0	0,033	0,04	0,55
397	Суп картофельный (масло бульон, картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль йодир.)	250	2,1782	2,5762	16,38	97,4	0	0,133	0,081	21,9	16,92	28,76	70,2	1,08
56	Шоколадный напиток (хлеб, сахар, шиповник, масло раст., соль йодир.)	80	9,19231	10,7979	10,7161	176,82	24,95	1,795	0,071	0,24	26,03	32,64	139	0,802
603	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йодир.)	200	3,604	4,7817	36,443	203,32	27,00	0,044	0,03	0	5,94	27	83	0,554
	Хлеб йодированный	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,002	0,015	0,3175	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Итого за 8 день		18,48	28,484	85,885	674,61	66,84	22,88	30,95	27,79	52,81	110,1	292	2,986
	День 9 (четверг)													
	Огурцы свежие порезаны	60	1,508	1,0208	8,0675	5,5	5	0,012	0,043	0,325	33,9	8,5	27,5	0,18
623	Суп крестьянский с пшеном (масло бульон, картофель, капуста свежая, морковь, лук репч., крупа пшено, масло раст., соль йодир.)	250	1,754	4,5716	8,3083	81,39	0	0,065	0,053	30,9	33,2	21,1	45,7	0,766

514	Запеканка из пшеницы (размешать яйца, крупа речовая, яйцо, лук репчатый, масло растительное, соль, йодированный уксус)	80	10,06	18,863	10,67	252,69	4114	0,172	1,125	18,5	14,45	17,4	195	3,835
371	Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное, соль йодированная)	150	3,064	4,4345	20,048	132,3	25,5	0,163	0,13	25,94	41,1	96,21	32,7	1,187
432	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4	0,224	0,0517	13,768	56,4353	5E-04	0,004	0,011	2,9	8,2	9,78	5,24	0,907
677	Хлеб йодированный уксусом	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,015	0,3175	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Итого за 9 дней		19,41	29,225	79,412	616,2353	4144	0,427	1,679	83,83	134,8	174,7	306	6,875
	День 10 (пятница)													
	Икра кабачковая	60	9,504	10,179	34,833	75,87	25,25	1,023	0,293	4,46	59,26	91,39	116	1,748
255	Суп картофельный с макаронными изделиями (масло сливочное, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, макароны, изюм)	250	1,418	0,8983	7,3414	109,9	0	0,118	0,066	16,5	16,12	24,11	63,7	0,992
53	Салатик из овощей (картофель, морковь, капуста, лук репчатый, чеснок, майонез, сметана, соль)	150/20	17,26	10,143	45,05	352,2284	48,4	0,515	0,256	0,47	154,6	30,65	205	0,737
76	Наттогик из обезжиренного молока (наттогик, сахар)	200	0,285	1,269	15,828	75,8	0	0,008	0,013	50	5,98	7,5	2,25	0,398
677	Хлеб йодированный уксусом	30	2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,015	0,3175	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
	Итого за 10 дней		31,26	22,772	121,6	701,7184	73,69	1,675	0,944	76,7	239,9	175,4	387	3,875
	Всего за 10 дней		260	267,54	1013	6805,45353	4615	68,19	72,73	538,6	2117	2032	275	72,29
	В среднем за 1 день		26	26,754	101,3	680,545353	461,5	6,819	7,273	53,86	211,7	203,2	21,5	7,229
	Суточная потребность по МР 2.4.0179-20 1-4 классов		20-25	20-25	80-100	600-750								
	отклонение		+4%	взрощ	+1%	взрощ								

Блюда готовятся по технологическим картам. Источником для карт является

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания,

Министерство торговли СССР, 1981 год. Автор: А.С. Рагушная, Л.А. Старостина.

Среднее значение Ca: Mg = 216:215 = 1:1 при норме 1:0,5

Ca: P = 216:222 = 1:1,01 при норме 1:1,5