

"СОЛ ДАСОВАНО"

Размещение Управления Федеральной службы по надзору в сфере
защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Санкт-
Петербургу - Главной государственной инспекции по городскому
по городу Санкт-Петербургу



Генеральный директор АО "ФЛОРИДАН"



Циклическое 12-дневное сбалансированное меню рациона горячего питания (обед) для предоставления питания учащимся старших
классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за
счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для сырьевых столовых)

1 день

Обед

Сборник рецептур	№ техноло- гической карты	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
к/к	к/к	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1,2	7,2	17,2	134	0,0	8,8	0,2	1,0	28,4	17,7	34,8	0,8	
2006	63	ШИШ ИЗ СРЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/5	1,9	5,1	7,1	133	0,0	13,4	0,2	0,2	152,6	17,3	136,2	0,8	
2006	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	11,2	24,4	0,4	266	0,2	0,0	0,0	0,4	36,0	20,0	162,0	2,0	
2006	350	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,0	6,0	15,2	129	0,1	17,5	0,1	0,5	53,3	33,0	71,6	1,4	
2006	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТ.С	200	0,6	0,2	28,6	120	0,0	5,3	0,0	0,0	57,8	26,1	68,7	0,7	
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6	
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4	
к/к	к/к	РЫБНОКО СВЕЖЕЕ	200	0,8	0,8	19,6	94	0,1	20,0	0,0	1,3	32,0	18,0	22,0	1,0	
Итого за прием пищи:				24,3	45,3	125,7	1051	0,5	65,0	0,5	4,3	374,9	142,5	556,1	8,7	
Всего за день:				24,3	45,3	125,7	1051	0,5	65,0	0,5	4,3	374,9	142,5	556,1	8,7	

Обед

Обед															
2008/2011	41/54	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ ДО 28 02/ САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЯБЛОКАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ С 01 03	100	1,2	4,1	5,8	74	0,0	10,3	0,1	2,4	34,2	14,6	24,9	1,2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	2,4	2,9	19,4	114	0,1	10,2	0,2	0,3	130,8	1,0	71,3	1,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	250	17,0	14,1	32,6	489	0,0	0,0	0,0	0,4	141,3	12,6	120,1	1,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	24,4	103	0,0	200,0	0,2	0,0	13,0	3,0	63,0	1,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,9	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4
Итого за прием пищи:				26,9	23,0	119,8	955	0,2	220,5	0,5	4,0	334,1	44,0	340,1	6,9
Всего за день:				26,9	23,0	119,8	955	0,2	220,5	0,5	4,0	334,1	44,0	340,1	6,9

Обед

Обед																
2008/2011	40/7/1/2	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ ДО 28 02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ(ПОРЦИОННО) С 01 03	100	1,6	5,1	7,7		83	0,0	27,1	0,0	2,3	49,1	15,0	28,1	0,7
2008	75	БОРЩ СО СВИННОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,8	15,4	7,1		181	0,1	8,2	0,2	0,3	149,3	23,7	261,3	1,3
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/20	9,9	9,7	22,0		236	0,1	0,2	0,0	4,3	334,9	17,1	322,6	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,2	25,6		173	0,2	12,5	0,0	0,3	44,6	35,0	101,4	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	200	0,0	0,0	33,3		93	0,0	5,5	0,0	0,0	58,8	1,9	60,0	0,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0		80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6		95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4
Итого за прием пищи:				24,7	38,0	133,3		941	0,5	53,5	0,2	8,1	651,5	105,5	834,2	5,7
Всего за день:				24,7	38,0	133,3		941	0,5	53,5	0,2	8,1	651,5	105,5	834,2	5,7

Obera

* Десять															
Обед															
2008/04	45/1/4	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЮ до 28.02/СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ С 01.03	100	5,8	11,6	10,4	139	0,1	6,0	0,0	5,2	27,2	31,8	95,8	1,0
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,7	4,5	18,9	122	0,3	5,2	0,2	2,1	40,0	33,4	79,2	2,1
2008	280	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	13,3	15,2	10,3	200	0,0	3,2	0,0	2,8	133,0	22,0	440,7	1,1

2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	6,5	5,7	41,8	244	0,1	0,0	0,0	1,4	13,0	8,9	49,3	1,1
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ С	200	0,0	0,0	28,2	113	0,0	5,3	0,0	0,0	51,6	1,9	64,3	0,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	200	0,0	0,0	14,6	66	0,0	22,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				36,9	38,6	161,8	1060	0,6	41,7	0,2	12,4	279,6	110,8	790,1	7,1
Всего за день:				36,9	38,6	161,8	1060	0,6	41,7	0,2	12,4	279,6	110,8	790,1	7,1

5 день

Обед															
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	1,8	7,2	17,5	149	0,0	3,5	0,1	4,3	47,1	28,3	55,4	1,6
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ	250	1,8	4,2	11,0	90	0,1	9,1	0,2	0,4	34,4	22,1	48,6	1,0
2008	263/364	ТЕФЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	100/20	13,6	19,2	13,8	245	0,0	1,3	0,0	4,7	120,9	18,2	226,2	1,9
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПАЧАЯ	180	10,1	7,5	45,9	291	0,3	0,0	0,0	5,6	153,1	150,4	223,4	1,0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,8	86	0,1	4,0	0,0	0,2	40,0	18,0	24,0	2,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4
Итого за прием пищи:				33,9	39,9	145,6	1036	0,6	17,9	0,3	16,1	410,3	249,8	638,4	9,5
Всего за день:				33,9	39,9	145,6	1036	0,6	17,9	0,3	16,1	410,3	249,8	638,4	9,5

6 день

Обед															
к/к	к/к	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С ГАРНИРОМ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВ)	40/100	7,9	4,7	6,7	79	0,1	4,6	0,1	2,0	140,1	4,0	25,8	1,5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3,9	2,8	20,0	121	0,1	8,0	0,2	0,3	123,0	25,0	164,0	1,0
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	22,4	8,2	19,3	398	0,1	30,2	0,0	6,2	288,9	0,8	130,3	1,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТ С	200	1,0	0,1	23,2	138	0,0	4,7	0,1	0,0	38,8	21,0	66,3	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4
Итого за прием пищи:				40,8	17,4	106,8	911	0,4	47,5	0,4	9,4	605,6	63,6	447,2	6,0
Всего за день:				40,8	17,4	106,8	911	0,4	47,5	0,4	9,4	605,6	63,6	447,2	6,0

7 день

Обед

2008/2011	30/7/02	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ до 28.02/ ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03	100	1,5	8,1	8,0	115	0,0	7,8	0,1	4,4	31,3	22,2	48,1	0,9
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ	250/10	5,0	5,1	13,4	143	0,0	8,0	0,2	1,7	138,2	22,7	195,5	1,3
2008	236	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	100	11,9	9,5	7,9	242	0,1	2,4	0,0	4,3	136,4	25,1	463,8	1,1
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	3,5	5,6	28,4	178	0,2	14,4	0,0	0,3	20,1	37,5	95,6	1,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ВИТ С	200	0,5	0,1	22,5	93	0,0	5,1	0,0	0,0	54,1	9,7	63,2	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	28,0	0,4
Итого за прием пищи:				28,0	30,0	117,8	946	0,4	37,7	0,3	11,6	394,9	130,0	917,0	7,4
Всего за день:				28,0	30,0	117,8	946	0,4	37,7	0,3	11,6	394,9	130,0	917,0	7,4

8 день

Обед

2008/2011	29/7/1/1	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ до 28.02/ ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) с 01.03	100	0,9	7,0	2,4	84	0,0	17,9	0,0	4,2	26,8	10,2	25,5	0,7
2008	88	ШИШКИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	2,2	3,4	9,6	162	0,0	10,4	0,2	0,2	129,6	16,0	34,4	0,6
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,8	16,7	15,0	251	0,1	0,5	0,1	1,0	21,5	23,7	253,5	2,0
к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	180	2,8	5,0	13,0	190	0,0	12,3	0,1	0,5	49,4	32,7	71,0	1,5
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ С	200	0,0	0,0	28,2	113	0,0	5,3	0,0	0,0	51,6	1,9	64,3	0,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	28,0	0,4
к/к	к/к	РЫБКО СВЕЖЕЕ	200	0,8	0,8	19,6	94	0,1	20,0	0,0	1,3	32,0	16,0	22,0	1,0
Итого за прием пищи:				28,1	34,5	125,4	1068	0,3	66,4	0,4	8,1	325,7	113,3	531,5	7,8
Всего за день:				28,1	34,5	125,4	1068	0,3	66,4	0,4	8,1	325,7	113,3	531,5	7,8

9 день

2008/2011	64/40	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ ДО 28.02 / САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛ. ГОРОШКОМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ С 01.03	100	1,6	6,2	9,8	138	0,1	16,0	0,0	4,3	21,0	36,1	43,0	2,6
2008	91	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,4	5,4	15,7	156	0,1	7,5	0,2	0,5	34,5	20,4	109,4	1,1
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100/20	25,2	14,9	14,1	242	0,3	18,8	0,1	1,0	313,9	1,5	362,1	2,0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,7	41,8	244	0,1	0,0	0,0	1,4	13,0	8,9	49,3	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	200	0,0	0,0	33,3	93	0,0	5,5	0,0	0,0	58,8	1,9	60,0	0,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4
Итого за прием пищи:				41,3	33,8	153,3	1047	0,7	47,8	0,3	8,1	456,0	87,6	749,6	8,8
Всего за день:				41,3	33,8	153,3	1047	0,7	47,8	0,3	8,1	456,0	87,6	749,6	8,8

10 день

Обед															
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ до 28.02 / ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	100	1,5	5,1	9,3	90	0,0	14,7	0,2	2,2	41,4	15,3	28,1	0,5
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИННОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,9	4,2	12,9	182	0,2	8,8	0,2	0,2	162,1	34,7	207,9	1,8
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ	100	11,8	10,9	14,2	211	0,1	1,0	0,0	3,7	28,6	27,7	158,2	1,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,2	25,6	173	0,2	12,5	0,0	0,3	44,6	35,0	101,4	1,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	200	0,2	0,2	23,5	57	0,0	4,7	0,0	0,3	52,9	4,4	64,0	0,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,6	0,4	17,0	80	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,0	1,2	20,6	95	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4
Итого за прием пищи:				28,8	28,2	123,1	888	0,6	41,7	0,4	7,6	344,4	129,9	620,4	8,1
Всего за день:				28,8	28,2	123,1	888	0,6	41,7	0,4	7,6	344,4	129,9	620,4	8,1

11 день

Обед															
2008/к/к	51/к/к	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ ДО 28.02 /САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ С 01.03	100	1.3	10.1	7.3	107	0.0	9.3	0.2	4.3	30.2	17.5	39.8	0.5

2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	3.9	2.8	29.0	117	0.1	6.0	0.2	0.4	22.0	21.0	54.0	0.9
к/к	к/к	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ С СЫРОМ	100	10.9	11.0	20.0	279	0.1	1.0	0.1	3.7	226.7	22.9	206.1	2.1
2008	136	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	180	3.1	10.6	31.0	200	0.1	1.8	0.1	5.5	49.6	44.8	84.7	1.1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1.0	0.2	19.8	86	0.1	4.0	0.0	0.2	40.0	18.0	24.0	2.0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.6	0.4	17.0	80	0.1	0.0	0.0	0.9	7.2	7.6	34.8	1.6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.0	1.2	20.6	95	0.0	0.0	0.0	0.0	7.6	5.2	26.0	0.4
к/к	к/к	АЛЕРСИН СВЕЖИЙ	200	0.0	0.0	14.6	66	0.0	22.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Итого за прием пищи:				25.8	36.3	159.3	1030	0.5	44.1	0.6	15.0	383.3	137.0	471.4	9.0
Всего за день:				25.8	36.3	159.3	1030	0.5	44.1	0.6	15.0	383.3	137.0	471.4	9.0

12 день

Обед															
2011	71/2	ДОП ГАРНИР: ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	100	0.3	0.1	2.5	14	0.0	10.0	0.0	0.1	23.0	14.0	42.0	1.0
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1.9	5.2	11.2	100	0.1	9.3	0.2	0.4	136.7	2.6	51.2	1.0
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ	250	17.9	15.0	37.7	268	0.2	14.3	0.0	4.1	130.0	51.5	316.0	3.4
2008	399	КОМПОТ ИЗ АЛЕРСИНОВ С ВИТ С	200	0.5	0.1	27.3	114	0.0	12.0	0.0	0.1	22.4	7.3	60.4	0.2
2008	475	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5.9	2.8	23.4	144	0.2	0.0	0.0	1.0	56.0	14.0	116.0	0.0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.6	0.4	17.0	80	0.1	0.0	0.0	0.9	7.2	7.6	34.8	1.6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.0	1.2	20.6	95	0.0	0.0	0.0	0.0	7.6	5.2	26.0	0.4
Итого за прием пищи:				32.6	24.6	139.7	815	0.6	45.6	0.2	6.6	384.9	102.2	646.4	7.6
Всего за день:				32.6	24.6	139.7	815	0.6	45.6	0.2	6.6	384.9	102.2	646.4	7.6
Всего за 12 дней:				372.10	369.80	1611.60	11747	5.90	729.40	4.32	57.60	4945.20	1416.20	7542.40	92.80
Среднее значение за период:				31	32	134	979	0.49	60.78	0.36	4.80	412.10	118.02	628.53	7.72
Содержание белков, жиров, углеводов за 12 дней в % от калорийности:				13	30	55									

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008. Под редакцией Кутковой М.Н.

- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тугельева В.А.

* - с 01.03 - лук репчатый в блюдах заменяется на лук зеленый

допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.