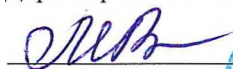
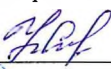


Согласовано:
Директор МАОУ «школа № 9»





Утверждаю:
Директор МУП «КП»



Н.А.Ситнова

(Приказ №41 от 01.09.23)



**Примерное десятидневное меню
для питания учащихся
МАОУ «школа 9»
с 1 сентября 2023 г**

**Примерное десятидневное меню
для питания учащихся МАОУ школа №9**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	Пищевая ценность				Витамины, мг.				
			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет. Ценнос ть, Ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
	1 Вариант										
	Завтрак 5-11 классы										
№19,2004	Салат из свежих помидоров	75	0,76	15,08	3,38	153	0,04	0,02	13,24	11,99	0,56
№401,1994	Гуляш	100	9,34	28,67	3,89	418	0,03	0,01	3,16	4,60	0,23
Стр246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,83	8,03	53,26	334	0,06	0,05	0	24,52	5,8
№ 81,2003	Напиток Виталайт	200	-	-	8,64	34	0,40	0,47	27,9	-	-
	Хлеб пшеничный/ржаной	46	5,52	0,58	35,24	172	0,08	0,02	0	14,50	0,80
	Обед учащиеся 1-4 класс										
№7,2004	Салат "Здоровье"	60	1	6	5	77	0,02	0,02	16,92	24,74	0,36
№139,2004	Суп карт. с горохом, тушенкой	210	8	10	18	189	0,07	0,07	9,26	21,78	0,54
№461, 2004	Тефтели с соусом	140	14	18	19	287	0,05	0,07	4,08	30,82	0,62
№516,2004	Макаронные изделия отварные	150	5	5	37	216	0,08	0,02	0	29,61	0,97
№693, 2004	Чай с сахаром	200	✓	✓	15	57	0,04	0,15	1,3	120,4	0,12
	Хлеб витаминный	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Завтрак учащиеся ОВЗ 1-4 класс										
№1, 2004	Бутерброд с маслом сливочным	20/15	3,99	8,57	19,52	170	0,04	0,02	-	9,20	0,46
Табл.4, 2004	Каша пшеница с маслом	200/10	8,55	11,41	44,30	314	0,04	0,15	1,28	125,13	0,12
№685,2004	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25
	Хлеб ржаной /пшеничный	30	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Сок фруктовый	200	0	0	0	92	23	0,2	0,4	200	2
	Обед ОВЗ 1-4 класс										
№7,2004	Салат "Здоровье" 60	60	1	6	5	76	0,02	0,02	16,92	24,74	0,36
№139,2004	Суп карт. с горохом, тушенкой 200/10	210	8	10	18	176	0,07	0,07	9,26	21,78	0,54
№461, 2004	Тефтели с соусом 90/50	140	14	18	19	191	0,05	0,07	4,08	30,82	0,62
№516,2004	Макаронные изделия отварные 150	150	5	5	37	210,8	0,08	0,02	0	29,61	0,97
№693, 2004	Чай с сахаром 200	200	✓	✓	15	149	0,04	0,15	1,3	120,4	0,12
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Завтрак ОВЗ 5-11 класс										
№1, 2004	Бутерброд с маслом	30/15	3,99	8,57	19,52	170	0,04	0,02	-	9,20	0,46
Табл. Сборник 2004	Каша пшеница с маслом	250	10,33	10,98	47,27	328	0,07	0,25	2,11	199,57	0,16
№685,2004	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25
	Хлеб ржаной /пшеничный	30	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Йогурт фруктовый	125									
	Обед ОВЗ 5-11 класс										
№19,2004	Салат из свежих помидор	100	0,01	20,11	4,51	204	0,05	0,03	17,65	15,99	0,75
№139,2004	Суп картофельный с горохом, мясом	250	9,69	11,3	22,89	221	0,09	0,09	11,58	27,22	0,67
№401,1994	Гуляш	100г	9,34	28,67	3,89	418	0,03	0,01	3,16	4,60	0,23
Стр246,2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,83	8,03	53,26	334	0,10	0,06	0	24,52	5,80
№ 81,2003	Напиток Виталайт	200	-	-	8,64	34	0,40	0,47	27,9	-	-
	Хлеб пшеничный/ржаной	40/50	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4

2 вариант

	2 вариант										
	Завтрак 5-11 классы										
№451,2004	Биточки мясные с соусом 100/50	100/50	100/50	25,92	25,78	32,36	0,08	0,18	4,86	66,54	1,08
№520, 2004	Картофельное пюре с зеленым горошком	200	4,35	7,47	29,4	208	0,21	0,19	34,6	70,59	1,68
№693, 2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	148	0,04	0,15	1,3	120,4	0,12
№2, 2004	Бутерброд с джемом	30/30	3,24	0,32	46,96	202	0,04	0,02	0,06	12,8	0,84
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Обед 1-4 класс										
Раз.КШП	Морковь отварная с маслом раст.	60	1	6	4	73	0,03	0,04	2,70	29,75	0,4
№124,2004	Щи из св. капусты со сметаной	206	5	9	7	127	0,07	0,07	24,06	42,61	0,87
№444,2004	Плов по - узбекски	200	19	24	41	457	0,06	0,04	4,89	38,04	1,03
№631,2004	Напиток яблочный	200			25	97	0,01	0,01	7,49	7,86	1,09
	Хлеб витаминный	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	
	Хлеб народный	31,25	3		18	86					
	Завтрак ОВЗ 1-4 класс										
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,05
№3,2004	Бутерброд с сыром	30/20	7,64	6,12	19,44	167	0,05	0,07	0,32	208	0,66
Таб.4 2004	Каша ячневая с маслом сливочным	200/10	9,08	14,08	43,22	337	0,07	0,26	2,13	201,8	0,17
№685, 2004	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25
	Хлеб пшеничный/ржаной	46	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Йогурт фруктовый	125									
	Обед ОВЗ 1-4 класс										
2004	Морковь отварная с маслом раст. 60	60	1	6	4	72,6	0,03	0,04	2,70	29,75	0,4
№124,2004	Щи из св. капусты со сметаной 200/6	206	5	9	7	130	0,07	0,07	24,06	42,61	0,87
№444,2004	Плов по - узбекски 50/150	200	19	24	41	614	0,06	0,04	4,89	38,04	1,03
№631,2004	Напиток яблочный 200	200			25	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,09
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	
	Хлеб народный 1 кус.31,25	31,25	3		18						
	Завтрак ОВЗ 5-11 класс										
№337,2004	Яйцо вареное	1шт.	5,33	4,83	0,29	66	0,03	0,18	0	23,1	1,05
Стр 246, 2004	Каша ячневая с маслом	250	9,04	12,91	50,15	353	0,05	0,19	1,60	153,55	0,15
№685,2004	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25
	Хлеб пшеничный/ржаной	32/32	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Обед ОВЗ 5-11 класс										
2004	Салат из вареной моркови с масл.растит	100	1,17	10,08	6,48	121	0,05	0,06	4,5	49,58	0,66
№124,2004	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,36	11,57	9,31	163	0,09	0,09	30,08	53,26	1,09
№451,2004	Биточки мясные с соусом 100/50	100/50	100/50	25,92	25,78	32,36	0,08	0,18	4,86	66,54	1,08
№520, 2004	Картофельное пюре	180	3,91	6,72	26,448	186,3	0,20	0,16	31,15	63,52	1,52
№693, 2004	Какао с молоком	200	3,32	5,33	24,8	148	0,04	0,15	1,3	120,4	0,12
	Хлеб пшеничный/ржаной	96	8,28	0,87	52,86	258	0,12	0,03	0	21,75	1,2

	3 вариант										
	Завтрак 5-11 класс										
	Салат из свежих огурцов	50	0,51	10,05	2,25	102	0,03	0,01	8,83	7,99	0,37
№443,2004	Плов	200	12,91	32,66	39,68	614	0,06	0,04	4,89	38,04	1,03
№631,2004	Компот из свежих плодов	200г	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,09
	Хлеб пшеничный/ржаной	64	5,52	0,58	35,24	172	0,08	0,02	0	14,50	0,80
	Обед 1-4 класс										
2004	Салат из свеклы с р/маслом 60	60	1	5	5	69	0,01	0,01	9,07	19,01	0,24
№132, 2004	Рассольник Ленинградский со сметан 200/6	206	2	6	14	122	0,09	0,07	13,98	31,41	0,9
№43, 2003	Суфле Рыбка (минтай) с соусом 90/50	140	19	17	9	263	0	0,07	1,03	40,75	0,59
№520,2004	Картофельное пюре 150	150	3	6	22	156	0,16	0,14	25,96	52,94	1,26
№81, 2003	Напиток Витوشка 200	200			9	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86					
	Завтрак ОВЗ 1-4 класс										
	Бутерброд с маслом сливочным шоколадным	30/20									
Та64, 2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	200/10	8,56	13,06	44,31	329	0,04	0,16	1,28	123,37	0,13
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб	20	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	фрукт										
	Обед ОВЗ 1-4 класс										
2004	Салат из свеклы с р/маслом 60	60	1	5	5	69	0,01	0,01	9,07	19,01	0,24
№132, 2004	Рассольник Ленинградский со сметан 200/6	206	2	6	14	122	0,09	0,07	13,98	31,41	0,9
№43, 2003	Суфле Рыбка (минтай) с соусом 90/50	140	19	17	9	263	0	0,07	1,03	40,75	0,59
№520,2004	Картофельное пюре 150	150	3	6	22	156	0,16	0,14	25,96	52,94	1,26
№81, 2003	Напиток Витوشка 200	200			9	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86					
	Завтрак ОВЗ 5-11 класс										
№3,2004	Бутерброд с сыром	32/20	7,64	6,12	19,44	167	0,05	0,07	0,32	208	0,66
Та64, 2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	200/10	8,56	13,06	44,31	329	0,04	0,16	1,28	123,37	0,13
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб	30	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Яйцо отварное										
	Обед ОВЗ 5-11										
№19,2004	Салат из свежих огурцов	50	0,51	10,05	2,25	102	0,03	0,01	8,83	7,99	0,37
№132, 2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,54	7,52	17,78	152	0,11	0,09	17,47	39,26	1,12
№443,2004	Плов	200	12,91	32,66	39,68	614	0,06	0,04	4,89	38,04	1,03
№631,2004	Компот из свежих плодов	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,09
	Хлеб пшеничный/ржаной	96	5,52	0,58	35,24	172	0,08	0,02	-	14,5	0,8

4 вариант

	4 вариант										
	Завтрак 1-4 классы (платный)										
	Завтрак 5-11 класс										
№43, 2003	Суфле Рыбка	90	18,56	17,26	8,51	262,8	0	0,07	1,03	40,75	0,59
№520,2004	Картофельное пюре	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1,68
№692,2004	Напиток кофейный	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0,11
	Хлеб пшеничный/ржаной	32/32	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Обед 1-4 класс										
№43,2004	Салат из свежей капусты 60	60	1	2	3	32	0,03	0,03	5,48	16,48	0,68
№110, 2004	Борщ из св. капусты со сметаной 200/6	206	2	6	11	102	0,06	0,06	16,59	43,14	0,99
	Кнели из филе птицы с соусом 90/50	140	18	21	3	275	0,07	0,16	0,28	20,31	1,64
Стр 246, 2004	Каша перловая рассыпчатая 150	150	5	5	33	199	0,08	0,05	0	20,43	4,83
№685, 2004	Чай с сахаром 200	200			15	57	0,88	1,04	62	-	-
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86					
	Завтрак ОВЗ 1-4 класс										
№1, 2004	Бутерброд с повидлом	30/30	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	-	9,2	0,46
Таб.4, 2004	Каша рисовая с маслом сливочным	200	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129,51	
№685, 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	-	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб	20									
	Сок фруктовый	200									
	Обед ОВЗ 1-4 класс										
№16 2003	Салат из свежей капусты 60	60	1	2	3	32	0,01	0,02	5,06	20,19	0,68
№110, 2004	Борщ из св. капусты со сметаной 200/6	206	2	6	11	102	0,07	0,08	20,74	53,92	1,24
	Кнели из филе птицы с соусом 90/50	140	18	21	3	275	0,07	0,16	0,28	20,31	1,64
Стр 246, 2004	Каша перловая рассыпчатая 150	150	5	5	33	199	0,08	0,05	0	20,43	4,83
№685, 2004	Чай с сахаром 200	200			15	57	0,88	1,04	62	-	-
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86					
	Завтрак ОВЗ 5-11 класс										
№1, 2004	Бутерброд с маслом повидлом	40/20/30	1,11	16,59	26,52	257	0	0,03	0,05	6,04	0,3
Таб.4, 2004	Каша рисовая с маслом сливочным	200	5,98	11,92	42,51	303	0,08	0,18	1,31	129,51	
№685, 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	-	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб	34	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Обед ОВЗ 5-11 класс										
№110,2004	Борщ из Борщ из св. капусты со сметаной	250/10	2,13	7,28	13,68	127	0,07	0,08	20,74	53,92	1,24
№43, 2003	Суфле Рыбка	90	18,56	17,26	8,51	262,8	0	0,07	1,03	40,75	0,59
№520,2004	Картофельное пюре	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1,68
№692,2004	Напиток кофейный	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0,11
	Хлеб пшеничный/ржаной	32/32	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4

[illegible]

[illegible]

	7 вариант										
	Завтрак 5-11классы										
№2,2004	Бутерброд с сыром	30/30	7,64	6,12	19,44	167	0,05	0,07	0,32	208	0,66
№534,2004	Капуста тушеная с мясом	200\50	26,08	19,37	23,24	370	0,16	0,29	132,29	144,94	2
№81,2003	Кисель «Виталайт»	200	0	0	19,20	75	0,88	1,04	62	0	0
	Хлеб пшеничный/ржаной	32	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Обед 1-4 класс										
Раз.КП	Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	5	69	0,01	0,02	4,06	28,82	0,87
№135,2004	Суп из овощей	200	5	9	10	142	0,11	0,11	24,23	39,66	1,17
№451,2004	Биточки мясные с соусом	90	11	28	19	481	0,07	0,18	0,07	55,36	1,82
№516,2004	Макаронные изделия отварные	150	5	5	37	216	0,08	0,02	0	29,61	0,97
№ 638,2004	Крмпот из сухофруктов	200	1,04	0	30,96	123	0,02	0,04	0,80	32,4	0,7
	Хлеб витаминный	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный	31,25	3		18	86					
	Завтрак ОВЗ 1-4 класс										
№340,2004	Омлет натуральный с маслом сливочным	118/5	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,24	2,15
№630,2004	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	0,9
№2,2004	Бутерброд с джемом	40/40	0,15	0	20,85	80	0,0	0,01	0,05	3,64	0,3
	Хлеб пшеничный/ржаной	46	5,52	0,58	35,24	172	0,08	0,02	-	14,5	0,8
	Йогурт фруктовый										
	Обед ОВЗ 1-4 класс										
Раз.КП	Свекла отварная с маслом растительным 60	60	1	4	5	69	0,01	0,02	4,06	28,82	0,87
№135,2004	Суп из овощей со сметаной 200/6	206	5	9	10	142	0,11	0,11	24,23	39,66	1,17
№451,2004	Биточки мясные с соусом 90/50	140	11	28	19	481	0,07	0,18	0,07	55,36	1,82
№516,2004	Макаронные изделия отварные 150	150	5	5	37	216	0,08	0,02	0	29,61	0,97
№ 638,2004	Чай с сахаром 200	200			15	57	-	-	-	0,48	0,07
	Хлеб витаминный 1 кус.31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Хлеб народный 1 кус.31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Завтрак ОВЗ 5-11 класс										
№340,2004	Омлет натуральный с маслом сливочным	118/5	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,24	2,15
№630,2004	Чай с молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,09	0,75	65,25	0,9
№2,2004	Бутерброд с джемом	40/40	0,15	0	20,85	80	0,0	0,01	0,05	3,64	0,3
№340,2004	Омлет натуральный с маслом сливочным	118/5	11,57	18,88	2,08	223	0,07	0,44	0,38	85,24	2,15
	Обед ОВЗ 5-11 класс										
Раз.КП	Свекла отварная с маслом растительным	100	1,45	8,43	8,70	115	0,02	0,03	6,77	48,03	1,45
№135,2004	Суп из разных овощей со сметаной	250	5,71	11,65	12,36	178	0,11	0,11	24,23	39,66	1,17
№534,2004	Капуста тушеная с мясом	250	26,08	19,37	23,24	370	0,16	0,29	132,29	144,94	2
№685, 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	-	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб пшеничный/ржаной	46/50	5,52	0,58	35,24	172	0,08	0,02	-	14,5	0,8

	8 вариант										
	Завтрак 5-11 классы										
№506,2004	Суфле из филе цыпленка	100	22,24	26,67	6,05	352,7	0,07	0,2	0,07	61,51	2,02
№520,2004	Картофельное пюре	180	3,91	6,72	26,48	186	0,2	0,16	31,15	63,52	1,52
№692,2004	Напиток кофейный	200	3,8	3,7	20,17	121	0,04	0,15	1,3	120,3	0,11
	Хлеб пшеничный/ржаной	32/32	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	обед 1-4 класс										
№20,2004	Морковь отварная с маслом раст. 60	60	1	6	4	73	0,04	0,02	8,83	13,93	0,52
№138, 2004	Суп картоф. с крупой и рыбой 200/10	210	4	4	14	107	0,09	0,5	13,2	20,24	0,76
№461, 2004	Фрикадельки из курицы с соусом 90/50	140	14	19	7	248	0,06	0,09	5,10	38,53	0,78
2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	150	5	5	33	199	0,08	0,02	0	29,61	1,66
№631,2004	Напиток из шиповника 200	200	0	0	20	76	0,01	0,01	6,15	15,65	0,28
	Хлеб витаминный 1 кус.31,25	31,25	3	0	18	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3	0	18	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	завтрак ОВЗ 1-4 класс										
№1, 2004	Бутерброд с маслом сыром	40/20/30	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
№160,2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,59	5,87	21,84	163	0,08	0,2	1,63	157,76	0,44
№685,2004	Чай с сахаром	200/	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб пшеничный	30	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	Сок фруктовый	200	0	0	0	92	23	0,2	0,4	200	2
	обед ОВЗ 1-4 класс										
№20,2004	Морковь отварная с маслом раст. 60	60	1	6	4	73	0,04	0,02	8,83	13,93	0,52
№138, 2004	Суп картоф. с крупой и рыбой 200/10	210	4	4	14	107	0,11	0,06	16,50	25,30	0,93
№461, 2004	Фрикадельки из курицы с соусом 90/50	140	14	19	7	248	0,06	0,09	5,10	38,53	0,78
№516,2004	Каша пшеничная с маслом сливочным	150	5	5	33	199	0,10	0,03	-	35,53	1,17
№631,2004	Напиток из шиповника 200	200	0	0	20	76	0,01	0,01	6,15	15,65	0,28
	Хлеб витаминный 1 кус.31,25	31,25	3	0	18	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3	0	18	86					
	завтрак ОВЗ 5-11 класс										
№1, 2004	Бутерброд с маслом сыром	40/20/30	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
№160,2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,59	5,87	21,84	163	0,08	0,2	1,63	157,76	0,44
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,1	58	0	0,01	0	0,13	0,01
	Хлеб пшеничный	30	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	Яйно отварное										
	обед ОВЗ 5-11 класс										
№138, 2004	Суп картофельный с крупой, с рыбой	250	5,35	4,44	17,43	134	0,11	0,06	16,50	25,30	0,93
№506,2004	Суфле из филе цыпленка	100	22,24	26,67	6,05	352,7	0,07	0,2	0,07	61,51	2,02
№520,2004	Картофельное пюре	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1,68
№692,2004	Напиток кофейный	200	3,8	3,7	2						

	9 вариант										
	Завтрак 5-11 классы										
№19,2004	Салат из свежих огурцов	50	0,51	10,05	2,25	102	0,03	0,01	8,83	7,99	0,37
№ 451,2004	Котлета мясная	100	25,92	25,780	32,36	564	0,08	0,18	4,86	66,54	1,08
№520,2004	Картофельное пюре	200	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1,68
№631,2004	Напиток из свежих фруктов	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,09
	Хлеб пшеничный/ржаной	34	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	Обед 1-4 класс										
№ 43,2004	Салат из свежей капусты 60	60	1	2	3	32	0,01	0,02	4,86	13,39	0,31
№131,2004	Рассольник Домашний со сметаной 200/6	206	2	6	12	115	0,1	0,06	21,06	33,97	0,89
№63,2003	Голубцы Любительские с соусом 90/50	140	6	25	14	387	0,06	0,15	0,30	40,04	1,20
стр.246,2004	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	9	7	44	278	0,08	0,06	0,04	33,2	1,66
№81, 2003	Напиток Витошка 200	200			9	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86					
	завтрак ОВЗ 1-4 класс										
Табл. 4 Сборник 2004	Каша пшенная с маслом	250/10	10,69	14,26	55,37	393	0,05	0,19	1,60	153,91	0,15
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25	0,87
№1,2004	Бутерброд с маслом шоколадным	31,25/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Хлеб пшеничный/ржаной	31,25	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
	Йогурт фруктовый										
	Обед ОВЗ 1-4 класс										
№ 43,2004	Салат из свежей капусты 60	60	1	2	3	32	0,01	0,02	4,86	13,39	0,31
№131,2004	Рассольник Домашний со сметаной 200/6	206	2	6	12	115	0,1	0,06	21,06	33,97	0,89
№63,2003	Голубцы Любительские с соусом 90/50	140	6	25	14	387	0,06	0,15	0,30	40,04	1,2
№516,2004	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	9	7	44	278	0,08	0,06	0,04	33,2	1,66
№81, 2003	Напиток Витошка 200	200			9	34	0,4	0,47	27,9	0	0
	Хлеб витаминный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86	0,04	0,01	-	7,25	30
	Хлеб народный 1 кус. 31,25	31,25	3		18	86					
	Завтрак ОВЗ 5-11 класс										
Табл. 4 Сборник 2004	Каша пшенная с маслом сливочным	250/10	10,69	14,26	55,37	393	0,05	0,19	1,60	153,91	0,15
№685,2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,5	15,1	57	0	0,01	0,1	5,25	0,87
	Хлеб пшеничный/ржаной	31,25	2,76	0,29	17,62	86	0,04	0,01	-	7,25	0,4
№1,2004	Бутерброд с маслом шоколадным	31,25/10	3,09	8,57	19,52	170	0,04	0,02	0	9,2	0,46
	Обед ОВЗ 5-11 класс										
№19,2004	Салат из свежих огурцов	100	0,65	20,06	2,11	191	0,02	0,03	8,10	22,31	0,52
№131,2004	Рассольник "Домашний" со сметаной	250	2,45	7,83	15,29	143,3	0,12	0,07	26,32	42,46	1,11
№ 451,2004	Котлета мясная	100	25,92	25,780	32,36	564	0,08	0,18	4,86	66,54	1,08
№520,2004	Картофельное пюре	180	4,32	7,47	29,26	206	0,21	0,18	34,41	70,48	1,68
№631,2004	Напиток из свежих фруктов	200	0,18	0,18	34,39	134	0,01	0,01	7,49	7,86	1,09
	Хлеб пшеничный/ржаной	40/56	5,52	0,58	35,24	172	0,08	0,02	-	14,5	0,8

[illegible]

При разработке ТТК использовались сборники рецептов:

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

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

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