

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню

рационов горячего питания (обед) стоимостью 284,70руб.

для учащихся общеобразовательных учреждений (Колледж туризма Санкт-Петербурга)

УТВЕРЖДАЮ

зав.столовой

Усачева Н.В.



Меню

2023

1 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептов	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				стоимость руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *, с морской капустой	100/20	1,6	15,3	11,9	192	0,01	15	0,05	6,8	24	19	43	1	22,01
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/25/5	14,8	11,4	10,8	206,0	0,1	10,6	0,2	0,3	64,0	38,0	153,0	2,3	56,04
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100/100	31,4	31,8	6,2	436,0	0,0	1,0	0,0	2,2	14,0	20,0	150,0	2,0	172,46
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250	4,8	6,1	50,0	275,0	0,02	0,0	0,03	0,7	15,0	35,0	104,0	0,8	22,08
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ с витамином с	200	0,2	0,0	25,7	104,9	0,0	63,0	0,0	0,1	8,0	3,0	5,0	0,0	7,82
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8	4,29
Итого за прием пищи:				56,20	65,00	127,50	1323,90	0,23	89,60	0,29	11,10	133,10	123,60	489,20	7,90	
Всего за день:				56,20	65,00	127,50	1323,90	0,23	89,60	0,29	11,10	133,10	123,60	489,20	7,90	284,70

Зав.производством_Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С._Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

Колледж туризма Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой

Усачева Н.В.



Меню

2023

2 день

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				СТОИМОСТЬ руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	35	Салат из свежей капусты	100	1,6	5,1	6,9	80	0,03	39	0,04	2,4	52	15	27	0,7	8,06
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И	250/25/5	10,30	10,20	8,00	160,00	0,00	6,00	0,20	0,30	55,60	24,30	69,40	1,40	81,90
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	250	16,90	16,10	36,90	442,00	0,50	13,60	0,00	3,00	32,70	50,30	192,80	2,70	133,50
2008	399	КОМПОТ ИЗ мандаринС ВИТ."С"	200	0,5	0,1	34	141	0,02	12	0	0,1	18	7	12	0,2	21,82
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,10	0,0	0,00	1,00	8,10	8,60	39,20	1,80	4,29
2008	5	Бутерброд с колбасой полукопченой	25/25	4,9	7,4	7,4	116,0	0,0	0,0	0,0	0,4	8,0	7,0	46,0	0,7	35,12
Итого за прием пищи:				37,60	39,30	116,10	1049,00	0,69	70,60	0,24	7,20	174,40	112,20	386,40	7,50	
Всего за день:				37,60	39,30	116,10	1049,00	0,69	70,60	0,24	7,20	174,40	112,20	386,40	7,50	284,70

Зав. производством Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С., Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой



Колледж туризма Санкт-Петербурга

Меню

2023

3 день

Студенты Бюджет

Сборник рецептов	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				стоимость руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	66/357	птица отварная с гарниром	50/50	18,30	13	6,7	217	0,05	10	0,1	3,3	53	30	105	2,3	58,69
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СО СМЕТАНОЙ	250/25/5	9,3	10	17,7	197	0,1	7,3	0,2	0,5	40	26,6	170	1,2	64,26
2008	240	котлета рыбная паровая	100/5	13,8	7,8	9,6	162,0	0,1	0,0	0,1	0,8	46,0	12,0	186,0	0,8	91,41
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	250/5	5,2	8,6	33,8	235,0	0,2	13,8	0,0	0,3	51,4	39,2	113,6	1,6	27,37
2008	401	Компот из кураги, с витамин С	200	1,00	0,10	34,20	142,00	0,02	0,00	0,03	1,10	33,00	21,00	29,00	0,70	18,28
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8	4,29
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/мандарин	100	1,9	0,4	16,3	87	0,13	70,7	0	0,4	68	26	46	0,7	20,41
Итого за прием пищи:				52,90	40,30	141,20	1150,00	0,68	101,80	0,41	7,40	299,50	163,40	688,80	9,10	
Всего за день:				52,90	40,30	141,20	1150,00	0,68	101,80	0,41	7,40	299,50	163,40	688,80	9,10	284,70

Зав. производством_Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С., Держачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.



4 ДЕНЬ Студенты Бюджет

Сборник рецептов	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				СТОИМОСТЬ руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	50	САЛАТ свекла с сыром	100	8	10,1	15,2	184	0,03	7	0,03	4,8	48,1	28,1	56,1	1,9	29,62
2008	101	Суп картофельный с макаронными изделиями птиц	250/25/1	10,4	5,5	19,0	167,0	0,1	13,0	0,2	2,0	59,0	21,0	159,0	1,0	51,75
2008	306	Голубцы ленивые	200/20	20,2	22,2	12,4	336	0,04	15	0	2,60	38	22	95	2,00	114,64
2008	399	КОМПОТ ИЗ яблок С ВИТ."С"	200	0,2	0,1	28,1	115,0	0,0	1,0	0,0	0,2	8,0	5,0	6,0	1,0	8,61
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8	4,29
к/к	к/к	яблоко	100	0,00	0,00	12,60	52,00	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	7,00	85,00	0,30	16,46
2008	224	запеканка из творога со сметаной	100/15	13,3	6,8	12,1	166	0,04	0	0	0,4	115	18	160	0,6	59,33
Итого за прием пищи:				55,50	45,10	122,30	1130,00	0,29	36,00	0,28	11,30	410,20	109,70	600,30	8,00	
Всего за день:				55,50	45,10	122,30	1130,00	0,29	36,00	0,28	11,30	410,20	109,70	600,30	8,00	284,70

Зав. производством Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С., Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой



Колледж туризма Санкт-Петербурга

Меню

2023

5 день

Студенты Бюджет

Сборник рецептов	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				стоимость руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1	10,2	3,3	109	0,04	18	1	4,9	24	16	29	0,9	16,08
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С (фасолью) говядиной	250/25/1	14	7,90	18,8	179	0,16	6	0,2	0,30	50	38	139	1,90	57,38
2008	312/371	Птица тушеная, СОУС МОЛОЧНЫЙ(Сметанный)	100/100	30	27,6	7,2	394	0,02	0,08	0,1	3,20	71	25	144	3,20	105,61
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200	4,81	5,98	50,05	271,7	0,04	0	0,04	0,4	15,6	33,8	240,5	0,78	19,10
2008	401	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ	200	0,5	0,2	13,2	53,9	0,0	0,0	0,0	0,2	20,0	26,0	20,0	0,8	60,59
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0	0	1	8,1	8,6	39,2	1,80	4,29
к/к	к/к	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПЛОМБИРОВАННЫХ ПАКЕТИКАХ	50	1,6	3,9	72	75	2,3	0,7	0	0,3	0	4,7	0	0	21,65
Итого за прием пищи:				55,31	56,18	187,45	1192,60	2,67	24,78	1,37	10,30	188,70	152,10	611,70	9,38	
Всего за день:				55,31	56,18	187,45	1192,60	2,67	24,78	1,37	10,30	188,70	152,10	611,70	9,38	284,70

Зав. производством_Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С._Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.



6 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				СТОИМОСТЬ руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	23	салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,9	10,1	2,9	106,0	0,0	18,0	1,0	4,9	24,0	16,0	29,0	0,9	23,48
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/25/5	7,7	5,6	12,8	121,0	0	8,6	0,2	0,4	55,6	27,2	73	1,60	60,14
2008	265	ПЛОВ с птицей	250	17,2	17,1	25,2	540	0,06	1	0,15	3,2	17	37	197	3	99,46
2008	401	КОМПОТ ИЗ вишни	200	0,5	0,2	13,2	53,9	0,0	0,0	0,0	0,2	20,0	26,0	20,0	0,8	50,82
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,80	4,29
к/к	к/к	Яйцо варёное	40	7	6	0,4	68	0,07	9	0,24	2,9	41,5	21,4	95,8	1,6	14,28
2008	3	Бутерброд с сыром	25/25	4,50	4,50	7,40	88,00	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	7,00	85,00	0,30	32,24
Итого за прием пищи:				41,20	43,90	84,80	1086,90	0,30	36,60	1,66	12,90	300,20	143,20	539,00	10,00	
Всего за день:				41,20	43,90	84,80	1086,90	0,30	36,60	1,66	12,90	300,20	143,20	539,00	10,00	284,70

Зав. производством Обводный, Луначарского

Филимонова В.С. Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: Савошко Е.В.



Меню

2023

7 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				стоимость руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	50	салат Свеколка	100	8	10,1	15,2	184	0,03	7	0,03	4,8	48	28	56	1,9	16,29
2008	85	ЩИ УРАЛЬСКИЕ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СО	250/25/5	8,6	5,6	5,2	92	0	8,4	0,2	0,2	59,1	20,8	159,5	1	78,77
2008	283/364	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	100/100	12	13,8	8	334	0,1	0	0	3,6	12	24	150	2	111,85
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	250	7,3	6,4	41,6	214	0,079	0	0,04	1,06	14,6	9,31	47,88	1,06	26,42
2008	401	Компот из кураги, с витамин С	200	1,00	0,10	34,20	142,00	0,02	0,00	0,03	1,10	33,00	21,00	29,00	0,70	18,52
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0	0	1	8,1	8,6	39,2	1,80	4,29
к/к	к/к	Банан /ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200/200	0,6	0,6	14,7	142	0	15	0	0,9	24	12	16,5	3,3	28,56
Итого за прием пищи:				40,9	37	141,8	1218	0,329	30,4	0,3	12,66	198,8	123,71	498,08	11,76	
Всего за день:				40,9	37	141,8	1218	0,329	30,4	0,3	12,66	198,8	123,71	498,08	11,76	284,70

Зав. производством Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С., Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

Колледж туризма Санкт-Петербурга

Меню

2023

8 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой

Усачева Н.В.



Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				СТОИМОСТЬ руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	66	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ С ГАРНИРОМ	50/50	12,5	13,4	9	318	0,03	0	0	2,5	15	16	92	0,9	75,11
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/25/5	9,2	6,6	12,4	133	0	8,6	0,2	1,6	49,3	21,4	65,9	1,1	45,50
2008	313	КОТЛЕТЫ натуральные из филе птицы	100/5	12,6	4,6	0,4	170,0	0,0	9,0	0,1	0,3	24,0	15,0	87,0	1,0	111,01
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	4,6	7,3	36,9	192,4	0,3	18,7	0,0	0,4	30,6	49,0	125,2	2,2	18,21
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ.С	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	52	0	0,1	5	2	8	0,4	9,38
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8	4,29
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/мандарин	200	1,9	0,4	16,3	117,45	0,13	70,7	0	0,4	68	26	46	0,7	21,20
Итого за прием пищи:				44,25	32,78	125,82	1153,85	0,57	159,02	0,31	6,29	199,95	138,01	463,29	8,11	
Всего за день:				44,25	32,78	125,82	1153,85	0,57	159,02	0,31	6,29	199,95	138,01	463,29	8,11	284,70

Зав. производством Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С., Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой



Колледж туризма Санкт-Петербурга

Меню

2023

9 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептов	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				Стоимость руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,1	0,9	4,3	101,0	0,03	7	0,03	4,8	48,1	28,1	56,1	1,9	17,92
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГОВЯДИНОЙ	250/20	8	7,9	28,9	179,5	0,4	5,2	0,2	2,1	47,1	37	102,1	2,3	44,23
2008	260	Азу	100/150	17,8	20,0	17,7	322,0	0,1	0,0	0,0	0,2	36,0	20,0	162,0	2,0	151,66
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С(изюм)	200	0,5	1,0	27,4	112,6	0,0	51,4	0,0	0,0	24,2	9,7	23,2	0,5	8,01
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8	4,29
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ ЖИРН.2,5%	125	3,3	3,1	21	171	0,3	7	0,3	0	290	140	950	0	39,46
2008	5	Бутерброд с колбасой полукопченой	25/25	4,9	7,4	7,4	116,0	0,0	0,0	0,0	0,4	8,0	7,0	46,0	0,7	19,14
Итого за прием пищи:				38,00	40,70	129,60	1112,10	0,97	70,60	0,53	8,50	461,50	250,40	1378,60	9,20	
Всего за день:				38,00	40,70	129,60	1112,10	0,97	70,60	0,53	8,50	461,50	250,40	1378,60	9,20	284,70

Зав. производством_Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С._Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой



Колледж туризма Санкт-Петербурга

Меню

2023

10 день

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества				стоимость руб
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Обед																
2008	52	ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ *	40/100	9,3	16,1	6,6	209,8	0,0	11,0	0,2	3,8	48,0	24,0	95,0	1,0	43,42
2008	95	СУП из овощей с говядиной	250/20	3	4,2	10,2	91	0,08	11	0,22	0,2	30	22	53	0,8	59,22
2008	271	шницель из говядины, масло слив	100/5	10,8	13,8	8,4	193,2	0,1	0,0	0,0	3,2	10,8	123,6	19,2	2,4	117,85
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250	4,8	6,1	50,0	275,0	0,02	0,0	0,03	0,7	15,0	35,0	104,0	0,8	23,75
2008	442	Чай с лимоном	200/5	1,0	0,2	20,2	86,0	0,0	4,0	0,0	0,0	14,0	8,0	14,0	2,8	8,85
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8	4,29
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200	0,6	0,6	14,7	142	0	15	0	0,9	24	12	16,5	3,3	27,32
Итого за прием пищи:				32,90	41,40	133,00	1107,00	0,28	41,00	0,45	9,84	149,90	233,20	340,90	12,90	
Всего за день:				32,90	41,40	133,00	1107,00	0,28	41,00	0,45	9,84	149,90	233,20	340,90	12,90	284,70
Итого за 10 дней				454,76	441,66	1309,57	11523,35	7,01	660,40	5,84	97,49	2516,25	1549,52	5996,27	93,85	
Среднее значение за период:				45,48	44,2	130,96	1152,34	0,70	66,04	0,58	9,75	251,63	154,95	599,63	9,39	
Средняя сбалансированность				14%	32,8%	54,60%										

исполнитель

*лук репчатый заменяется на лук зелёный в период после 1 марта.

При составлении меню использовались: «Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга», СПб, 2008 г. под редакцией Куткиной М.Н.;