

Утверждаю:



Директор МАОУ «Манчажская СОШ»

Н.И. Озорнина

Приказ № 210-ОД от 30.08.2019 г.

**ПРИМЕРНОЕ 10-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ
МАОУ «МАНЧАЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД
ВОЗРОСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7 ДО 10 ЛЕТ**

День: 1

Неделя: Первая

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическа я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
267	Каша пшениная молочная	200	7,8	9,46	35,8	283,6	0,19	1,46	0,056	0,16	144,6	193	43	1,2		
496	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0,02	0	124	110	27	0,8		
93	Бутерброд с маслом	40	1,6	16,7	10	197	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3		
	Итого за прием:		13	29,46	70,8	624,6	0,25	2,76	0,196	0,56	274,6	320	73	2,3		
Обед																
142	Щи из капусты с картофелем	200	1,4	3,98	6,22	66,4	0,046	14,78	0	1,9	27,2	38	17,8	0,64		
381	Котлета из мяса говядины	80	14,24	14	11,44	228,8	0,072	0	0,032	0,4	31,2	148	20,8	2,24		
291	Макаронные изделия отварные	150	5,655	0,675	29,04	144,9	0,057	0,015	0	0,795	5,7	35,7	8,1	0,78		
617	Напиток "Валетек"	200	0	0	18,4	74	0,06	30	0,5	0	0	0	0	0		
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44		
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78		
	Итого за прием:		25,655	19,215	91,46	642,9	0,315	44,795	0,532	3,815	79,1	279,3	61,7	4,88		
Полдник																
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3		
590	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5	0,04	0	0,005	1,75	14,5	45	10	1,05		
	Итого за прием:		3,85	4,9	52,2	268,5	0,04	0	0,005	1,75	25,5	48	11	1,35		
	Итого за день:		42,505	53,575	214,46	1536	0,605	47,555	0,733	6,125	379,2	647,3	145,7	8,53		

День: 2

Неделя: Первая

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
90	Бутерброд с сыром	45	6,7	9,5	9,9	153	0,03	0,1	0,08	0,4	185	132	13	0,4		
301	Омлет натуральный	65	5,6	8,7	1,5	106	0,04	0,2	0,13	0,3	53	100	8	1		
395	Сосиска отварная	80	8,32	16,72	0	184	0,112	0	0	0,32	24,8	107,2	13,6	1,28		
494	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	0	14,2	4	2	0,4		
Итого за прием:			20,72	34,92	26,6	504	0,182	3,1	0,21	1,02	277	343,2	36,6	3,08		
Обед																
106	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,036	15	0	0,42	8,4	15,6	12	0,54		
128	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4	8,52	76	0,038	8,24	0	1,92	27,6	42,4	21	0,96		
405	Курица в соусе с томатом	80	9,07	9	2,73	128	0,01	1,53	0,02	0,33	22,67	60	10,67	0,67		
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,845	37,08	253,05	0,207	0	0,0405	0,615	14,25	202,65	135,3	4,545		
503	Кисель плодого ягодный	200	1,4	0	29	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1		
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44		
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78		
Итого за прием:			25,5	21,525	105,97	722,25	0,371	24,77	0,0605	4,005	88,92	378,25	193,97	8,035		
Полдник																
588	Вафли	50	1,4	1,65	38,65	175	0,015	0	0	0,35	8	18	5	0,75		
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3		
Итого за прием:			1,5	1,65	53,65	235	0,015	0	0	0,35	19	21	6	1,05		
Итого за день:			47,72	58,095	186,22	1461,3	0,568	27,87	0,2705	5,375	384,92	742,45	236,57	12,165		

8

День: 3

Неделя: Первая

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическа я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
93	Бутерброд с маслом	40	1,6	16,7	10	197	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	
165	Суп молоч. с макарон. изделиями	250	7,125	6,575	23,725	182,5	0,095	1,15	0,053	0,325	205,5	171	26,25	0,45	
501	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0,02	0	126	90	14	0,1	
	Итого за прием:		11,925	25,975	49,625	458,5	0,155	2,45	0,193	0,725	337,5	278	43,25	0,85	
Обед															
153	Суп с рыбными консервами	200	7,38	5,78	12,84	133	0,082	6,32	0,024	0,6	51	132,6	38,6	1	
	Котлета из мяса кур	70	10,5	7,5	6,5	132	0,07	0,6	0,03	0,3	26	66	13	0,8	
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,6	16,35	138	0,135	5,1	0,045	0,15	39	85,5	28,5	1,05	
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	0	28	19	7	1,5	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78	
	Итого за прием:		25,89	20,44	89,05	641,8	0,377	12,52	0,099	1,77	159	360,7	102,1	5,57	
Полдник															
516	Йогурт	200	5,8	5	8	100	0,08	1,4	0,04	0	240	180	28	0,2	
	Слойка с повидлом	100	7,83	10,49	60,17	366,66	0,99	0	0,083	1,166	16,66	63,33	11,66	0,99	
	Итого за прием:		13,63	15,49	68,17	466,66	1,07	1,4	0,123	1,166	256,66	243,33	39,66	1,19	
	Итого за день:		51,445	61,905	206,85	1567	1,602	16,37	0,415	3,661	753,16	882,03	185,01	7,61	

День: 4

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-10 лет

Возрастная категория: / год лет														
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
90	Бутерброд с сыром	45	6,7	9,5	9,9	153	0,03	0,1	0,08	0,4	185	132	13	0,4
313	Запеканка из творога со ст.моло	150/20	24	25,2	23,9	425	0,07	0,6	0,2	0,7	297	347	38	1
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,2
	Итого за прием:		30,8	34,7	48,8	638	0,1	0,7	0,28	1,1	493	482	52	1,7
Обед														
143	Суп из овощей с фасолью	200	2,94	3,52	12,22	92,4	0,088	12,56	0,034	0,2	39,87	80,2	26,8	1,1
406	Плов из отварной птицы	150	11,429	11,357	27,071	256,43	0,02	0,93	0,001	0,39	23,57	95	22,14	0,5
493	чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	0	14,2	4	2	0,2
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,4
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,7
	Итого за прием:		18,829	15,437	80,851	538,63	0,188	16,29	0,035	1,31	92,64	236,8	65,94	3,3
Полдник														
515	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0
589	Пряники	50	2,95	2,35	37,5	183	0,04	0	0	1,2	5,5	25	4,5	0
	Итого за прием:		8,75	7,35	47,1	289	0,12	2,6	0,04	1,2	245,5	205	32,5	0
	Итого за день:		58,379	57,487	176,75	1465,6	0,408	19,59	0,355	3,61	831,14	923,8	150,44	6,7

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическа я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Завтрак																	
93	Бутерброд с маслом	40	1,6	16,7	10	197	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3			
266	Каша геркулесовая молочная	200	7,16	9,4	28,8	228,4	0,168	1,54	0,054	0,54	156,8	206	55,6	1,24			
496	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0,02	0	124	110	27	0,8			
	Итого за прием:		12,36	29,4	63,8	569,4	0,228	2,84	0,194	0,94	286,8	333	85,6	2,34			
Обед																	
106	Овощи натуральные (отурец)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,036	15	0	0,42	8,4	15,6	12	0,54			
147	Суп картоф с мак изделиями	200	2,16	2,28	15,06	89	0,084	6,6	0	1,1	12,2	50,8	19,2	0,76			
396	Жаркое по-домашнему	150	12,75	13,2	10,73	213	0,068	5,925	0,0525	0,45	18,75	147	28,5	2,25			
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	0	28	19	7	1,5			
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44			
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78			
	Итого за прием:		20,43	16,16	81,43	555,2	0,278	28,025	0,0525	2,69	82,35	290	81,7	6,27			
Полдник																	
518	Сок яблочный	200	1	0,2	0,2	92	0,02	4	0	0	14	0	0	2,8			
590	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5	0,04	0	0,005	1,75	14,5	45	10	1,05			
	Итого за прием:		4,75	5,1	37,4	300,5	0,06	4	0,005	1,75	28,5	45	10	3,85			
	Итого за день:		37,54	50,66	182,63	1425,1	0,566	34,865	0,2515	5,38	397,65	668	177,3	12,46			

Возрастная категория: 7-10 лет

Возрастная категория: 7-10 лет															
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
93	Бутерброд с маслом	40	1,6	16,7	10	197	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	
300	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	0,2	22	77	5	1	
262	Каша манная молочная	200	6,2	7,46	30,86	215,4	0,078	1,38	0,052	0,52	132,8	121,2	20,2	0,44	
496	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0,02	0	124	110	27	0,8	
Итого за прием:			16,5	32,06	66,16	619,4	0,168	2,68	0,292	1,12	284,8	325,2	55,2	2,54	
Обед															
154	Суп крестьянский с крупой	200	1,7	4,08	11,64	90	0,044	7,96	0	1,94	21	53,6	15,6	0,58	
395	Сосиска отварная	80	8,32	16,72	0	184	0,112	0	0	0,32	24,8	107,2	13,6	1,28	
415	Рис припущенный	150	3,54	6,045	32,4	198,15	0,027	0	0,0405	0,27	4,8	68,55	21,75	0,51	
617	Напиток "Валетек"	200	0	0	18,4	74	0,06	30	0,5	0	0	0	0	0	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78	
Итого за прием:			17,92	27,405	88,8	674,95	0,323	37,96	0,5405	3,25	65,6	286,95	65,95	3,59	
Полдник															
518	Сок в ассорт. (абрикосовый)	200	1	0	0	110	0,04	8	0	0	40	0	0	0,4	
590	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5	0,04	0	0,005	1,75	14,5	45	10	1,05	
Итого за прием:			4,75	4,9	37,2	318,5	0,08	8	0,005	1,75	54,5	45	10	1,45	
Итого за день:			39,17	64,365	192,16	1612,9	0,571	48,64	0,8375	6,12	404,9	657,15	131,15	7,58	

День: 7

Недел Вторая

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическа я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
260	Каша "Дружба"	200	5,26	11,66	25,06	226,2	0,08	1,32	0,08	0,2	126,6	140,4	30,6	0,56		
501	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0,02	0	126	90	14	0,1		
90	Бутерброд с сыром	45	6,7	9,5	9,9	153	0,03	0,1	0,08	0,4	185	132	13	0,4		
	Итого за прием:		15,16	23,86	50,86	458,2	0,15	2,72	0,18	0,6	437,6	362,4	57,6	1,06		
Обед																
106	Овощи натуральные (огурец)	50	0,4	0,05	1,25	7	0,03	12,5	0	0,35	7	13	10	0,45		
134	Рассольник Ленинградский	200	1,64	4,2	13	97	0,072	6,14	0	1,88	12,4	50,4	21	0,74		
	Рагу из мяса птицы	150	11,04	11,52	12,72	198,4	0,096	8,32	0,016	2,48	20	111,2	31,2	1,44		
509	Компот из яблок с лимоном	200	0,258	0,172	21,586	88,58	0,0086	2,838	0	0,086	9,46	6,02	4,3	1,032		
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44		
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78		
	Итого за прием:		17,698	16,502	74,916	519,78	0,2866	29,798	0,016	5,516	63,86	238,22	81,5	4,882		
Полдник																
518	Сок яблочный	200	1	0,2	0,2	92	0,02	4	0	0	14	0	0	2,8		
	Слойка "Свердловская"	100	7,8	1,46	55,4	384	0,08	0	0,12	1,4	2,6	72	12	1		
	Итого за прием:		8,8	1,66	55,6	476	0,1	4	0,12	1,4	16,6	72	12	3,8		
	Итого за день:		41,658	42,022	181,38	1454	0,5366	36,518	0,316	7,516	518,06	672,62	151,1	9,742		

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическая я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
93	Бутерброд с маслом	40	1,6	16,7	10	197	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3		
264	Каша пшеничная молочная	200	7,4	7,48	36,5	243	0,144	1,34	0,058	0,8	136,2	201,8	38,8	1,92		
496	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0,02	0	124	110	27	0,8		
	Итого за прием:		12,6	27,48	71,5	584	0,204	2,64	0,198	1,2	266,2	328,8	68,8	3,02		
Обед																
128	Борщ со сметаной	200	1,46	4	8,52	76	0,038	8,24	0	1,92	27,6	42,4	21	0,96		
345	Котлеты рыбные	80	11,12	1,68	7,68	90,4	0,056	0,32	0,016	0,8	28	128	18,4	0,48		
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,6	16,35	138	0,135	5,1	0,045	0,15	39	85,5	28,5	1,05		
508	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	0	28	19	7	1,5		
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44		
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78		
	Итого за прием:		20,59	12,84	85,91	543,2	0,319	14,16	0,061	3,59	137,6	332,5	89,9	5,21		
Полдник																
516	Йогурт	200	5,8	5	8	100	0,08	1,4	0,04	0	240	180	28	0,2		
	Слойка с повидлом	100	7,83	10,49	60,17	366,66	0,99	0	0,083	1,166	16,66	63,33	11,66	0,99		
	Итого за прием:		13,63	15,49	68,17	466,66	1,07	1,4	0,123	1,166	256,66	243,33	39,66	1,19		
	Итого за день:		46,82	55,81	225,58	1593,9	1,593	18,2	0,382	5,956	660,46	904,63	198,36	9,42		

Недел Вторая

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е		Са	Р	Mg		Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
90	Бутерброд с сыром	45	6,7	9,5	9,9	153	0,03	0,1	0,08	0,4	185	132	13	0,4		
313	Запеканка из творога со ст.моло	150/20	24	25,2	23,9	425	0,07	0,6	0,2	0,7	297	347	38	1		
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3		
	Итого за прием:		30,8	34,7	48,8	638	0,1	0,7	0,28	1,1	493	482	52	1,7		
Обед																
106	Овощи натуральные (помидоры)	50	0,55	0,1	1,9	12	0,03	12,5	0	0,35	7	13	10	0,45		
147	Суп картоф с мак издепиями	200	2,16	2,28	15,06	89	0,084	6,6	0	1,1	12,2	50,8	19,2	0,76		
395	Сосиска отварная	80	8,32	16,72	0	184	0,112	0	0	0,32	24,8	107,2	13,6	1,28		
	Капуста туш., карт. Пюре	100/75	3,54	6,045	32,4	198,15	0,027	0	0,0405	0,27	4,8	68,55	21,75	0,51		
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	0	28	19	7	1,5		
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44		
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78		
	Итого за прием:		19,43	25,705	102,72	721,95	0,343	19,6	0,0405	2,76	91,8	316,15	86,55	5,72		
Полдник																
515	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2		
589	Праники	50	2,95	2,35	37,5	183	0,04	0	0	1,2	5,5	25	4,5	0,4		
	Итого за прием:		8,75	7,35	47,1	289	0,12	2,6	0,04	1,2	245,5	205	32,5	0,6		
	Итого за день:		58,98	67,755	198,62	1649	0,563	22,9	0,3605	5,06	830,3	1003,2	171,05	8,02		

Возрастная категория: 7-10 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	пищевые вещества (г)			Энерге тическа я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
268	Каша рисовая молочная	200	5,54	8,62	32,4	229,4	0,064	1,54	0,054	0,18	143,4	151,8	31,6	0,44	
501	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0,02	0	126	90	14	0,1	
93	Бутерброд с маслом	40	1,6	16,7	10	197	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	
	Итого за прием:		10,34	28,02	58,3	505,4	0,124	2,84	0,194	0,58	275,4	258,8	48,6	0,84	
Обед															
144	Суп картофельный с бобовыми	200	1,84	3,4	12,1	86,4	0,156	6,94	0,03	0,18	15,2	52,6	20,4	0,74	
377	Картофельная запеканка с мясом	150	17,475	17,625	14,175	285	0,158	3	0,053	0,6	18,75	218,25	42	2,625	
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	0	28	19	7	1,5	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,036	0	0	0,28	7	31,6	9,4	0,78	
	Итого за прием:		24,175	21,585	79,635	610,2	0,404	10,44	0,083	1,5	76,95	347,45	84,4	6,085	
Полдник															
503	Кисель из пл.ягодный	200	1,4	0	29	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1	
590	печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5	0,04	0	0,005	1,75	14,5	45	10	1,05	
	Итого за прием:		5,15	4,9	66,2	330,5	0,04	0	0,005	1,75	15,5	45	10	1,15	
	Итого за день:		39,665	54,505	204,14	1446,1	0,568	13,28	0,282	3,83	367,85	651,25	143	8,075	

Прошито, пронумеровано и

скреплено печатью 44

(Финляндия) страниц.

Директор

МАОУ «Манчажская СОШ»

/Н.И. Озорнина/

