

	Кофейный напиток	200	1,1	0,7	6,9	37,8	54-23гн-2020	3,04
Итого за завтрак		540	38,02	16,51	82,33	605,99		65,54
Неделя 2 День 4								
Завтрак	Биточки из птицы	100	14,4	3,2	10,1	126,4	54-23м-2020	42,29
	Каша гречневая	150	8,3	6,3	36	233,7	54-4г-2020	10,65
	Салат из квашеной капусты	60	0,7	3,5	4,8	50,4	54-12з-2020	7,37
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	п/п	2,08
	Хлеб любительский ржаной	20	1,42	0,2	9,2	42	п/п	1,14
	Чай с лимоном сахаром	200	0,3	0	15,2	60	423-К2016г	2,01
Итого за завтрак		570	28,2	14,4	90,5	617,1		65,54
Неделя 2 День 5								
Завтрак	Капуста тушенная с мясом птицы	220	16,8	8,2	10,4	182,9	54-27м-2020	55,46
	Горошек зеленый	35	0,9	0,06	1,9	12,89	54-20з-2020	6,09
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	11,45	78,5	п/п	1,56
	Хлеб любительский ржаной	20	1,42	0,2	9,2	42	п/п	1,14
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	420-К2016г	1,29
Итого за завтрак		505	21,63	9,36	47,95	374,29		65,54
Итого завтрак 10 дней		5560	288,33	199,04	860,08	6083,55		
В среднем за 10 дней		556	28,833	19,904	86,008	608,355		

При составлении меню использовалась литература		
1	СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И ТИПОВЫХ МЕНЮ для организации питания детей школьного возраста	Новосибирск – 2021
2	Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ПОН при общеобразовательных школах под ред.-шей Ф.Л. Марчука 1996 г	
3	Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией В.Р. Кучмы 2016г	