

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Федоровская СОШ № 2"

С.В.Капитонов



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Комбинат общественного питания"

А..Гончаров



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯ
пгт. Федоровский: СОШ № 1,2,5 (ДИАБЕТ)

Составил:
Инженер-технолог

Т.А.Смекалина

Врач-диетолог

С.Э.Дубенко

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ
 пгг. Федоровский: СОШ № 1,2,5 (ДИАБЕТ)

Сезон: осенне-зимний
 возраст: 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак 1 день 1 неделя														
01/2015	Бутерброд с маслом сливочным на хлебе ржаном	40	1,63	4,73	19,81	129,01	7,1	7,65	19,3	0,61	29,5	32,65	0,39	0,03	0,08
311/04	Каша овсяная молочная жидкая с маслом (без сахара)	150/5	4,03	5,54	17,84	138,89	111,6	28,4	95,02	0,57	21,28	51,38	0,55	0,06	4,59
337/04	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,78	22	4,8	76,8	1	100	104	0,24	0,03	0
693/04	Какао с молоком (без сахара)	200	2,73	2,82	22,44	62,00	141,9	37,06	107	0,62	12	40,7	0,33	0,05	7,12
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		14,79	17,93	67,05	431,35	289,6	87,31	329,7	3,58	162,8	228,93	1,79	0,21	11,78
	Обед 1 день 1 неделя														
21/04	Салат из свежих помидоров и яблок	60	0,61	4,29	2,14	51,56	7,17	6,46	10,34	0,34	0	103,41	2,49	0,03	24,3
139/04	Суп картофельный с бобовыми	200	0,98	3,68	7,18	68,28	58,59	43,82	66,65	1,08	0	185	2,27	0,07	12,16
448/04	Бифштекс натуральный рубленный	80	18,52	15,57	0,00	214,23	15,92	22,99	170,6	2,77	0	1,43	2,2	0,06	0,25
297/04	Каша гречневая вязкая	150	4,60	4,04	20,03	144,65	54,03	100,1	137,7	3,02	16	39,14	0,7	0,17	7,2
638/04	Компот из кураги (без сахара)	200	0,78	0,04	9,28	47,27	91,35	62,12	75,13	1,4	0	128,98	1,51	0,06	12,86
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		27	28	45	565	234	245	492	9	16	458	9	0	57
	Итого за день		42	46	112	996	524	332	822	13	179	687	11	1	69

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак 2 день 1 неделя														
	Огурец свежий	60	1,06	5,37	4,49	72,38	13,05	9,92	20,57	0,52	0	120,64	2,71	0,03	2,5
450/04	Шницель натуральный рубленный	80	8,21	10,92	1,04	135,58	16,64	9,6	73,36	1,15	0	0	0,32	0,02	0
534/04	Капуста тушеная	150	4,22	4,24	29,13	181,15	58,26	43,38	167	1,3	18,41	53,85	0,93	0,07	7,02
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
631/04	Компот из ягод заморож. с аск. Кислотой (без сахара)	200	0,00	0,00	15,65	59,46	76,07	52,03	58,78	1,07	0	35,81	0,63	0,05	39,31
	Итого за прием		15	21	57	487	171	124	351	5	18	211	5	0	49
	Обед 2 день 1 неделя														
71/04	Винегрет овощной	60	0,92	4,80	4,89	68,80	19,73	11,47	25,9	0,48	0	121,13	2,19	0,03	12,64
131/04	Рассольник Домашний со сметаной	200/10	1,99	4,57	13,17	106,37	73,52	55,09	98,46	1,44	21,17	235,8	0,7	0,1	15,04
443/04	Плов из мяса говядины (крупа перловая)	200	14,78	15,28	34,31	340,95	54,93	65,79	212,1	2,62	28,32	549,92	0,95	0,09	7,04
-	Чай без сахара	200	1,00	0,20	20,20	1,50	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		20	25	79	556	169	150	382	8	49	907	4	0	39
	Итого за день		35	46	136	1044	340	274	733	13	68	1118	9	0	88

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			г	всего			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
			всего												
Завтрак 3 день 1 неделя															
49/04	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,69	3,97	6,59	66,55	14,38	20,11	29,18	0,38	0	1080	1,98	0,03	2,65
241/07	Говядина отварная	50	16,70	21,06	0,93	260,58	18,31	21,37	172,8	2,56	28	30,02	3,46	0,05	0,74
ттк	Булгур рассыпчатый	150	3,29	3,37	12,02	98,07	90,29	34,67	63,85	1,2	12	99,58	0,39	0,05	33,54
692/04	Кофейный напиток на цельном молоке (без сахара)	200	5,09	5,26	20,09	80,56	197,5	22,74	146,2	0,2	22,4	41,07	0	0,05	0,97
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		26	34	40	506	320	99	412	4	62	1251	6	0	38
Обед 3 день 1 неделя															
19/204	Салат из свеж. помидоров с р/м	60	0,54	5,49	2,09	62,47	6,94	7,79	8,92	0,38	0	73,15	3,03	0,02	2,06
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	1,56	2,92	7,09	64,51	87,18	53,64	81,2	1,31	4,73	206,98	1,57	0,08	20,29
413/04	Сардельки отварные	80	12,00	9,03	9,05	166,87	17,14	20,48	113,6	1,93	13,59	21,8	0,57	0,06	0,53
539/04	Рагу из овощей (без картофеля)	150	2,34	3,69	13,49	102,37	47,1	39,35	72,4	1,11	0	910,05	2,21	0,08	11,69
640/04	Отвар из черной смородины с/м (без сахара)	200	0,20	0,08	21,92	90,01	10,52	24,7	11,87	0,3	3,4	3,4	0	0,01	16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		16,64	21,21	86,10	664,05	171,1	168	363,2	5,86	36,45	833,65	6,22	0,27	45,39
	Итого за день		42,41	54,87	125,73	1169,80	503	282,9	824,2	11,43	98,85	2084,5	12,72	0,53	83,29

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак 4 день 1 неделя														
78/04	Икра морковная	60	1,19	4,48	8,12	77,03	4,08	3,25	8,8	0,17	0,02	12,04	2,26	0,01	2,59
391/04	Шницель рыбный натуральный	80	11,77	6,63	7,47	138,74	36,92	38,15	166,5	0,82	4,8	9,41	3,04	0,08	1,29
523/04	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	150	3,45	4,47	20,21	139,94	56,21	29,94	95,33	1,04	18,96	38,66	0,16	0,12	10,17
685/04	Чай с лимоном (без сахара)	200	0,17	0,03	12,02	3,80	68	46,07	54,38	0,91	0,23	34,24	0,6	0,05	13,12
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		17	16	48	360	165	117	325	3	24	94	6	0	27
	Обед 4 день 1 неделя														
25/04	Салат из разных овощей	60	0,65	5,93	1,83	64,84	22,82	7,11	24,2	0,55	0	0	2,7	0,01	13,48
135/04	Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной	200/10	1,55	3,20	6,20	63,16	76,88	52,6	81,36	1,21	6,3	220,82	1,58	0,09	16,51
437/04	Гуляш из мяса говядины	50/50	15,02	15,69	5,31	224,17	38,41	35,93	176,4	2,61	17	41,7	0,69	0,06	3,56
332/04	Фасоль отварная с маслом сливочным	150	6,07	5,38	39,82	239,75	16,72	8,85	49,49	0,91	18	33,75	1	0,08	0
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
632/04	Компот из вишни заморож. с аск. кислотой (без сахара)	200	0,12	0,00	17,16	66,88	81,43	55,72	62,94	1,14	0	35,81	0,63	0,05	40,2
	Итого за прием		23	30	70	659	236	160	394	6	41	332	7	0	74
	Итого за день		40	46	118	1018	401	278	719	9	65	426	13	1	101

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак 5 день 1 неделя														
ггк	Огурец свежий	60	0,45	0,05	1,37	8,76	12,14	7,31	21,92	0,31	0	6	0,06	0,01	2,4
454/2004	Котлета по-хлыновски	80	9,49	3,04	8,63	109,53	14,92	19,46	111,2	1,26	9,6	17,6	0,63	0,08	3,04
512/2004	Каша пшеничная рассыпчатая	150	5,09	4,62	35,39	209,90	5,97	0,29	2,35	0,05	12,6	23,63	0,05	0	0
693/2004	Какао с молоком (без сахара)	200	2,73	2,82	16,08	97,66	141,8	37,06	107	0,6	12	40,7	0,33	0,05	7,12
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		18	11	61	426	175	64	242	2	34	88	1	0	13
	Обед 5 день 1 неделя														
ГТК №15/2	Салат "Свежесть"	60	1,23	5,93	2,39	69,04	15,36	7,91	28,6	0,52	9	18,68	2,73	0,01	1,96
110/04	Борщ с капустой белокочанной, фасолью и сметаной	200/10	2,91	4,86	11,47	105,98	99,02	62,25	114,2	1,91	4,73	207,82	2,56	0,09	16,13
489/04	Рагу из мяса кур	200	19,76	21,81	19,21	358,32	53,54	53,79	214	2,46	27,82	444,46	5,91	0,14	9,05
-	Сок яблочный осветленный (без сахара)	200	1,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		25	33	53	620	182	132	371	8	42	671	11	0	31
	Итого за день		43	43	115	1046	357	196	613	10	76	759	12	0	44

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак 1 день 2 неделя														
10/2004	Бутерброд горячий с маслом и сыром на хлебе ржаном	10/20/20	6,84	5,61	9,54	119,03	200	11	120	0,14	42	47,6	0,08	0,01	0,14
311/04	Каша ячневая мол.жид. с маслом (без сахара)	150/5	2,14	4,16	5,46	66,98	105,3	23,61	78,18	0,37	16,74	41,54	0,22	0,04	4,12
692/04	Кофейный напиток с молоком (без сахара)	200	2,91	2,86	16,08	98,81	138,5	34,8	104,4	0,56	12	39	0,3	0,05	6,52
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		13,20	12,87	37,77	323,48	450,8	78,81	334,2	1,84	70,74	128,34	0,88	0,13	10,78
	Обед 1 день 2 неделя														
43/2004	Салат из капусты с морковью	80	1,35	5,30	7,88	87,02	37,41	15,56	28,03	0,51	0	268,67	2,47	0,03	30,05
181/04	Уха с перловой крупой	250	10,53	5,20	12,27	141,94	76,14	68,49	172,1	1,7	19,39	66,28	1,36	0,17	17,27
451/04	Биточки из мяса говяд.	80	11,38	9,48	9,47	170,82	15,95	16,72	105,6	1,53	0	2,99	1,09	0,04	1,38
306/07	Бобовые отварные с маслом	150	6,07	5,38	39,82	239,75	16,72	8,85	49,49	0,91	18	33,75	1	0,08	0
705/2004	Напиток из плодов шиповника (без сахара)	200	1,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		30	26	90	726	160	118	369	7	37	372	6	0	53
	Итого за день		44	38	127	1049	611	196	703	9	108	500	7	0	63

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак 2 день 2 неделя														
гтк	Огурец соленый	60	0,45	0,05	1,37	8,76	12,14	7,31	21,92	0,31	0	6	0,06	0,01	2,4
437/04	Гуляш из мяса говядины	50/50	15,02	15,69	5,31	224,17	38,41	35,93	176,4	2,61	17	41,7	0,69	0,06	3,56
297/04	Каша гречневая рассырчатая	150	4,96	4,29	27,01	172,12	107,2	32,09	166,1	0,84	15,93	38,05	0,55	0,06	3,39
685/04	Чай (без сахара)	200	0,11	0,03	11,83	45,76	65,54	45,34	53,04	0,91	0,14	34,24	0,6	0,04	12
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		23,85	20,50	66,20	556,92	234,7	136,7	466,6	5,92	33,07	120,19	2,57	0,25	21,35
	Обед 2 день 2 неделя														
ГТК № 65	Салат "Витаминка"	60	2,51	9,37	5,42	118,74	26,31	17,95	44,63	0,45	0	2,69	1,94	0,04	8,38
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	1,78	5,52	9,18	95,41	69,56	41,26	53,44	0,96	3,15	32,9	2,83	0,06	16,88
394/04	Тефтели рыбные в соусе	60/50	12,31	5,13	14,37	155,73	30,94	35,96	121,5	1,08	0	3,74	2,84	0,11	3,93
520/04	Картофельное пюре	150	3,45	4,47	20,21	139,94	56,21	29,94	95,33	1,04	18,96	38,66	0,16	0,12	10,17
705/04	Напиток из ягод с/м	200	0,48	0,18	20,22	89,24	83,2	54,24	62,25	1,43	0	161,65	1,26	0,06	73,8
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		22	25	76	638	273	189	409	6	22	240	9	0	113
	Итого за день		46	45	142	1195	508	325	875	12	55	360	12	1	135

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак 3 день 2 неделя														
ггк	Огурец свежий	60	0,45	0,05	1,37	8,76	12,14	7,31	21,92	0,31	0	6	0,06	0,01	2,4
413/04	Сардельки отварные	80	8,21	10,92	1,04	135,58	16,64	9,6	73,36	1,15	0	0	0,32	0,02	0
534/2004	Капуста тушеная	150	3,29	3,37	12,02	97,91	89,58	33,68	62,41	1,18	12	39,58	0,38	0,05	33,54
693/04	Какао на цельном молоке (без сахара)	200	5,55	5,52	21,49	155,65	199,8	30,13	157,6	0,58	22,4	41,13	0,01	0,06	0,97
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		20	21	43	482	314	86	349	4	42	75	1	0	18
	Обед 3 день 2 неделя														
71/04	Винегрет овощной	60	0,92	4,80	4,89	68,80	19,73	11,47	25,9	0,48	0	121,13	2,19	0,03	12,64
139/04	Суп гороховый	200	0,98	3,68	7,18	68,28	58,59	43,82	66,65	1,08	0	185	2,27	0,07	12,16
154/2004	Фрикадельки мясные	80	14,80	12,28	25,85	276,06	28,63	29,94	134,2	1,94	24,78	45,17	1,99	0,1	1,47
601/04	Соус сметанный с томатом	50	0,92	6,37	2,61	72,31	30,1	8,52	23,33	0,22	31,98	65,39	0,25	0,02	1,78
512/04	Рис припущенный	150	5,09	4,62	35,39	209,90	5,97	0,29	2,35	0,05	12,6	23,63	0,05	0	0
631/04	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,16	0,16	23,39	93,35	64,81	43,33	49,51	1,7	0,05	29,48	0,56	0,05	11,28
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		23	32	99	789	208	137	302	5	69	470	7	0	39
	Итого за день		43	53	142	1271	522	224	651	10	112	544	9	0	57

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углено- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PD,мкг	ГD,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак 4 день 2 неделя														
405/04	Салат из белокочанной и морской капусты	60	0,95	2,49	5,11	47,97	32,39	29,6	24,47	2,23	17,41	22,43	0,1	0,02	22,07
374/04	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	20,67	11,06	6,59	211,40	219	46,06	311	0,98	57,61	79,7	1,61	0,11	0,5
518/04	Картофель отварной	150	3,05	3,50	24,67	149,40	19	34,91	89,38	1,39	16	22,53	0,19	0,18	30,2
686/04	Чай с лимоном (без сахара)	200	0,17	0,03	12,02	48,36	68	46,07	54,38	0,91	0,23	34,24	0,6	0,05	13,12
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		25	17	48	457	338	157	479	6	91	159	3	0	66
	Обед 4 день 2 неделя														
20	Салат из разных овощей "Степной"	60	1,06	5,81	4,44	76,93	9,59	13,66	29,88	0,36	0	327,06	2,75	0,05	1,47
123/07	Суп молочный с овощами	200	1,74	1,10	11,35	65,06	67,1	48,87	71,65	1,2	0	71,44	1,2	0,08	13,16
315/2015	Голубцы мясно-овощные в соусе	80/30	8,89	11,65	7,94	175,48	41,17	19,48	99,03	1,36	13,8	26,7	1,66	0,04	10,08
297/04	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,18	4,05	26,90	181,95	44,02	113	161,7	3,49	12,39	40,73	0,75	0,18	5,94
638/04	Компот из кураги с аскор.кислотой (без сахара)	200	0,78	0,04	2,30	96,49	91,35	62,12	75,13	1,4	0	128,98	1,51	0,06	35,08
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		21,95	23,09	94,19	702,03	264,7	273,2	486,5	9,05	26,19	595,1	8,54	0,47	65,73
	Итого за день		50,09	42,17	169,41	1305,86	607,3	437,6	1018	14,51	100	733,93	13,63	0,89	110,9

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Зантрак 5 день 2 неделя														
311/04	Каша геркулесовая на цельном молоке с маслом сливочным	150/	5,43	7,14	18,62	162,42	134,6	36,05	147,5	0,74	27,67	50,88	0,35	0,1	0,6
337/04	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,78	22	4,8	76,8	1	100	104	0,24	0,03	0
12/10	Чай с молоком (без сахара)	200	1,48	1,43	13,97	72,16	102,1	40,12	79,14	0,74	6,14	36,74	0,45	0,05	9,26
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		12	13	33	297	259	81	303	2	134	192	1	0	10
	Обед 5 день 2 неделя														
гтк	Помидор свежий	60	0,62	0,11	2,07	14,33	7,39	10,44	13,57	0,47	0	79,8	0,42	0,03	6
132/04	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	1,99	4,57	13,17	106,37	73,52	55,09	98,46	1,44	21,17	235,8	0,7	0,1	15,04
50/2003	Котлета "Детская"	80	12,71	7,64	8,88	165,79	19,74	16,63	129,6	1,33	24	42,96	2,34	0,06	0,8
526/04	Овощи в молочном соусе	150	2,34	3,69	13,49	102,37	47,1	39,35	72,4	1,11	0	910,05	2,21	0,08	11,69
631/04	Компот из черной смородины заморож. с аск. Кислотой (без сахара)	200	0,15	0,06	16,67	66,86	81,29	70,48	63,36	1,26	2,54	38,35	0,63	0,06	51,25
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,08	0
	Итого за прием		18	16	54	456	229	192	377	6	48	1307	6	0	85
	Итого за день		30	29	87	753	488	273	681	8	182	1499	7	1	95