

КШП ИП Ковалев И.Н.

Ковалев

2 октября 2023 г.

МЕНЮ НА 2.10.2023г.

Составлено
Директор школы №

Для
документов

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)									
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	120	3,19	1,41	3,05	0,19	17,68	110,01	9,39
2	Хлеб пшеничный	36,8	2,43	0,00	0,24	0,24	17,26	82,40	2,06
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			5,72	1,41	3,32	0,46	40,88	215,50	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	70	1,10	0,00	4,18	4,18	6,45	64,78	6,80
4/90	Плов из филе кур (вариант 1)	200	14,87	11,39	13,91	4,31	40,95	347,29	58,06
2	Хлеб пшеничный	44,8	2,96	0,00	0,29	0,29	21,01	100,31	2,51
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			19,04	11,39	18,41	8,81	74,35	535,47	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	2,35	5,09	0,32	29,47	183,34	15,65
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	10,56
3/13	Горячий бутерброд с сыром (80гр)	80	7,64	3,49	11,99	1,49	27,97	250,51	27,52
2	Хлеб пшеничный	41,6	2,75	0,00	0,27	0,27	19,51	93,14	2,33
27/10	Чай с молоком (вариант 4)	200	1,62	1,42	1,62	0,05	12,23	67,45	7,66
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			22,40	12,34	23,57	2,13	89,46	657,23	63,72
Второй прием пищи ОВЗ									
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
11/3	Печенье	40	9,60	0,00	4,60	0,00	18,52	155,38	6,43
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			9,70	0,00	4,62	0,02	24,46	178,48	7,58
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	6,64	2,94	6,36	0,40	36,84	229,18	19,56
3/13	Горячий бутерброд с сыром (80гр)	80	7,64	3,49	11,99	1,49	27,97	250,51	27,52
2	Хлеб пшеничный	25,9	1,71	0,00	0,17	0,17	12,15	57,99	1,45
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	4,07
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			16,20	6,43	18,57	2,10	84,21	567,15	52,60
Завтрак с 12 и старше (82,60)									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	1,58	0,00	5,97	5,97	9,22	92,55	9,72
4/90	Плов из филе кур (вариант 1)	230	17,10	13,10	16,00	4,96	47,09	399,38	66,77
2	Хлеб пшеничный	38,4	2,54	0,00	0,25	0,25	18,01	85,98	2,15
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,00	0,02	0,02	5,06	20,53	3,96
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			21,34	13,10	22,25	11,21	79,38	598,43	82,60
Обед с 12 и старше (112,60)									
14	Икра кабачковая	100	1,79	0,00	7,83	0,30	9,01	109,30	20,23
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,21	0,00	2,45	2,45	23,60	127,39	8,76
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,94	0,05	6,33	2,07	41,44	243,94	11,55
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 1)	100	15,00	13,25	12,92	3,92	10,72	218,90	54,76
59/3	Соус томатный	30	0,33	0,02	1,26	0,02	2,02	20,66	3,43
2	Хлеб пшеничный	25,5	1,69	0,00	0,17	0,17	11,96	57,09	1,43
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,16
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,28
Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'			32,26	13,32	31,39	9,16	127,69	902,45	112,60

КШП ИП Ковалев И.Н.

МЕНЮ НА 3.10.2023г.

3 октября 2023 г.

Согласовано
Директор школы №Для
документов

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)									
11/4	Каша пшениная (жидкая) молочная с маслом сливочным	120	3,49	1,42	3,85	0,66	16,99	115,64	10,03
2	Хлеб пшеничный	25,4	1,68	0,00	0,17	0,17	11,91	56,87	1,42
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			5,27	1,42	4,04	0,85	34,84	195,61	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
11/4	Каша пшениная (жидкая) молочная с маслом сливочным	150	4,37	1,77	4,81	0,83	21,24	144,55	12,54
726/1	Блины с маслом (1/55)	55	3,66	0,04	4,51	1,50	24,31	151,81	21,95
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,70	0,00	11,10	63,48	5,52
2	Хлеб пшеничный	38,5	2,55	0,00	0,25	0,25	18,06	86,20	2,16
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
13	Яблоко	140	0,56	0,00	0,56	0,56	16,24	68,15	25,20
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			12,67	3,25	11,86	3,16	96,88	537,30	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	7,74	2,12	5,84	0,72	35,11	224,07	15,74
10	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	10,91
2	Хлеб пшеничный	29,8	1,97	0,00	0,20	0,20	13,98	66,72	1,67
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	4,07
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	27,00
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			10,60	2,20	13,93	1,56	73,87	459,36	59,39
Второй прием пищи ОВЗ									
648	Кисель из концентрата	180	0,06	0,00	0,00	0,00	4,09	15,77	3,75
20/2	Булочка с маком (40 гр.)	40	3,17	0,00	3,91	0,00	20,51	129,42	8,16
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			3,24	0,00	3,91	0,00	24,59	145,19	11,91
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
11/4	Каша пшениная (жидкая) молочная с маслом сливочным	250	7,28	2,95	8,01	1,38	35,40	240,92	20,90
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	10,56
4/13	Сыр (порциями)	15	3,48	3,48	4,43	0,00	0,00	54,65	10,78
2	Хлеб пшеничный	48,2	3,19	0,00	0,32	0,32	22,61	107,92	2,70
27/10	Чай с молоком (вариант 4)	200	1,62	1,42	1,62	0,05	12,23	67,45	7,66
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			20,64	12,93	18,97	1,74	70,51	533,73	52,60
Завтрак с 12 и старше (82,60)									
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	100	1,02	0,00	6,01	6,01	11,70	100,12	14,22
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	9,47
	Чахохбили из курицы.	100	10,20	9,61	9,86	0,09	8,18	159,08	53,32
2	Хлеб пшеничный	25,4	1,68	0,00	0,17	0,17	11,91	56,87	1,42
648	Кисель из концентрата	200	0,07	0,00	0,00	0,00	4,54	17,53	4,17
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			19,33	9,64	19,61	7,07	77,26	554,32	82,60
Обед с 12 и старше (112,60)									
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	100	1,64	0,00	6,02	6,02	10,00	96,91	17,33
4/2	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,18	0,00	5,47	5,27	17,26	121,45	14,89
788/7	Вареники с вареной картошкой	220	9,04	0,04	21,66	0,00	3,74	245,32	48,12
2	Хлеб пшеничный	20,5	1,36	0,00	0,13	0,13	9,61	45,90	1,15
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,16
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
13	Яблоко	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	28,80

0,04

12,33

73,46

649,25

112,60

4 октября 2023 г.

Согласовано
Директор школы №
Для документов
Жирова
Угленов

Волы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)										
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	120	3,83	1,42	4,44	1,34	17,50	123,36	9,82	
2	Хлеб пшеничный	29,2	1,93	0,00	0,19	0,19	13,69	65,38	1,63	
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15	
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			5,86	1,42	4,66	1,56	37,13	211,84	12,60	
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)										
18/1	Огурец соленый (поджаривка)	30	0,24	0,00	0,03	0,03	0,74	4,20	7,65	
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,59	15,70	
36/59	Тефтели из говядины с рисом в соусе томатном (вариант 1)	90	8,78	7,90	14,86	9,16	10,45	209,35	36,46	
2	Хлеб пшеничный	43,7	2,89	0,00	0,29	0,29	20,50	97,84	2,45	
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,26	
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			15,30	8,45	18,91	10,06	61,25	474,08	68,52	
Завтрак 71,30										
Первый прием пищи ОВЗ										
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	230	7,34	2,71	8,52	2,57	33,54	236,45	18,83	
726/1	Блины с маслом (1/55)	55	3,66	0,04	4,51	1,50	24,31	151,81	21,95	
2	Хлеб пшеничный	56,8	3,76	0,00	0,37	0,37	26,64	127,18	3,18	
4/13	Сыр (порциями)	15	3,48	3,48	4,43	0,00	0,00	54,65	10,78	
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15	
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			18,33	6,23	17,85	4,46	90,43	593,18	55,89	
Второй прием пищи ОВЗ										
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	180	0,92	0,00	0,05	0,05	16,46	62,11	4,32	
17	Кекс "Мини-Мафин" ин/уп	33	1,49	0,00	6,60	0,00	18,48	135,56	11,09	
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			2,40	0,00	6,65	0,05	34,94	197,68	15,41	
Завтрак с 12 и старше (52,60)										
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	7,98	2,95	9,26	2,79	36,45	257,01	20,46	
3/13	Горячий бутерброд с сыром (70гр)	70	6,51	3,49	11,59	1,08	20,38	212,16	25,93	
2	Хлеб пшеничный	38,2	2,53	0,00	0,25	0,25	17,92	85,53	2,14	
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	4,07	
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			17,22	6,44	21,14	4,17	82,00	584,17	52,60	
Завтрак с 12 и старше (82,60)										
18/1	Огурец соленый (поджаривка)	50	0,39	0,00	0,05	0,05	1,23	7,00	12,76	
3/3	Картофельное пюре	200	4,15	0,73	4,89	0,68	29,43	176,78	20,94	
36/59	Тефтели из говядины с рисом в соусе томатном (вариант 1)	100	9,75	8,78	16,51	10,18	11,62	232,61	40,51	
2	Хлеб пшеничный	38	2,51	0,00	0,25	0,25	17,82	85,08	2,13	
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,26	
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			17,09	9,51	21,76	11,23	67,58	531,58	82,60	
Обед с 12 и старше (112,60)										
24/1	Салат из зеленого горошка с луком (вариант 1)	100	2,47	0,00	5,30	5,30	10,56	91,36	19,98	
17/1	Суп картофельный с рыбными консервами	250	7,90	0,00	5,78	4,42	29,56	198,67	21,69	
4/90	Плов из мяса кур (филе)	220	17,30	13,72	15,41	3,85	42,16	375,31	67,52	
2	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	1,10	
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,16	
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15	
Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'			30,41	13,72	26,88	13,96	105,94	771,88	112,60	



МЕНЮ НА 5.10.2023г.



Составлено

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	120	1,61	1,41	3,05	0,00	6,58	59,01	9,14
2	Хлеб пшеничный	41,3	2,73	0,00	0,27	0,27	19,37	92,47	2,31
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			4,44	1,41	3,34	0,30	31,89	174,58	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	2,41	2,12	4,57	0,00	9,87	88,52	13,71
8/5	Запеканка из творога (вариант 1)	100	15,94	14,94	8,47	0,96	15,02	201,64	42,83
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0,00	16,65	95,22	8,28
2	Хлеб пшеничный	45,5	3,01	0,00	0,30	0,30	21,34	101,87	2,55
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			23,62	19,21	15,92	1,28	68,83	510,35	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (жидкая)	180	2,31	2,12	4,51	0,00	9,04	84,44	13,40
10	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	10,91
2	Хлеб пшеничный	38,4	2,54	0,00	0,25	0,25	18,01	85,98	2,15
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	27,00
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	180	3,48	2,61	3,13	0,68	9,35	75,89	12,67
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			9,01	4,81	15,74	1,53	53,93	385,39	66,13
Второй прием пищи ОВЗ									
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
11/3	Печенье	25	6,00	0,00	2,88	0,00	11,58	97,12	4,02
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			6,10	0,00	2,90	0,02	17,52	120,21	5,17
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	3,35	2,94	6,35	0,00	13,71	122,94	19,05
16/1	Вафли в ассортименте	35	11,20	0,00	10,50	0,00	21,35	220,43	7,58
4/13	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32	2,95	0,00	0,00	36,43	7,19
2	Хлеб пшеничный	60,4	3,99	0,00	0,40	0,40	28,33	135,24	3,38
36/10	Какао с молоком	200	3,64	2,90	3,34	0,60	24,10	134,77	15,40
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			24,50	8,16	23,54	1,00	87,49	649,80	52,60
Завтрак с 12 и старше (82,60)									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	2,68	2,35	5,08	0,00	10,97	98,35	15,24
8/5	Запеканка из творога (вариант 1)	100	15,94	14,94	8,47	0,96	15,02	201,64	42,83
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0,00	16,65	95,22	8,28
2	Хлеб пшеничный	27,6	1,82	0,00	0,18	0,18	12,94	61,80	1,54
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
20	Пирожное "Русский бисквит" ин/уп (30гр)	30	1,50	0,00	1,35	0,00	90,00	360,15	13,56
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			24,20	19,45	17,66	1,16	151,53	840,25	82,60
Обед с 12 и старше (112,60)									
48/1	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	100	1,42	0,00	6,11	6,11	10,61	100,92	12,37
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,87	0,00	5,47	5,47	22,81	159,42	7,57
40/2	Гренки (сухарики)	30	2,57	0,00	0,29	0,32	15,36	75,60	2,02
46/3	Макаронные изделия отварные	200	7,07	0,04	3,97	0,88	45,48	245,25	10,53
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	100	12,30	11,98	11,74	0,03	2,44	164,40	60,39
3	Хлеб ржаной	40,8	2,69	0,00	0,49	0,49	17,01	78,90	2,37

29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,26
17	Кекс "Мини-Мафин" ин/уп	33	1,49	0,00	6,60	0,00	18,48	135,56	11,09
Итого за "Обед с 12 и старше (112,60)'			33,69	12,02	34,73	13,38	139,69	990,17	112,60

КШП ИП Ковалев И.Н.

Ковалев
Игорь
6 октября 2023 г.

МЕНЮ НА 6.10.2023г.

Согласовано

Директор школы №1
Документов

Полу

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)									
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	100	1,49	1,47	3,02	0,00	4,28	49,06	9,21
2	Хлеб пшеничный	40,1	2,65	0,00	0,26	0,26	18,81	89,78	2,24
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			4,24	1,47	3,31	0,29	29,03	161,94	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	60	0,61	0,00	3,61	3,61	7,02	60,07	8,53
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,30	0,03	2,98	0,66	34,11	183,94	7,90
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	90	13,36	12,14	11,20	1,47	8,37	187,90	47,29
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	1,98
2	Хлеб пшеничный	29,8	1,97	0,00	0,20	0,20	13,98	66,72	1,67
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			21,63	12,17	18,60	5,98	70,58	532,96	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	100	1,02	0,00	6,01	6,01	11,70	100,12	14,22
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,60	2,36	6,49	0,80	39,02	248,97	17,49
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	10,56
2	Хлеб пшеничный	35,2	2,33	0,00	0,23	0,23	16,51	78,81	1,97
16/10	Компот из сухофруктов и шиповника (вариант 4)	200	1,19	0,00	0,13	0,13	24,68	93,45	7,62
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			18,22	7,44	17,47	7,18	92,19	584,13	51,86
Второй прием пищи ОВЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,28
20/2	Булочка с маком (40 гр.)	40	3,17	0,00	3,91	0,00	20,51	129,42	8,16
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			4,17	0,00	4,11	0,00	41,11	215,90	19,44
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	250	10,75	2,95	8,12	1,00	48,77	311,21	21,86
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	10,56
10	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	10,91
2	Хлеб пшеничный	53,8	3,56	0,00	0,35	0,35	25,23	120,46	3,01
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,26
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			19,76	8,11	20,39	1,43	81,90	590,62	52,60
Завтрак с 12 и старше (82,60)									
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	100	1,02	0,00	6,01	6,01	11,70	100,12	14,22
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	9,47
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,85	13,48	12,44	1,63	9,30	208,78	52,54
601	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	2,97
2	Хлеб пшеничный	40,1	2,65	0,00	0,26	0,26	18,81	89,78	2,25
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,15
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			25,41	13,52	23,21	8,76	88,42	659,36	82,60
Обед с 12 и старше (112,60)									
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	60	0,98	0,00	3,61	3,61	6,00	58,15	10,40
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,00	5,42	5,41	18,77	131,17	17,58
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,40	0,62	26,49	159,10	18,85

16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант1)	100	15,00	13,25	12,92	3,92	10,72	218,90	54,76
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	1,98
2	Хлеб пшеничный	28,7	1,90	0,00	0,19	0,19	13,46	64,26	1,61
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,16
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,26
Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'			25,97	13,91	27,44	14,07	92,42	711,60	112,60