



Согласовано

Директор школы № 53

**МЕНЮ НА 11.12.2023г.**

№	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)									
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	120	3,19	1,41	3,05	0,19	17,68	110,01	9,51
2	Хлеб пшеничный	34,1	2,25	0,00	0,22	0,22	15,99	76,35	1,91
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			5,54	1,41	3,30	0,44	39,62	209,45	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	80	1,26	0,00	4,78	4,78	7,37	74,04	7,84
4/90	Плов из филе кур (вариант 2)	210	14,33	10,32	13,27	4,57	47,36	364,97	57,98
2	Хлеб пшеничный	27,1	1,79	0,00	0,18	0,18	12,71	60,68	1,52
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			17,48	10,32	18,24	9,55	73,39	522,78	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	1,58	0,00	5,97	5,97	9,22	92,55	9,80
4/90	Плов из филе кур (вариант 2)	170	11,60	8,35	10,74	3,70	38,34	295,45	46,93
2	Хлеб пшеничный	49	3,24	0,00	0,32	0,32	22,98	109,71	2,74
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			16,52	8,35	17,06	10,02	76,48	520,80	60,65
Второй прием пищи ОВЗ									
648	Кисель из концентрата	200	0,07	0,00	0,00	0,00	4,54	17,53	4,22
11/3	Печенье а ассортименте	40	5,60	0,00	5,40	0,00	36,68	215,42	6,43
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			5,67	0,00	5,40	0,00	41,22	232,95	10,65
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	19,81
3/13	Горячий бутерброд с сыром (80гр)	80	7,64	3,49	11,99	1,49	27,97	250,51	30,19
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	1,18
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			16,05	6,43	18,54	2,08	82,66	559,65	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	9,80
4/90	Плов из филе кур (вариант 2)	240	16,38	11,79	15,16	5,22	54,13	417,11	66,26
2	Хлеб пшеничный	49,2	3,25	0,00	0,32	0,32	23,07	110,16	2,76
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,00	0,02	0,02	5,06	20,53	3,78
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			21,33	11,79	21,48	11,54	91,49	640,34	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	20,45
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,21	0,00	2,45	2,45	23,60	127,39	8,84
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,94	0,05	6,33	2,07	41,44	243,94	12,44
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 1)	100	15,00	13,25	12,92	3,92	10,72	218,90	54,83
593	Соус томатный	20	0,22	0,01	0,84	0,01	1,35	13,77	2,31
2	Хлеб пшеничный	26,4	1,75	0,00	0,17	0,17	12,38	59,11	1,48
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	11,09
Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'			32,21	13,31	30,98	9,15	127,44	897,57	112,60



МЕНЮ НА 13.12.2023г.

Согласовано

Директор школы № 53

Для документов

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	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	9,92
2	Хлеб пшеничный	26,7	1,77	0,00	0,18	0,18	12,52	59,78	1,50
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			5,69	1,42	4,64	1,54	35,96	206,24	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
18/1	Огурец соленый (подгарнировка)	30	0,24	0,00	0,03	0,03	0,74	4,20	7,29
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,59	16,38
36/59	Тефтели из говядины с рисом в соусе томатном (вариант1)	90	8,78	7,90	14,86	9,16	10,45	209,35	36,53
2	Хлеб пшеничный	31	2,05	0,00	0,20	0,20	14,54	69,41	1,74
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,58
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			14,46	8,45	18,83	9,98	55,29	445,65	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
18/1	Огурец соленый (подгарнировка)	50	0,39	0,00	0,05	0,05	1,23	7,00	12,15
3/3	Картофельное пюре	200	4,15	0,73	4,89	0,68	29,43	176,78	21,85
36/59	Тефтели из говядины с рисом в соусе томатном (вариант1)	60	5,85	5,27	9,90	6,11	6,97	139,56	24,35
2	Хлеб пшеничный	38,4	2,54	0,00	0,25	0,25	18,01	85,98	2,15
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			13,03	6,00	15,12	7,12	61,58	432,42	61,68
Второй прием пищи ОВЗ									
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,29	69,02	4,80
11/3	Печенье а ассортименте	30	4,20	0,00	4,05	0,00	27,51	161,57	4,82
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			5,22	0,00	4,11	0,06	45,80	230,58	9,62
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	20,66
3/13	Горячий бутерброд с сыром (70гр)	70	6,51	3,49	11,59	1,08	20,38	212,16	28,51
2	Хлеб пшеничный	40,2	2,66	0,00	0,26	0,26	18,85	90,01	2,25
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			17,24	6,44	21,14	4,16	81,62	582,27	52,60
Завтрак с 12 и старше (82,60)									
18/1	Огурец соленый (подгарнировка)	45	0,35	0,00	0,04	0,04	1,10	6,30	10,94
3/3	Картофельное пюре	200	4,15	0,73	4,89	0,68	29,43	176,78	21,85
36/59	Тефтели из говядины с рисом в соусе томатном (вариант1)	100	9,75	8,78	16,51	10,18	11,62	232,61	40,59
2	Хлеб пшеничный	47,2	3,12	0,00	0,31	0,31	22,14	105,68	2,64
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,58
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			17,66	9,51	21,82	11,29	71,77	551,47	82,60
Обед с 12 и старше (112,60)									
4/1	Салат из зеленого горошка с луком (вариант 1)	100	2,47	0,00	5,30	5,30	10,56	91,36	20,05
7/1	Суп картофельный с рыбными консервами	250	7,90	0,00	5,78	4,42	29,56	198,67	23,35
9/0	Плов из мяса кур (филе)	200	15,73	12,47	14,01	3,50	38,33	341,19	64,87
	Хлеб пшеничный	35,6	2,35	0,00	0,23	0,23	16,70	79,71	1,99
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,16
7/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'			29,87	12,47	25,58	13,71	109,43	772,69	112,60

д с 12 и старше

0.05

12.83

763.70

112.60

763,70 112,60



Согласовано
Директор школы № 93



МЕНЮ НА 15.12.2023г.

№	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	9,25
2	Хлеб пшеничный	38,7	2,56	0,00	0,25	0,25	18,15	86,65	2,17
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			4,15	1,47	3,30	0,28	28,37	158,81	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	6,94
46/3	Макаронные изделия отварные	160	5,66	0,03	3,17	0,71	36,38	196,20	8,42
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	11,88	10,79	9,95	1,30	7,44	167,03	45,46
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	1,99
2	Хлеб пшеничный	31,4	2,08	0,00	0,21	0,21	14,73	70,30	1,76
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,95
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			20,72	10,82	17,58	5,89	73,98	534,31	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	80	0,82	0,00	4,81	4,81	9,36	80,09	9,25
46/3	Макаронные изделия отварные	200	7,07	0,04	3,97	0,88	45,48	245,25	10,53
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	8,91	8,09	7,46	0,98	5,58	125,27	34,09
601	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	2,99
2	Хлеб пшеничный	38,7	2,56	0,00	0,25	0,25	18,15	86,65	2,17
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			19,88	8,13	17,42	6,98	86,25	577,21	60,21
Второй прием пищи ОВЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,09
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,09
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	260	11,18	3,07	8,44	1,04	50,72	323,66	24,76
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	14,85
10	Масло сливочное	8	0,06	0,06	5,80	0,00	0,10	52,85	8,73
2	Хлеб пшеничный	55	3,64	0,00	0,36	0,36	25,80	123,15	3,08
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			20,06	8,21	19,23	1,43	82,84	585,54	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	11,57
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	90	13,36	12,14	11,20	1,47	8,37	187,90	51,14
601	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	2,99
2	Хлеб пшеничный	62,2	4,11	0,00	0,41	0,41	29,17	139,27	3,48
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,95
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			25,50	12,17	22,13	8,76	99,16	694,34	82,60
Обед с 12 и старше (112,60)									
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	80	1,31	0,00	4,81	4,81	8,00	77,53	13,59
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,00	5,42	5,41	18,77	131,17	17,35
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,40	0,62	26,49	159,10	19,66
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 1)	100	15,00	13,25	12,92	3,92	10,72	218,90	54,83
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	1,99
2	Хлеб пшеничный	50,7	3,35	0,00	0,33	0,33	23,78	113,52	2,84



МЕНЮ НА 12.12.2023г.

Согласовано

Директор школы № 53

Для документов

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭН, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак 12,60 (8,00+4,60)									
11/4	Каша пшенная (жидкая) молочная с маслом сливочным	120	3,49	1,42	3,85	0,66	16,99	115,64	10,03
2	Хлеб пшеничный	24,9	1,65	0,00	0,16	0,16	11,68	55,75	1,39
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			5,24	1,42	4,04	0,85	34,61	194,49	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
11/4	Каша пшенная (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	30	2,16	2,16	2,55	0,00	16,65	95,22	8,03
2	Хлеб пшеничный	31,7	2,10	0,00	0,21	0,21	14,87	70,98	1,78
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
13	Яблоко	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	23,04
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			13,02	3,97	12,74	3,20	101,57	563,55	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
11/4	Каша пшенная (жидкая) молочная с маслом сливочным	180	5,24	2,12	5,77	0,99	25,48	173,47	15,05
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	5,35
2	Хлеб пшеничный	34,8	2,30	0,00	0,23	0,23	16,32	77,92	1,95
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			12,74	3,60	12,23	2,74	83,16	489,77	45,48
Второй прием пищи ОВЗ									
648	Кисель из концентрата	200	0,07	0,00	0,00	0,00	4,54	17,53	4,22
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	21,60
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			0,67	0,00	0,60	0,60	21,94	90,55	25,82
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
11/4	Каша пшенная (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	14,85
4/13	Сыр (порциями)	11	2,55	2,55	3,25	0,00	0,00	40,07	9,62
2	Хлеб пшеничный	58,5	3,87	0,00	0,38	0,38	27,44	130,98	3,28
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,95
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			18,99	10,58	16,29	1,81	70,36	504,24	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	11,57
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	9,47
491	Чахохбили из курицы.	100	10,20	9,61	9,86	0,09	8,18	159,08	57,28
2	Хлеб пшеничный	55,4	3,66	0,00	0,36	0,36	25,98	124,04	3,10
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			21,34	9,64	19,83	7,29	92,73	627,06	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	16,98
4/2	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,18	0,00	5,47	5,27	17,26	121,45	14,93
788/7	Вареники с вареной картошкой	230	9,45	0,05	22,65	0,00	3,91	256,48	44,80
2	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,76	89,56	2,24
3	Хлеб ржаной	44,7	2,95	0,00	0,54	0,54	18,64	86,44	2,59
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,58
13	Яблоко	170	0,68	0,00	0,68	0,68	19,72	82,76	24,48

КШП И.И. Ковалев И.Н.

14 декабря 2023 года

Ковалев

Игорь

Николаевич

МЕНЮ НА 14.12.2023г.

Согласовано

Директор школы № 55

Для документов

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Энергетическая ценность, 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	9,30
2	Хлеб пшеничный	37,9	2,51	0,00	0,25	0,25	17,78	84,86	2,12
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак 12,60 (8,00+4,60)'			4,21	1,41	3,32	0,27	30,30	166,97	12,60
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	190	2,54	2,23	4,83	0,00	10,42	93,43	14,72
8/5	Запеканка из творога (вариант 1)	100	15,94	14,94	8,47	0,96	15,02	201,64	42,11
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0,00	16,65	95,22	8,03
2	Хлеб пшеничный	44,3	2,93	0,00	0,29	0,29	20,78	99,19	2,48
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			23,67	19,33	16,16	1,27	68,81	512,58	68,52
Завтрак 71,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (жидкая)	200	2,57	2,35	5,01	0,00	10,05	93,82	15,09
8/5	Запеканка из творога (вариант 1)	100	15,94	14,94	8,47	0,96	15,02	201,64	42,11
-	Молоко сгущенное	25	1,80	1,80	2,13	0,00	13,88	79,35	6,69
2	Хлеб пшеничный	36	2,38	0,00	0,24	0,24	16,88	80,60	2,02
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			22,79	19,09	15,87	1,22	61,77	478,51	67,09
Второй прием пищи ОВЗ									
648	Кисель из концентрата	200	0,07	0,00	0,00	0,00	4,54	17,53	4,21
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			0,07	0,00	0,00	0,00	4,54	17,53	4,21
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	19,37
11/3	Печенье а ассортименте	35	4,90	0,00	4,73	0,00	32,10	188,50	5,63
4/13	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32	2,95	0,00	0,00	36,43	8,75
2	Хлеб пшеничный	61,7	4,08	0,00	0,41	0,41	28,94	138,15	3,45
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)'			18,29	8,16	17,77	1,01	98,84	620,78	52,60
Завтрак с 12 и старше (82,60)									
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,53	0,00	5,96	5,96	9,32	92,69	9,80
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,77	0,00	2,30	2,30	45,96	227,88	6,55
424	Мясо тушеное из свинины (вариант 1)	100	11,34	10,73	37,71	12,72	4,85	401,26	56,58
2	Хлеб пшеничный	55,1	3,64	0,00	0,36	0,36	25,84	123,37	3,09
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	6,58
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (82,60)'			25,56	10,73	46,41	21,41	93,46	875,31	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	11,96
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,87	0,00	5,47	5,47	22,81	159,42	7,86
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	65,39
3	Хлеб ржаной	44,3	2,92	0,00	0,53	0,53	18,47	85,67	2,57
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,18
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)'			33,73	12,02	34,73	13,38	139,60	989,93	112,60

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	1,18
Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'			27,56	13,91	28,74	15,37	103,19	773,23	112,60