



«Согласовано»  
Директор

*А. А. Леонтьев*

"08" ноября 2021г.

«Утверждаю»

Генеральный директор

МКП «Городской комбинат

школьного питания»

*Шахова А. М.*  
Шахова А. М.

Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 3</b>							
<b>День 1</b>							
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776
	Бутерброд с сыром	20/33	7,115	6,23	16,83	155,3	868
	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	165	6,82	14,5	35,1	298,9	527
	Какао-напиток(какао порошок, молоко, сахар)	200	2,36	2,23	16,8	96,7	986
	Молоко в п/у	1/200	5,8	6,4	9,4	120	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>658</b>	<b>26,795</b>	<b>33,4</b>	<b>78,38</b>	<b>727,4</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776
	Бутерброд с сыром	20/33	7,115	6,23	16,83	155,3	868
	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	200	8,27	17,63	42,63	362	527
	Какао-напиток(какао порошок, молоко, сахар)	200	2,36	2,23	16,8	96,79	986
	Молоко в п/у	1/200	5,8	6,4	9,4	120	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>693</b>	<b>28,245</b>	<b>36,53</b>	<b>85,91</b>	<b>790,59</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	15/250	6,43	8,45	16,21	166	167/998

<b>Обед</b>	Хлебцы рыбные с соусом белым 60/30 (горбуша хлеб пш., молоко 3,2%, яйцо соль йод.,маслораств.)	90	11,3	6,8	5,2	127,6	1034
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	3,06	4,43	20,04	132	371
	Компот из сухофруктов с вит С(смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200	0,57	0,09	24,09	99	611
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
	Мандарин св.	117	0,93	0,23	8,7	44,4	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>868</b>	<b>26,145</b>	<b>20,61</b>	<b>98,87</b>	<b>670,5</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Обед</b>	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковвь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	15/250	6,43	8,45	16,21	166	167/998
	Хлебцы рыбные с соусом белым 85/30 (горбуша хлеб пш., молоко 3,2%, яйцо соль йод.,маслораств.)	105	15,9	9,1	6,95	174,1	1034
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	3,6	5,3	24	159	371
	Компот из сухофруктов с вит С(смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб кислота)	200	0,57	0,09	24,09	99	611
	Хлеб пшеничный йодированный	34	2,55	0,34	17,3	85	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	-
	Мандарин св.	119	0,984	0,246	9,225	45,98	
<b>Итого за обед:</b>		<b>928</b>	<b>31,684</b>	<b>23,826</b>	<b>107,675</b>	<b>778,58</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка Настена (мукапшен., сахар-песок, яйца, дрожжи, масло сл., повидло)	75	5,1	5,4	41,7	237	338
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	0	0	24	91	-
<b>Итого за полдник:</b>		<b>275</b>	<b>5,1</b>	<b>5,4</b>	<b>65,7</b>	<b>328</b>	
<b>Итого за день 1. Возрастная категория: 7-11 лет</b>			<b>58,04</b>	<b>59,41</b>	<b>242,95</b>	<b>1725,9</b>	
<b>Итого за день 1. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>			<b>65,029</b>	<b>65,756</b>	<b>259,285</b>	<b>1897,17</b>	
<b>День 2</b>							

Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак		80/30	9,85	16,14	2,707	195,5	625/370
	Гречка отварная с пассерованными овощами(крупа гречн., лук репч., морковь, масло подсолн., соль йод.)	150	7,462	13,58	32,99	284,1	808
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
	Напиток Витошка (концентрат напитка, вода)	200	0	0	18,6	74	1014
	Яблоко	195	0,78	0,78	19,11	91,65	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>680</b>	<b>19,967</b>	<b>30,75</b>	<b>86,157</b>	<b>707,75</b>	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Колбаса отварная с соусом(колбаса Докторская, соус красн. осн.)	90/30	11	18	2,84	218,4	625/370
	Гречка отварная с пассерованными овощами(крупа гречн., лук репч., морковь, масло подсолн., соль йод.)	180	8,95	16,34	39,55	340,9	808
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
	Напиток Витошка (концентрат напитка, вода)	200	0	0	18,6	74	1014
	Яблоко	183	0,732	0,732	17,9	86,01	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>708</b>	<b>22,557</b>	<b>35,322</b>	<b>91,674</b>	<b>781,81</b>	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	60	0,96	0,24	8,58	41,4	1007
	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	20/250	2,42	6,5	21,02	152,8	1000
	Биточки особые с соусом красным основным (говядина, свинина, молоко, сухари панир., масло раст., соус красный осн.) 80/30	110	12,8	16,5	13,1	252,4	1035
	изделия, масло сл.)	150	4,4	3,93	25,33	187	307
	Чай с лимоном(чай, лимон, сахар-песок)	200/7	0,22	0,05	13,7	56	432
	Хлеб пшеничный йодированный	34	2,55	0,34	17,34	85	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	
<b>Итого за обед:</b>		<b>856</b>	<b>25</b>	<b>27,86</b>	<b>108,97</b>	<b>824,1</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	100	1,6	0,4	14,3	69	1007
	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	20/250	3,02	8,19	26,28	191	1000
	Биточки особые с соусом красным основным (говядина, свинина, молоко, сухари панир., масло раст., соус красный осн.) 80/30	110	12,8	16,5	13,1	252,4	1035
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180	6,3	4,7	39,2	225	307
	Чай с лимоном(чай, лимон, сахар-песок)	200/7	0,22	0,05	13,7	56	432
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	65	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>918</b>	<b>27,54</b>	<b>30,4</b>	<b>129,74</b>	<b>907,9</b>	
Полдник	Рогалик сахарный(мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	75	5,58	17,4	42,02	347	385
	Чай с медом(чай, мед)	200/20	0,3	0,04	14,6	60	977
<b>Итого за полдник:</b>		<b>295</b>	<b>5,88</b>	<b>17,44</b>	<b>56,62</b>	<b>407</b>	
<b>Итого за день 2. Возрастная категория: 7-11 лет</b>			<b>50,847</b>	<b>76,05</b>	<b>251,747</b>	<b>1938,85</b>	
<b>Итого за день 2. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>			<b>55,977</b>	<b>83,162</b>	<b>278,034</b>	<b>2096,71</b>	
<b>День 3</b>							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Биточки паровые с соусом (говядина, хлеб пшен., соль йодир., сухари панир., соус красный основной)	80/30	12,12	11,55	9,01	188,5	774/370
	Рис отварной(крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	3,1	4,1	31,5	176	552
	Кисель детский «Витошка»(кисель из концентрата)	200	0	0	24	95	902
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,31	15,81	77,5	-
		125	1	0,25	9,375	47,5	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>615</b>	<b>18,52</b>	<b>16,21</b>	<b>89,695</b>	<b>584,5</b>	

		85/30	12,12	11,55	9,01	188,5	774/370
		180	4,3	5,7	43,7	243,8	552
		200	0	0	24	95	902

--	--	--	--	--	--	--	--

		130	1,04	0,26	9,75	49,4	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>655</b>	<b>20</b>	<b>18,23</b>	<b>111,41</b>	<b>654,2</b>	
<b>Обед</b>		20/250	7,3	9,3	8,2	147,1	197/998
		90	9,4	10,6	10,3	175	29
		150	8,2	5,3	35,9	224,6	632
		180	0,23	1,06	17,8	82	904
		22	1,65	0,22	11,2	55	-
		20	1,98	0,36	11,88	39	-
		148	0,5	0,5	14,5	69,5	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>880</b>	<b>29,26</b>	<b>27,34</b>	<b>109,78</b>	<b>792,2</b>	
<b>Обед</b>		20/250	7,3	9,3	8,2	147,1	197/998
		110	12,46	13,87	13,14	227	29
		180	9,8	6,4	43	269,6	632
		180	0,23	1,06	17,8	82	904
		26	1,95	0,26	13,2	65	-
		20	1,98	0,36	11,88	39	-
		171	0,68	0,68	16,7	80,3	-

<b>Итого за обед:</b>		<b>957</b>	<b>34,4</b>	<b>31,93</b>	<b>123,92</b>	<b>910</b>	
<b>Полдник</b>		75	8,91	8,02	29,36	225	60
		200	0,13	0,015	22,2	89,6	691
		<b>275</b>	<b>9,04</b>	<b>8,035</b>	<b>51,56</b>	<b>314,6</b>	
<b>Завтрак</b>		80/5	13,95	12,42	5,382	189,2	256
		150	3,06	4,43	20,04	132	371
		200	0,57	0,09	24,09	99	611
		39	1,875	0,25	12,75	62,5	-
		120	0,96	0,24	9	45,6	
		<b>594</b>	<b>20,415</b>	<b>17,43</b>	<b>71,262</b>	<b>528,3</b>	
<b>Завтрак</b>		80/7	13,99	16,05	5,44	202,2	256
		180	3,676	5,321	24,05	158,83	371
		200	0,57	0,09	24,09	99	611
		40	3	0,4	20,4	100	-
		120	0,96	0,24	9	45,6	
		<b>627</b>	<b>22,196</b>	<b>22,101</b>	<b>82,98</b>	<b>605,63</b>	



		20/250	7,8	8,92	2,49	121,5	694/998
<b>Обед</b>		90	11,51	12,45	2,58	168,4	550
		150	4,32	4,07	29,55	172	585
		200	0,05	0,02	9,1	37	663
		25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
		25	1,65	0,3	9,9	49,5	-
		174	0,6	0,6	17	81,7	-
		<b>934</b>	<b>27,805</b>	<b>26,61</b>	<b>83,37</b>	<b>692,6</b>	
		20/250	7,8	8,92	2,49	121,5	694/998
<b>Обед</b>		110	15,78	17,11	3,33	230,5	550
		180	5,18	4,89	35,4	206,6	585
		200	0,05	0,02	9,1	37	663
		25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
		25	1,65	0,3	9,9	49,5	-
		165	0,66	0,66	16,17	77,5	-
		<b>975</b>	<b>32,995</b>	<b>32,15</b>	<b>89,14</b>	<b>785,1</b>	
		75	5,2	7,3	49,1	284	414

--	--	--	--	--	--	--	--

		<b>295</b>	<b>5,5</b>	<b>7,38</b>	<b>61,9</b>	<b>337,3</b>	
Завтрак		80/5	11,3	12,2	6,04	179,8	1027
		150	5,3	3,9	32,7	187,5	307
		200	0,38	0,13	18,2	75,6	667
		46	3,44	0,46	23,46	115	-
		187	0,74	0,74	18,3	87,8	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>668</b>	<b>21,16</b>	<b>17,43</b>	<b>98,7</b>	<b>645,7</b>	
Завтрак		80/10	11,3	15,8	6,1	212,8	1027
		180	6,3	4,7	39,2	225	307
		200	3,44	0,13	18,2	75,6	667
		46	3,44	0,46	23,46	115	-
		192	0,76	0,76	18,81	90,2	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>708</b>	<b>25,24</b>	<b>21,85</b>	<b>105,77</b>	<b>718,6</b>	
		40	1,24	0,08	2,6	16	984
		15/250	6,1	7,9	12,7	147,1	165/998
		90	8,33	13,48	7,76	185,7	225

	150	3,65	5,42	35,97	207,3	297
	200	0	0	24	95	902

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за обед:</b>		<b>914</b>	<b>23,795</b>	<b>27,67</b>	<b>114,6</b>	<b>808,32</b>	
		40	1,24	0,08	2,6	16	984
		15/250	6,1	7,94	12,74	147,1	165/998
		120	14,06	15,49	12,19	244,5	225
		180	4,38	6,5	43,08	248	297
		200	0	0	24	95	902



--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за обед:</b>		<b>981</b>	<b>30,838</b>	<b>30,88</b>	<b>130,28</b>	<b>926,84</b>	
<b>Полдник</b>		75	8,46	11,7	28,4	253	328
		200	0,05	0,02	9,1	37	663

--	--	--	--	--	--	--	--	--

		150/7	4,27	7,47	29,6	202	898
		30/10/28	9,14	16,38	14,4	245	1017
		200	1,74	1,76	16,67	89	987
		1/200	5,8	6,4	9,4	120	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>665</b>	<b>25,65</b>	<b>36,05</b>	<b>70,32</b>	<b>712,5</b>	
<b>Завтрак</b>		1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776
		200/10	5,69	9,5	39,4	267	898
		30/10/28	9,14	16,38	14,4	245	1017
		200	1,74	1,76	16,67	89	987
		1/200	5,8	6,4	9,4	120	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>718</b>	<b>27,07</b>	<b>38,08</b>	<b>80,12</b>	<b>777,5</b>	
<b>Обед</b>		15/250	5,95	7,95	8,3	128	197/998
		90	12,43	14,54	10,49	222	251a
		150	3,06	4,43	20	132	371
		200/20	0,3	0,08	12,8	53,3	621
		25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
		20	1,98	0,36	11,88	39	
		154	0,61	0,61	15	72	-
		<b>924</b>	<b>26,205</b>	<b>28,22</b>	<b>91,22</b>	<b>708,8</b>	

		15/250	5,95	7,95	8,3	128	197/998
		100/5	13,85	19,7	11,7	280	251a
		180	3,68	5,32	24	158	371

--	--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

		1/200	0	0	24	91	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>1222</b>	<b>29,21</b>	<b>34,45</b>	<b>126,81</b>	<b>930,8</b>	
<b>Полдник</b>		75	5,74	5,8	41,17	240	327
		1/200	0	0	24	91	-
			<b>11,54</b>	<b>12,2</b>	<b>50,57</b>	<b>360</b>	
			<b>63,395</b>	<b>76,47</b>	<b>212,11</b>	<b>1781,3</b>	



		65/30	9,95	11,4	10,05	183	207
		150	8,2	5,3	35,9	224,6	632
		200	0,57	0,07	24	99	611
		25	1,875	0,25	12,75	62,5	-

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за завтрак:</b>		<b>672</b>	<b>23,625</b>	<b>18,03</b>	<b>125,12</b>	<b>762,1</b>	
		65/30	9,95	11,4	10,05	183	207
		180	9,85	6,42	43,09	269	632
		200	0,57	0,07	24	99	611



--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за завтрак:</b>		<b>720</b>	<b>25,545</b>	<b>19,24</b>	<b>136,09</b>	<b>824,5</b>	
		15/250	3,71	8	9,99	127	1005
		100	13,82	16,47	7,63	234	209
		150	4,4	3,93	25,33	187	307

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за обед:</b>		<b>932</b>	<b>26,675</b>	<b>29,56</b>	<b>98,58</b>	<b>783,5</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
		15/250	3,71	8	9,99	127	1005
		120	17,7	20,86	9,3	294	209
		200	6,3	4,7	39,2	225	307



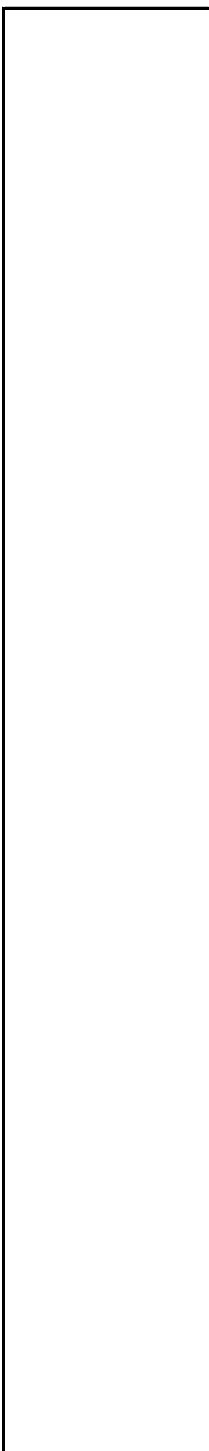
--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за обед:</b>		<b>1011</b>	<b>32,135</b>	<b>34,67</b>	<b>112,54</b>	<b>894</b>	
<b>Полдник</b>		75	4,3	8,6	34,6	234	511
		200	0,14	0,04	0,03	1,33	-
		1/200	0	0	24	91	-



--	--	--	--	--	--

<b>Завтрак</b>	Каша молочная пшенная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	180/10	7,3	11	36	274	515
	Запеканка из творога со сгущ молоком(творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир.,, молоко сгущ)	145/38	31,4	13,3	42,7	417	342
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,55	1,45	2,17	28	603
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>598</b>	<b>42,125</b>	<b>26</b>	<b>93,62</b>	<b>781,5</b>	
	Каша молочная пшенная с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	200/10	8,21	11,51	40,11	296,7	515
	Запеканка из творога со сгущ молоком(творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сухари панир.,, молоко сгущ)	150/44	32,8	14,2	46,8	447	342

--	--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за завтрак:</b>		<b>630</b>	<b>44,435</b>	<b>27,41</b>	<b>101,83</b>	<b>836,7</b>	
<b>Обед</b>		15/250	6,9	5,97	19,07	157	983/998
		90	11,55	13,3	3,03	178	550
		150	4,32	4,07	29,55	172	585
		200	0,38	0,13	18,2	75,6	667
		25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
		20	1,98	0,36	11,88	39	-
		114	0,91	0,22	8,55	43	
<b>Итого за обед:</b>		<b>864</b>	<b>27,915</b>	<b>24,3</b>	<b>103,03</b>	<b>727,1</b>	
<b>Обед</b>		15/250	6,9	5,97	19,07	157	983/998
		110	15,7	15,4	3,3	215	550
		180	5,76	5,43	39,41	229	585
		200	0,38	0,13	18,2	75,6	667
		25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
		20	1,98	0,36	11,88	39	-
		110	0,88	0,22	8,2	41	
<b>Итого за обед:</b>		<b>910</b>	<b>33,475</b>	<b>27,76</b>	<b>112,81</b>	<b>819,1</b>	
<b>Полдник</b>		75	8,46	11,7	28,4	253	328
		200/20	0,3	0,08	12,8	53,3	621
		<b>295</b>	<b>8,76</b>	<b>11,78</b>	<b>41,2</b>	<b>306,3</b>	

<b>Завтрак</b>		65	9,71	9,2	5,51	144	252
		150	3,06	4,43	20,04	132	371
		200/20	0,3	0,08	12,8	53,3	621
		25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
		170	0,68	0,51	17,6	80	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>610</b>	<b>15,625</b>	<b>14,47</b>	<b>68,7</b>	<b>471,8</b>	
		65	9,71	9,2	5,51	144	252
		180	3,68	5,32	24	158	371
		200/20	0,3	0,08	12,8	53,3	621

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за завтрак:</b>		<b>676</b>	<b>17,37</b>	<b>15,51</b>	<b>80,41</b>	<b>535,3</b>	
<b>Обед</b>		60	1,86	0,12	3,9	24	984
		15/250	6,1	7,9	12,7	147,1	165/998
		47/150	17,4	26,7	39,5	468	523
		200	0,05	0,02	9,1	37	663
		28	2,1	0,28	14,28	70	-
		20	1,98	0,36	11,88	39	-
		<b>770</b>	<b>29,49</b>	<b>35,38</b>	<b>91,36</b>	<b>785,1</b>	
<b>Обед</b>		100	3,1	0,2	6,5	40	984
		15/250	6,1	7,9	12,7	147,1	165/998
		50/160	18,5	28,5	42,1	499	523
		200	0,05	0,02	9,1	37	663
		33	2,48	0,33	16,8	82,5	-
		25	1,65	0,3	9,9	49,5	-
		<b>833</b>	<b>31,88</b>	<b>37,25</b>	<b>97,1</b>	<b>855,1</b>	
<b>Полдник</b>		75	4,9	7,6	39,7	247	325
		200/4	0,05	0,02	9,1	56	432
		<b>279</b>	<b>4,95</b>	<b>7,62</b>	<b>48,8</b>	<b>303</b>	

		70	13,58	15,36	5,84	215	209
		150	5,3	3,9	32,7	187,5	307
		200	0,29	0,12	21,3	87,8	645

--	--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за завтрак</b>		<b>568</b>	<b>22,025</b>	<b>19,87</b>	<b>81,79</b>	<b>598,8</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
		70/5	13,6	18,9	5,91	249	209
		180	6,3	4,7	39,2	225	307
		200	0,29	0,12	21,3	87,8	645

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за завтрак</b>		<b>607</b>	<b>23,075</b>	<b>24,22</b>	<b>88,68</b>	<b>672,3</b>	
		20/250	10,6	9,45	17,7	198	157/998
		90	9,41	13,9	8,3	196	264
		150	8,2	5,3	35,9	224,6	632
		200	0,02	0	29,1	116	437

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--



<b>Итого за обед:</b>		<b>870</b>	<b>33,005</b>	<b>29,49</b>	<b>124,25</b>	<b>879,1</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
		20/250	10,6	9,45	17,7	198	157/998
		125	12,95	20,2	11,66	281	264
		180	9,85	6,42	43,09	269	632
		200	0,02	0	29,1	116	437

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого за обед:</b>		<b>950</b>	<b>37,953</b>	<b>36,87</b>	<b>133,65</b>	<b>1023</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка «Жучок с повидлом» (мука, дрожжи, сахар-песок, яйцо, м.слив., повидло)	75	4,9	5,4	43,7	243	344
	Молоко питьевое	200	5,8	6,4	9,4	120	997
		<b>275</b>	<b>10,7</b>	<b>11,8</b>	<b>53,1</b>	<b>363</b>	
			<b>23,5907</b>	<b>22,964</b>	<b>86,3744</b>	<b>652,035</b>	
			<b>27,5295</b>	<b>27,704</b>	<b>102,403</b>	<b>767,132</b>	
			<b>7,442</b>	<b>10,2015</b>	<b>52,558</b>	<b>333,553</b>	
			<b>25,5733</b>	<b>25,8493</b>	<b>96,4874</b>	<b>719,713</b>	
			<b>32,211</b>	<b>32,0186</b>	<b>116,3665</b>	<b>883,042</b>	
			<b>7,442</b>	<b>10,2015</b>	<b>52,558</b>	<b>333,553</b>	

























































































































