

Утверждаю:
 Директор ООО "Домашняя кухня"
 Фефилов А.Г.
 01.03.2025 г



Примерное меню

День: первый Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	PP		НЭ	
576Т	Огурец соленый (паренка)	100	0,75	0,10	2,28	13,26	111,00	124,08	20,25	12,18	20,88	0,53	0,00	24,00	5,00	0,10	0,03	0,03	0,08	0,20	2,00
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,66	2,60	24,13	113,71	6,88	415,40	12,60	21,14	53,96	0,84	0,00	1212,00	252,25	1,39	0,09	0,05	0,99	1,80	6,45
164/1В	Котлета "Московская" (гов.свин)	110	16,26	18,75	19,26	338,40	127,60	251,88	10,36	24,42	137,21	1,41	0,00	0,00	0,00	3,25	0,22	0,11	2,52	3,32	0,06
106-13	Каша гречневая вязкая	180	5,76	5,83	30,24	175,50	680,44	1,48	7,52	0,39	2,63	0,06	17,56	13,17	19,76	0,04	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	27,38	219,44	241,48	159,68	201,80	8,39	380,40	2,28	380,40	5,76	0,08	0,22	4,09	2,56	2,56
ттк	Хлеб пшеничный	35	2,51	0,25	16,49	78,37	174,65	28,64	6,16	4,27	19,80	0,34	0,00	0,00	0,00	0,39	0,03	0,01	0,25	0,77	0,00
ттк	Хлеб ржаной	30	1,87	0,31	11,39	53,01	183,00	64,68	9,23	12,26	41,24	1,02	0,00	1,20	0,30	0,42	0,04	0,01	0,17	0,60	0,00
Итого		905	31,01	27,86	117,20	823,51	2310,95	1105,60	307,61	234,33	477,51	12,57	397,96	1252,65	657,71	11,35	0,48	0,44	8,09	9,26	11,07

День: второй Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	PP		НЭ	
116В	Салат "Заря"	100	2,85	10,08	8,32	130,48	44,20	204,25	29,82	17,02	57,32	1,12	18,00	42,57	39,10	4,57	0,05	0,08	0,28	1,02	3,72
129	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,75	6,28	19,25	142,86	170,86	465,34	23,83	26,01	76,19	0,99	8,65	1011,93	225,00	2,41	0,08	0,06	1,00	1,86	7,20
105В	Котлета куриная "Нежная"	100	15,73	9,60	12,30	205,52	83,15	244,59	23,13	62,18	144,23	1,24	13,68	5,34	23,88	3,03	0,05	0,09	4,85	0,44	0,63
97	Макаронные изделия отварные	180	6,56	4,74	42,16	236,92	2,83	69,85	11,87	8,77	49,33	0,89	15,12	15,12	28,36	1,01	0,07	0,02	0,61	1,84	0,00
629	чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,86	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,00	0,01	0,01	1,12
ттк	Хлеб пшеничный	26	1,86	0,18	12,26	58,22	129,74	21,28	4,58	3,17	14,70	0,25	0,00	0,00	0,00	0,29	0,02	0,01	0,19	0,57	0,00
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	122,00	43,12	6,16	8,18	27,49	0,68	0,00	0,80	0,20	0,28	0,03	0,01	0,11	0,40	0,00
Итого		876	31,24	31,14	115,94	864,75	553,70	1058,87	102,23	126,06	370,59	5,24	55,45	1076,31	316,67	11,59	0,30	0,28	7,06	6,13	12,66

День: третий Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамины В			ТЭ					
													В1	В2	PP	НЭ					
19	Салат из квашеной капусты с морковью	100	1,43	8,87	6,70	110,43	655,22	220,05	34,37	16,35	28,62	0,50	0,00	1920,00	400,00	4,55	0,02	0,02	0,38	0,63	8,80
151/1	Суп-лапша	250	2,45	3,95	24,94	140,38	3,63	59,05	9,04	8,14	26,25	0,43	0,00	1200,00	250,00	2,58	0,04	0,01	0,31	0,76	0,65
ттк	Картофель тушеный с фаршем (гов.свин)	300	22,03	18,20	41,48	415,31	53,81	1405,35	35,44	71,41	242,65	3,03	25,00	1491,75	316,81	3,28	0,37	0,21	4,04	6,08	15,51
253	Компот из кураги	200	0,98	0,05	21,64	81,78	3,50	302,46	28,42	18,27	25,40	0,58	0,00	560,00	116,60	1,10	0,01	0,03	0,48	0,78	0,32
ттк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	122,00	43,12	6,16	8,18	27,49	0,68	0,00	0,80	0,20	0,28	0,03	0,01	0,11	0,40	0,00
Итого		900	30,27	31,49	116,49	850,41	987,86	2054,58	118,70	126,00	367,38	5,50	25,00	5172,55	1083,61	12,12	0,49	0,29	5,55	9,32	25,28

День: четвертый Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамины В			ТЭ					
													В1	В2	PP	НЭ					
598В	Салат из овощей с морской капустой	100	5,00	6,25	12,38	171,17	186,22	285,80	10,46	13,24	33,90	0,54	0,00	11,96	2,32	4,48	0,04	0,04	0,54	0,98	4,74
39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,96	7,34	19,94	163,68	23,23	347,36	33,00	21,08	48,33	0,94	8,65	776,15	176,06	2,33	0,05	0,05	0,58	1,08	8,21
81	Фрикадельки "Пегушок" (хур)	100	15,61	12,14	13,86	143,91	126,44	230,76	33,58	59,51	136,10	1,03	18,72	18,24	34,92	0,19	0,06	0,08	4,64	0,42	0,12
106-13	Каша пшениная вязкая	180	4,98	5,81	41,23	225,82	684,79	93,18	19,02	35,00	97,76	1,21	17,56	21,07	21,07	0,18	0,16	0,02	0,60	2,03	0,00
133	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	27,38	219,44	241,48	159,68	201,80	8,39	380,40	2,28	380,40	5,76	0,08	0,22	4,09	2,56	0,00
ттк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
ттк	Хлеб ржаной	24	1,49	0,25	9,11	42,41	146,40	51,74	7,39	9,81	32,99	0,81	0,00	0,96	0,24	0,34	0,03	0,02	0,13	0,48	0,00
Итого		884	31,39	32,01	124,08	865,41	1344,16	1252,83	350,21	301,97	567,85	13,21	425,33	830,67	615,02	13,60	0,43	0,44	10,80	8,21	15,63

День: пятый Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита- мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР		НЭ	
34-13	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	100	1,40	5,96	9,08	90,13	223,56	224,94	34,30	19,44	38,26	1,24	0,00	8,30	2,00	2,74	0,02	0,04	0,14	0,40	1,96
63	Пшеницы шнд	250	4,73	5,04	22,66	160,94	595,54	613,44	26,01	28,24	83,40	1,30	25,00	1103,40	229,00	1,33	0,11	0,11	1,23	2,33	8,60
8В	Котлеты рыбные (минг)	120	17,69	10,42	25,61	240,29	128,93	358,10	65,19	47,90	206,31	0,96	10,37	4,99	18,22	4,77	0,10	0,12	1,13	4,56	0,33
92	Картофельные пюре	180	3,71	6,59	25,82	176,01	23,22	799,39	45,50	33,95	101,41	1,24	24,62	48,38	50,52	0,26	0,14	0,13	1,61	2,99	12,31
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
тпк	Печенье для детского питания	12,5	0,93	1,40	9,84	51,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
тпк	Хлеб пшеничный	40	2,85	0,28	18,85	89,57	199,60	32,73	7,04	4,87	22,63	0,39	0,00	0,00	0,00	0,44	0,03	0,01	0,29	0,88	0,00
Итого		903	31,48	29,73	121,08	844,22	1170,75	2028,86	178,31	134,39	452,01	5,15	60,00	1165,07	299,74	9,53	0,41	0,42	4,40	11,15	23,20

День: шестой Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита- мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР		НЭ	
29	Салат картофельный с соевым соусом	100	2,95	9,00	9,68	123,48	282,50	288,95	14,12	16,57	37,93	0,62	0,00	973,20	202,60	4,53	0,05	0,03	0,58	1,02	4,70
153	Суп с крупой	250	5,53	3,95	18,04	143,28	6,28	85,14	12,70	23,40	63,01	0,74	12,00	1216,00	273,25	0,20	0,09	0,03	0,44	1,35	0,65
191	Голубцы "Уралочка" с соусом (гов.свин)	130	11,49	13,55	10,16	207,15	49,42	340,20	49,60	24,51	108,03	1,13	17,69	37,77	52,43	1,55	0,13	0,11	1,63	2,49	12,28
97	Макаронные изделия отварные	180	6,56	4,74	42,16	236,92	2,83	69,85	11,87	8,77	49,33	0,89	15,12	15,12	28,36	1,01	0,07	0,02	0,61	1,84	0,00
29В	Напиток из черноплодной рябины	200	0,28	0,04	18,16	70,47	0,26	1,64	1,02	0,61	0,00	1,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,18	0,00	0,00	0,00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
тпк	Хлеб ржаной	23	1,43	0,24	8,73	40,64	140,30	49,59	7,08	9,40	31,62	0,78	0,00	0,92	0,23	0,32	0,03	0,01	0,13	0,46	0,00
Итого		913	30,38	31,73	121,07	889,12	631,29	859,92	101,67	86,91	306,90	5,56	44,81	2243,01	556,86	7,94	0,49	0,39	3,61	7,82	17,63

День: первый Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР		НЭ	
101В	Салат "Деревенский"	100	2,42	9,02	10,34	154,49	30,28	310,16	19,32	18,06	77,18	0,94	30,00	353,12	123,46	4,62	0,10	0,12	0,80	2,08	5,52
ттк	Суп полевой с курницей (кур.филе)	250	5,91	9,70	22,49	198,71	1177,60	436,25	25,18	35,40	91,48	1,21	0,00	13,20	2,48	4,55	0,11	0,05	1,69	1,94	6,40
204	Фрикадельки из птицы	100	13,31	6,96	10,19	164,03	134,30	211,45	8,99	60,56	123,91	1,23	0,00	0,00	0,00	0,25	0,06	0,05	4,78	0,59	0,00
106-13	Каша гречневая вязкая	180	5,76	5,83	30,24	175,50	680,44	1,48	7,52	2,63	0,06	0,06	17,56	13,17	19,76	0,04	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00
154	Компот из яблок	200	0,42	0,00	24,80	94,67	0,10	0,26	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ттк	Хлеб пшеничный	25	1,79	0,18	11,78	55,98	124,75	20,46	4,40	3,05	14,14	0,24	0,00	0,00	0,00	0,28	0,02	0,01	0,18	0,55	0,00
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	122,00	43,12	6,16	8,18	27,49	0,68	0,00	0,80	0,20	0,28	0,03	0,01	0,11	0,40	0,00
Итого		875	30,85	31,90	117,43	878,72	2269,47	1023,18	71,82	125,64	336,83	4,39	47,56	380,29	145,90	10,02	0,33	0,25	7,55	5,57	11,92

День: второй Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР		НЭ	
116В	Салат "Заря"	100	2,85	10,08	8,32	130,48	44,20	204,25	29,82	17,02	57,32	1,12	18,00	42,57	39,10	4,57	0,05	0,08	0,28	1,02	3,72
47	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	4,95	33,73	182,20	11,70	440,41	30,43	33,45	93,65	1,73	0,00	969,60	201,90	2,45	0,16	0,06	0,98	2,38	4,70
615В	Котлета "Волна" (гов.свин)	100	15,40	11,00	15,78	282,74	1991,98	225,64	28,45	22,85	134,84	1,33	10,05	3,21	17,43	2,91	0,18	0,11	2,05	2,89	0,48
87-13	Рагу из овощей	180	2,94	5,40	27,07	164,12	361,42	674,35	41,75	36,78	81,73	1,31	28,00	3172,86	615,16	0,34	0,12	0,10	1,44	2,28	14,50
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ттк	Хлеб пшеничный	35	2,51	0,25	16,49	78,37	174,65	28,64	6,16	4,27	19,80	0,34	0,00	0,00	0,00	0,39	0,03	0,01	0,25	0,77	0,00
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	122,00	43,12	6,16	8,18	27,49	0,68	0,00	0,80	0,20	0,28	0,03	0,01	0,11	0,40	0,00
Итого		885	30,19	31,94	118,18	909,14	2706,04	1616,68	143,02	122,55	414,82	6,52	56,05	4189,04	873,78	10,94	0,57	0,38	5,11	9,73	23,39

День: третий Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							Вита- мин С, мг
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР	НЭ		
184В	Салат "Минский"	100	1,67	9,07	11,80	134,16	142,40	304,92	13,47	13,52	34,50	0,53	0,00	8,00	1,50	4,48	0,05	0,03	0,58	1,03	6,20
56-08	Суп из овощей	250	2,56	5,15	14,48	108,69	755,25	351,48	37,53	20,23	53,43	0,71	8,65	963,08	214,86	2,30	0,08	0,06	0,83	1,48	8,66
157/1В	Биты "Нежные" (гов.кур)	110	15,64	11,43	18,04	245,03	60,67	230,07	9,85	39,64	121,56	0,98	0,00	0,00	0,00	3,34	0,04	0,07	3,71	0,25	0,47
97	Макаронные изделия отварные	180	6,56	4,74	42,16	236,92	2,83	69,85	11,87	8,77	49,33	0,89	15,12	15,12	28,36	1,01	0,07	0,02	0,61	1,84	0,00
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	27,38	219,44	241,48	159,68	201,80	8,39	380,40	2,28	380,40	5,76	0,08	0,22	4,09	2,56	2,56
тгк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	122,00	43,12	6,16	8,18	27,49	0,68	0,00	0,80	0,20	0,28	0,03	0,01	0,11	0,40	0,00
Итого		890	30,02	30,81	121,62	878,57	1260,23	1243,42	320,62	253,46	505,08	12,47	404,17	989,28	625,32	17,50	0,37	0,43	10,15	8,21	17,89

День: четвертый Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							Вита- мин С, мг
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР	НЭ		
95В	Салат "Мартовский"	100	2,87	10,98	11,38	152,05	22,68	130,28	15,26	15,54	61,28	0,74	22,50	205,60	80,30	4,74	0,06	0,08	0,48	1,48	3,90
44	Атыраи шыл	250	2,20	5,31	14,13	137,01	118,59	363,44	30,64	20,56	57,90	0,76	8,65	941,54	210,34	1,28	0,06	0,05	0,80	1,46	8,98
179В	Котлета "Донецкая" (кур)	100	15,69	11,00	12,26	217,47	73,19	293,43	13,96	56,79	132,20	1,26	15,00	7,71	26,55	2,74	0,06	0,09	4,40	0,74	1,85
106-13	Каша пшеничная вязкая	180	5,86	3,88	36,02	203,40	181,98	1,45	2,84	0,11	1,75	0,02	18,73	14,05	21,07	0,05	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00
253	Компот из кураги	200	0,98	0,05	21,64	81,78	3,50	302,46	28,42	18,27	25,40	0,58	0,00	560,00	116,60	1,10	0,01	0,03	0,48	0,78	0,32
тгк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
тгк	Хлеб ржаной	27	1,68	0,29	10,25	47,71	164,70	58,21	8,32	11,04	37,11	0,92	0,00	1,08	0,27	0,38	0,03	0,02	0,15	0,54	0,00
Итого		887	31,41	31,72	119,81	906,60	714,34	1173,81	104,72	125,96	332,61	4,58	64,88	1729,98	455,13	10,61	0,25	0,28	6,53	5,67	15,05

День: пятый Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ГЭ	В1	В2	PP		НЭ	
34-13	Салат из отварной свеклы с раст.маслом	100	1,40	5,96	9,08	90,13	223,36	224,94	34,30	19,44	38,26	1,24	0,00	8,30	2,00	2,74	0,02	0,04	0,14	0,40	1,96
41	Щи из свежей капусты	250	3,33	5,09	27,96	178,13	14,04	344,11	36,54	19,70	46,23	0,73	8,65	986,15	219,61	2,33	0,05	0,05	0,70	1,23	12,15
423/1	Тертая (гов.свин)	100	18,27	13,29	22,53	250,21	44,40	233,64	14,31	22,39	123,54	1,14	0,00	0,00	0,00	2,53	0,17	0,09	1,96	2,64	1,20
92	Картофельное пюре	180	3,71	6,59	25,82	176,01	23,22	799,39	45,50	33,95	101,41	1,24	24,62	48,38	50,52	0,26	0,14	0,13	1,61	2,99	12,31
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
тпк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	122,00	43,12	6,16	8,18	27,49	0,68	0,00	0,80	0,20	0,28	0,03	0,01	0,11	0,40	0,00
Итого		880	30,27	31,39	116,34	832,88	576,82	1670,02	142,36	107,30	353,90	5,34	33,27	1043,63	272,33	8,47	0,44	0,33	4,74	8,32	27,62

День: шестой Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 12-18 лет.

№ рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Вита-мин С, мг		
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ГЭ	В1	В2	PP		НЭ	
30	Винегрет овощной	100	1,80	6,85	8,32	116,39	316,80	241,90	22,57	16,12	35,92	0,67	0,00	968,17	201,68	4,53	0,03	0,03	0,40	0,75	5,18
151/1	Суп-лапша	250	2,45	3,95	24,94	140,38	3,63	59,05	9,04	8,14	26,25	0,43	0,00	1200,00	250,00	2,38	0,04	0,01	0,31	0,76	0,65
75/1	Котлета "Детская" (гов.свин)	100	15,05	11,81	12,51	220,11	115,76	233,19	19,63	21,51	143,69	1,55	30,00	9,60	52,00	3,10	0,18	0,16	1,99	3,29	0,40
468	Гороховое пюре	180	6,06	8,72	33,47	208,55	1,62	2,86	2,28	0,00	2,82	0,02	25,92	25,92	48,60	0,11	0,00	0,01	0,01	0,02	0,00
652	Напиток из шиповника	200	0,64	0,25	22,09	84,47	2,30	9,06	10,82	2,96	2,96	0,55	0,00	784,00	163,40	0,76	0,01	0,05	0,19	0,28	80,00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
тпк	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,38	53,01	183,00	64,68	9,24	12,27	41,24	1,02	0,00	1,20	0,30	0,42	0,04	0,02	0,17	0,60	0,00
Итого		890	30,00	32,11	126,84	890,08	772,81	635,28	78,85	64,65	269,84	4,53	55,92	2988,89	715,98	11,83	0,32	0,30	3,29	6,36	86,23