

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

День: первый Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 7-11 лет.

Согласовано:
 Директор МБОУ "Казасская СОШ"
 Кабанова Елена Анатольевна

Примерное меню

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г		ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг										Витамины, мг				Вита-мин С, мг
			всего	на 100 г	всего	на 100 г	всего	на 100 г		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР	НЭ		
576 Т	Огурец соленый (парезка)	60	0.45	0.06	1.37	7.96	666.60	74.45	12.15	7.31	12.53	0.32	0.00	14.40	3.00	0.06	0.02	0.02	0.02	0.05	0.12	1.20		
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.13	2.08	19.30	90.97	5.50	332.32	10.08	16.91	43.17	0.67	0.00	969.60	201.80	1.11	0.07	0.04	0.79	1.44	5.16			
164/1В	Котлета "Московская" (гов.свин)	90	12.93	15.40	15.76	262.33	104.40	206.08	8.48	19.98	112.26	1.15	0.00	0.00	0.00	2.66	0.18	0.09	2.06	2.72	0.05			
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	0.04	0.00	0.01	0.00	0.01	0.00	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	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	30	1.86	0.32	11.39	53.01	183.60	64.68	9.24	12.27	41.24	1.02	0.00	1.30	0.30	0.42	0.05	0.02	0.17	0.60	0.00			
Итого			25.48	23.91	105.61	708.20	1817.02	923.00	294.23	220.19	430.59	11.90	397.96	1000.65	605.26	10.38	0.41	0.40	7.37	8.11	8.97			

День: второй Неделя: первая
 Возрастная категория: дети 7-11 лет.

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г		ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг										Витамины, мг				Вита-мин С, мг
			всего	на 100 г	всего	на 100 г	всего	на 100 г		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР	НЭ		
116В	Салат "Заря"	60	1.71	6.05	4.99	78.29	26.52	122.55	17.89	10.21	34.39	0.67	10.80	25.54	23.46	2.74	0.03	0.05	0.17	0.61	2.23			
129	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	2.20	5.02	15.40	114.29	136.69	372.27	19.06	20.81	60.95	0.79	6.92	809.54	180.00	1.93	0.06	0.05	0.80	1.49	5.76			
105В	Котлета куриная "Нежная"	90	14.16	8.64	11.07	184.79	74.84	220.13	20.81	55.96	129.80	1.11	12.31	4.80	21.49	2.72	0.05	0.08	4.37	0.39	0.56			
97	Макаронные изделия отварные	150	5.47	3.95	35.13	197.43	2.36	58.21	9.89	7.31	41.11	0.74	12.60	23.63	0.84	0.06	0.02	0.51	1.53	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			26.88	24.10	100.51	723.97	493.07	848.00	81.25	106.37	309.78	4.32	42.63	853.84	248.92	8.81	0.25	0.22	6.16	5.00	9.67			

День: третий Неделя: первая
Возрастная категория: дети 7-11 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	PP		НЭ	
19	Салат из квашеной капусты с морковью	60	0,86	5,32	4,02	66,26	393,13	132,03	20,62	9,81	17,17	0,30	0,00	1152,00	240,00	2,73	0,01	0,01	0,23	0,38	5,28
151/4	Суп-лапша	200	1,88	3,72	19,95	112,30	2,90	47,24	7,23	6,51	21,00	0,34	0,00	960,00	200,00	2,06	0,03	0,01	0,25	0,61	0,52
ТТК	Картофель тушеный с фаршем (гов.свин)	250	16,11	17,00	34,57	346,09	44,84	1171,12	29,53	59,51	202,21	2,52	20,83	1243,12	264,01	2,73	0,31	0,18	3,37	5,07	12,92
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		760	23,21	26,51	101,91	708,95	716,07	1720,52	97,24	105,93	310,24	4,71	20,83	3915,92	820,81	9,23	0,41	0,25	4,66	7,90	19,04

День: четвертый Неделя: первая
Возрастная категория: дети 7-11 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	PP		НЭ	
598В	Салат из овощей с морской капустой	60	3,09	4,95	7,43	102,70	111,73	171,48	6,28	7,94	20,34	0,32	0,00	7,18	1,39	2,69	0,02	0,02	0,32	0,59	2,84
39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,57	5,87	15,95	130,94	18,58	277,89	26,40	16,86	38,66	0,75	6,92	620,92	140,85	1,86	0,04	0,04	0,46	0,86	6,57
81	Фрикадельки "Пегушок" (кур)	90	14,05	11,29	12,47	129,52	113,80	207,68	30,22	53,56	122,49	0,93	16,85	16,42	31,43	0,17	0,05	0,07	4,18	0,38	0,11
106-13	Каша пшеничная вязкая	150	4,15	4,84	34,36	188,18	570,66	77,65	15,85	29,17	81,47	1,01	14,63	17,56	17,56	0,15	0,13	0,02	0,50	1,69	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	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		754	26,70	27,42	106,88	712,18	1138,25	1030,43	332,90	280,67	514,72	12,50	418,80	665,32	571,87	11,30	0,37	0,40	9,90	7,22	12,08

День: пятый Неделя: первая
Возрастная категория: дети 7-11 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод. дв., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР	НЭ	Вита-мин С, мг	
34-13	Салат из отварной свеклы с раст.маслом	60	0,84	3,58	5,45	54,08	134,96	20,58	11,66	22,96	0,74	0,00	4,98	1,20	1,64	0,01	0,02	0,08	0,24	1,18	
63	Пшутные шныд	200	3,78	4,03	18,13	128,75	490,75	20,81	22,59	66,72	1,04	20,00	882,72	183,20	1,06	0,09	0,09	0,98	1,86	6,88	
8В	Котлеты рыбные (минг)	100	13,07	8,69	18,84	195,24	107,44	54,33	39,91	171,93	0,80	8,64	4,16	15,19	3,97	0,09	0,10	0,94	3,80	0,27	
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	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	
ТТК	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	
ТТК	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	0,44	0,03	0,01	0,29	0,88	0,00	
Итого		793	25,36	24,60	106,15	730,93	940,81	1756,51	148,52	112,98	385,64	4,24	53,27	940,24	250,11	7,38	0,36	0,36	3,91	9,77	20,64

День: шестой Неделя: первая
Возрастная категория: дети 7-11 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод. дв., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР	НЭ	Вита-мин С, мг	
29	Салат картофельный с соевым соусом	60	1,77	5,40	5,81	74,09	169,50	173,37	8,47	9,94	22,76	0,37	0,00	583,92	121,56	2,72	0,03	0,02	0,35	0,61	2,82
153	Суп с крупой	200	4,42	3,16	14,43	114,62	5,02	68,11	10,16	18,72	50,41	0,59	9,60	972,80	218,60	0,16	0,07	0,02	0,35	1,08	0,52
191	Голубцы "Уралочка" с соусом (гов.свин)	110	8,03	12,31	8,60	175,28	41,82	287,86	41,97	20,74	91,41	0,96	14,97	31,96	44,36	1,31	0,11	0,09	1,38	2,11	10,39
97	Макаронные изделия отварные	150	5,47	3,95	35,13	197,43	2,36	58,21	9,89	7,31	41,11	0,74	12,60	23,63	0,84	0,06	0,02	0,51	1,53	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	0,10	0,18	0,00	0,00	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	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00	
ТТК	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		773	23,54	25,31	105,00	739,71	508,96	663,33	83,87	70,37	254,28	4,84	37,17	1602,20	408,38	5,68	0,42	0,35	2,94	6,45	13,73

День: первый Неделя: вторая
Возрастная категория: дети 7-11 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	PP		НЭ	
101В	Салат "Деревенский"	60	1,45	6,61	6,20	92,69	18,17	186,10	11,59	10,84	46,31	0,56	18,00	211,87	74,08	2,77	0,06	0,07	0,48	1,25	3,31
тпк	Суп полевой с курицей (кур/филе)	200	4,73	7,76	17,99	158,97	942,08	349,00	20,14	28,32	73,18	0,97	0,00	10,56	1,98	3,64	0,09	0,04	1,35	1,55	5,12
204	Фрикадельки из птицы	90	11,98	6,26	9,17	147,65	120,87	190,31	8,09	54,51	111,52	1,10	0,00	0,00	0,00	0,23	0,06	0,05	4,30	0,53	0,00
106-13	Каша гречневая вязкая	150	4,80	4,86	25,20	146,25	567,03	1,23	6,27	2,19	0,05	14,63	10,98	16,47	0,03	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00
154	Компот из изюма	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
тпк	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	0,28	0,02	0,01	0,18	0,55	0,00	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		745	26,41	25,88	102,73	731,53	1895,00	790,47	56,91	105,22	274,83	3,64	32,63	234,21	92,72	7,23	0,26	0,19	6,42	4,29	8,43

День: второй Неделя: вторая
Возрастная категория: дети 7-11 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	PP		НЭ	
116В	Салат "Заря"	60	1,71	6,05	4,99	78,29	26,52	122,55	17,89	10,21	34,39	0,67	10,80	25,54	23,46	2,74	0,03	0,05	0,17	0,61	2,23
47	Суп картофельный с бобовыми	200	4,06	3,96	26,98	145,76	9,36	352,33	24,34	26,76	74,92	1,38	0,00	775,68	161,52	1,96	0,13	0,05	0,78	1,90	3,76
615В	Котлета "Волна" (гов.свин)	90	12,69	10,39	14,20	254,47	1792,78	203,07	25,61	20,57	121,35	1,19	9,05	2,89	15,68	2,62	0,16	0,10	1,85	2,60	0,43
87-13	Рагу из овощей	150	2,45	4,50	22,56	136,77	301,18	561,96	34,79	30,65	68,11	1,09	23,33	2644,05	512,63	0,28	0,10	0,08	1,20	1,90	12,08
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	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	0,39	0,03	0,01	0,25	0,77	0,00	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		755	24,84	25,40	102,02	764,88	2426,59	1311,94	115,21	100,64	346,06	5,38	43,18	3448,96	713,49	8,27	0,48	0,31	4,36	8,18	18,50

День: третий Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 7-11 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод-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	PP		НЭ	
184В	Салат "Минский"	60	1.00	5.44	7.08	80.49	85.44	182.95	8.08	7.99	20.70	0.32	0.00	4.80	0.90	2.69	0.03	0.02	0.35	0.62	3.72
56-08	Суп из овощей	200	1.65	4.92	11.58	86.95	604.20	281.18	26.02	16.18	42.74	0.57	6.92	770.46	171.89	1.84	0.06	0.05	0.66	1.18	6.93
157/В	Битки "Нежные" (гов.кур)	90	12.25	9.35	14.76	200.48	49.64	188.24	8.06	32.43	99.46	0.80	0.00	0.00	0.00	2.73	0.03	0.06	3.04	0.20	0.38
97	Макаронные изделия отварные	150	5.47	3.95	35.13	197.43	2.36	58.21	9.89	7.31	41.11	0.74	12.60	23.63	0.84	0.06	0.02	0.51	1.53	0.00	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	0.33	0.02	0.01	0.22	0.66	0.00	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		750	23.96	24.09	103.70	719.13	1040.72	997.69	304.97	235.42	450.27	11.79	399.92	790.94	577.02	14.47	0.31	0.39	8.98	7.15	13.59

День: четвертый Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 7-11 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод-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	PP		НЭ	
95В	Салат "Мартовский"	60	1.72	6.59	6.83	91.23	13.61	78.17	9.16	9.32	36.77	0.44	13.50	123.36	48.18	2.84	0.04	0.05	0.29	0.89	2.34
44	Атырчи пыл	200	1.76	4.25	11.30	109.61	94.87	290.75	24.51	16.45	46.32	0.61	6.92	753.23	168.27	1.02	0.05	0.04	0.64	1.17	7.18
179В	Котлета "Донская" (кур)	90	13.12	9.91	11.03	195.72	65.87	264.08	12.57	51.11	118.98	1.14	13.50	6.94	23.90	2.46	0.06	0.08	3.96	0.66	1.67
106-13	Каша пшеничная вязкая	150	4.88	3.23	30.02	169.50	151.65	1.21	2.37	0.09	1.46	0.02	15.61	11.71	17.56	0.04	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	0.33	0.02	0.01	0.22	0.66	0.00	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		757	26.28	24.53	105.21	762.73	643.90	1019.43	90.62	109.93	283.01	4.00	49.53	1456.32	374.78	8.18	0.20	0.23	5.74	4.71	11.51

День: пятый Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 7-11 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Витамин 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	60	0,84	3,58	54,08	54,08	134,96	20,58	11,66	22,96	0,74	0,00	4,98	1,20	1,64	0,01	0,02	0,08	0,24	1,18
41	Щи из свежей капусты	200	2,62	4,87	142,50	142,50	275,29	29,23	15,76	36,98	0,58	6,92	788,92	175,69	1,86	0,04	0,04	0,56	0,98	9,72
423/1	Тертая (гов.свин)	90	15,74	12,86	225,19	225,19	210,28	12,88	20,15	111,19	1,03	0,00	0,00	0,00	2,28	0,15	0,08	1,76	2,38	1,08
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,49	21,52	146,68	37,92	28,29	84,51	1,03	20,52	40,32	42,10	0,22	0,12	0,11	1,34	2,49	10,26	
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	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
ТТК	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	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	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		750	25,85	27,26	100,56	706,84	1354,62	112,31	87,69	300,09	4,38	27,44	835,02	219,19	6,61	0,38	0,27	4,08	7,15	22,24

День: шестой Неделя: вторая
 Возрастная категория: дети 7-11 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг						Витамины, мг						Витамин С, мг	
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	Витамин В	РЭ	ТЭ	В1	В2	РР		НЭ
30	Винегрет овощной	60	0,78	4,99	69,83	69,83	145,14	13,54	9,67	21,55	0,40	0,00	580,90	121,01	2,72	0,02	0,02	0,24	0,45	3,11
151/1	Суп-лапша	200	1,88	3,72	112,30	112,30	47,24	7,23	6,51	21,00	0,34	0,00	960,00	200,00	2,06	0,03	0,01	0,25	0,61	0,52
75/1	Котлета "Детская" (гов.свин)	90	13,55	10,90	198,10	198,10	209,87	17,66	19,36	129,32	1,40	27,00	8,64	46,80	2,79	0,16	0,15	1,79	2,96	0,36
468	Герковое пюре	150	5,05	7,20	27,89	173,79	1,35	2,38	0,00	2,35	0,02	21,60	40,50	0,09	0,00	0,01	0,01	0,02	0,00	
652	Напиток из пшенички	200	0,64	0,25	84,47	84,47	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
ТТК	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00	
ТТК	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,38	53,01	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		760	25,90	27,59	111,70	758,69	502,92	65,67	54,42	235,39	4,02	48,60	2356,34	572,01	9,17	0,28	0,27	2,87	5,58	83,99