

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Кальшкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

22 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,01	0,8	0,2	7,5	35
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	37,19	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	12,20	5,82	3,88	32,74	187,2
324	Свекла тушеная	60	5,10	1,01	0,73	6,3	35,81
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
382	Какао с молоком	200	15,56	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	670	88,66	25,69	20,43	108,56	718,4
	Обед						
	Кондитерское изделие 1 шт	30	15,01	3	17,5	26,5	275
70	Помидор соленый	60	3,70	0,72	0,12	3,48	18
88	Щи из свежей капусты	200	9,40	1,45	3,39	6,82	66,08
279/331	Тефтели из говядины 60/40	100	31,45	8,2	9,92	10,35	159,85
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	18,40	7,72	3,96	43,28	239,59
349	Компот из сухофруктов	200	7,10	0,08	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	800	88,66	25,43	35,49	145,95	1004,54
	Всего:	1470		51,12	55,92	254,51	1722,94

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7


Кальшкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

21 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
386	Йогурт в инд. упаковке	125	27,50	4,25	3,13	6,88	72,63
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	27,88	6,1	11,3	33,5	260
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	7,83	0,08	7,25	0,13	66,1
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	19,50	0,4	0	12,6	52
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	690	88,66	13,21	21,92	82,87	581,05
	Обед						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,01	0,8	0,2	7,5	35
70	Огурец соленый	60	3,45	0,48	0,12	1,92	10,8
112	Суп гороховый	200	9,03	4,12	4	14,49	110,23
290	Курица, тушенная в соусе 50/50	100	35,94	13,5	17,1	3,8	223
309	Макаронные изделия отварные	150	12,20	5,28	3,88	32,74	187,2
342	Компот из яблок	200	9,43	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	870	88,66	28,74	25,9	112,53	799,89
	Всего:	1560		41,95	47,82	195,4	1380,94

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7



Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

20 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	17,90	0,8	0,2	7,5	35
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	28,40	9,6	16,8	46,3	341,6
15	Сыр российский порционно	20	16,65	4,64	5,9	0	71,66
389	Сок фруктовый	200	22,11	1	0	24,4	101,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого:	590	88,66	20,3	23,5	102,98	671,42
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	3,40	1,01	0,73	6,3	35,81
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9,42	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	34,58	9,95	12,45	17,32	186,95
305	Рис припущенный	150	18,50	3,66	3,63	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
389	Сок фруктовый	150	19,16	1	0	24,4	101,6
	Итого обед	720	88,66	22,04	19,97	123,64	727,79
	Всего:	1310		42,34	43,47	226,62	1399,21

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7


Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

19 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	15,01	4,64	5,9	0	71,66
73	Кабачковая икра	60	8,75	0	4,2	4,2	54
210	Омлет натуральный	159	37,65	15,55	16,94	2,78	240
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	19,50	0,4	0,6	12,6	52
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	614	88,66	24,95	28,24	59,36	599,22
	Обед						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,01	0,4	0	12,6	52
70	Огурец соленый	60	3,45	0,48	0,12	1,92	10,8
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,40	1,78	3,28	12,4	93,2
234/331	Котлеты из минтая с соусом томатным 60/40	100	30,20	9,48	8,28	9,24	225
312	Пюре картофельное	150	18,60	3,26	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	0,09	0,02	15,03	60,7
342	Компот из яблок	200	9,40	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	870	88,66	17,77	16,3	108,68	736,01
	Всего:	1484		42,72	44,54	168,04	1335,23

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7


Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

18 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	55	17,30	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с яблочным соусом 150/20	170	48,60	12,3	9,2	42,6	396,6
389	Сок фруктовый	150	19,16	1	0	24,4	101,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	435	88,66	20,56	27,3	118,28	894,76
	Обед						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,01	0,8	0,2	7,5	35
70	Помидор соленый	60	3,65	0,72	0,12	3,48	18
96	Рассольник ленинградский	200	11,30	1,74	3,83	12,3	90,27
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	39,80	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	8,20	5,28	3,88	32,74	187,2
349	Компот из сухофруктов	200	7,10	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	870	88,66	23,22	20,45	122,04	764,52
	Всего:	1305		43,78	47,75	240,32	1659,28

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7


Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

22 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
294/331	Котлеты куриные с соусом 80/40	120	31,00	13,2	15,16	13,25	241,59
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	6,34	4,66	39,29	224,64
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,68	1,22	10,5	59,68
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
382	Какао с молоком	200	13,50	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	660	61,00	29,24	24,84	114,56	798,27
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,20	1,2	0,2	5,8	30
88	Щи из свежей капусты	250	8,20	1,81	4,24	8,53	82,6
279/332	Тефтели из говядины 80/40	120	30,06	10,75	12,63	13,05	204,01
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	10,32	9,26	4,75	51,94	287,51
349	Компот из сухофруктов	200	6,02	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	910	61,00	27,66	22,42	134,84	850,14
	Всего:	1570		56,90	47,26	249,40	1648,41

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

21 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	22,75	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	19,25	5,9	8,5	14,2	157
338	Фрукты свежие сезонные калиброванное 1шт	100	16,00	0,4	0	12,6	52
377	Чай с сахаром	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	575	61,00	12,5	19,8	75,3	529
	Обед						
70	Огурец соленый	100	4,00	0,8	0,2	3,2	18
112	Суп гороховый	250	5,20	5,15	5	18,13	137,79
290	Курица, тушенная в соусе 80/80	160	32,60	21,6	27,36	6,08	356,8
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	6,34	4,66	39,29	224,64
344	Компот из яблок	200	6,20	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	950	61,00	38,45	37,82	118,78	970,89
	Всего:	1525		50,95	57,62	194,08	1499,89

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Музин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

20 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с сахаром и маслом сливочным 200/10/10	220	22,60	5,72	8,98	40,43	265,32
15	Сыр российский порционно	20	16,20	4,64	5,9	0	71,66
389	Сок фруктовый	200	19,00	1	0	24,4	101,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	24,4	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого:	500	61,00	15,62	15,48	99,25	560,14
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,68	1,22	10,5	59,68
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,20	2,7	3,2	18,9	114,84
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 80/40	120	31,90	13,08	16	22,35	240,15
305	Рис припущенный	180	14,20	4,39	4,36	42,86	228
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого обед	925	61,00	26,21	25,38	134,39	824,23
	Всего:	1425		41,83	40,86	233,64	1384,37

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

18 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	55	12,30	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с соусом яблочным 200/20	220	42,50	16,39	12,26	55,63	524,05
1091	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	550	61,00	23,75	30,36	121,91	980,61
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,00	1,2	0,2	5,8	30
96	Рассольник ленинградский	250	9,80	2,18	4,79	15,38	112,84
294/331	Котлеты рубленые из курицы 80/40	120	29,60	13,2	15,16	13,25	241,59
309	Макаронные изделия отварные	180	10,20	6,34	4,66	39,29	224,64
349	Компот из сухофруктов	200	5,20	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	910	61,00	27,56	25,41	129,24	855,09
	Всего:	1460		51,31	55,77	251,15	1835,7

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7


Кальшкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ
19 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
73	Кабачковая икра	30	5,64	0	7	7	90
210	Омлет натуральный 159	159	33,16	15,55	16,94	2,78	240
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
338	Фрукты свежие сезонные калиброванное 1шт	100	16,00	0,4	0	12,6	52
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	564	61,00	20,31	24,54	62,16	563,56
	Обед						
70	Огурец соленый	100	4,00	0,8	0,2	3,2	18
101	Суп картофельный с пшеном	250	5,50	2,23	4,1	15,5	116,5
234/331	Котлеты из минтая с соусом 80/40	120	28,30	12,45	10,44	11,57	290,88
312	Пюре картофельное	180	12,00	3,91	5,1	24,2	157,16
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	8,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	910	61,00	23,95	20,44	106,55	816,2
	Всего:	1474		44,26	44,98	168,71	1379,76

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7

Кальшкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

22 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
294/331	Котлеты рубленные из курицы с соусом сметанным 60/40	100	42,00	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	12,20	5,28	3,88	32,74	187,2
324	Свекла тушеная	60	5,40	1,01	0,73	6,3	35,81
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
382	Какао с молоком	200	18,40	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	570	82,00	24,35	20,23	101,06	683,4
	Обед						
70	Помидор соленый	60	8,20	0,72	0,12	3,48	18
88	Щи из свежей капусты	200	10,20	1,45	3,39	6,82	66,08
279/331	Тефтели из говядины 60/40	100	34,10	8,2	9,92	10,35	159,85
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	18,40	7,72	3,96	43,28	239,59
349	Компот из сухофруктов	200	7,10	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	770	82,00	22,73	17,99	119,45	729,54
	Всего:	1340		47,08	38,22	220,51	1412,94

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7


Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Тимурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

21 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	32,95	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	25,40	5,9	8,5	14,2	157
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	19,50	0,4	0	12,6	52
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	575	82,00	12,5	19,8	75,3	529
Обед							
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
112	Суп гороховый	200	10,20	4,12	4	14,49	110,23
290	Курица, тушенная в соусе 50/50	100	37,40	13,5	17,1	3,8	223
309	Макаронные изделия отварные	150	12,20	5,28	3,88	32,74	187,2
344	Компот из яблок	200	10,40	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	770	82,00	27,94	25,7	105,03	764,89
	Всего:	1345		40,44	45,5	180,33	1293,89

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7

Кальшкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



Меню для питания детей 1-4 классов

20 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с сахаром маслом сливочным 200/10/10	220	35,70	5,72	8,98	40,43	265,32
15	Сыр российский порционно	20	18,65	4,64	5,9	0	71,66
389	Сок фруктовый	200	23,65	1	0	24,4	101,6
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого:	500	82,00	15,62	15,48	89,61	560,14
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	5,30	1,01	0,73	6,3	35,81
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9,42	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	40,63	9,95	12,45	17,32	186,95
305	Рис припущенный	150	18,50	3,66	3,63	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого обед	785	82,00	21,14	19,97	114,24	686,19
	Всего:	1285		36,76	35,45	203,85	1246,33

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Музин Д.Т.



Меню для питания детей 1-4 классов

19 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
73	Кабачковая икра	60	10,60	0,00	4,2	4,2	54
210	Омлет натуральный	159	43,75	15,55	16,94	2,78	240
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	19,50	0,4	0	12,6	52
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	594	82,00	20,31	21,74	59,36	527,56
	Обед						
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
101	Суп картофельный с пшеном	200	9,20	1,78	3,28	12,4	93,2
234/331	Котлеты из минтая с соусом томатным 60/40	100	32,20	9,48	8,28	9,24	225
312	Пюре картофельное	150	18,60	3,26	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	10,20	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	82,00	19,56	16,52	95,81	693,63
	Всего:	1364		39,87	38,26	155,17	1221,19

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Кальшкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



Меню для питания детей 1-4 классов

18 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	55	17,30	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с яблочным соусом 150/20	170	56,55	12,3	9,2	42,6	396,6
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	500	82,00	19,66	27,3	108,88	853,16
	Обед						
70	Помидор соленый	60	8,20	0,72	0,12	3,48	18
96	Рассольник ленинградский	200	11,30	1,74	3,83	12,3	90,27
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	43,20	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	8,20	5,28	3,88	32,74	187,2
349	Компот из сухофруктов	200	7,10	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	770	82,00	22,42	20,25	114,54	729,52
	Всего:	1270		42,08	47,55	223,42	1582,68