

Согласовано

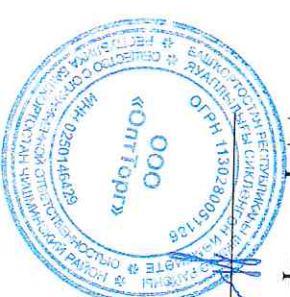
Директор \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор ООО «ОптТорг»

Набиуллин Р.Р.



## **Примерное 2-х недельное меню**

**Для обучающихся в I смену (завтрак, обед)**

**с 5 по 11 классы, в том числе**

**для детей категории ММС, ОВЗ, ДИ**

**на осенне-зимний период**

**Примерное 2-х недельное меню**

**Для обучающихся в I смену (завтрак, обед)**

**с 5 по 11 классы, в том числе**

**для детей категории ММС, ОВЗ, ДИ  
на осенне-зимний период**

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ  
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД  
(2-х недельное)**

Сезон: **Осень-зима**  
Категория: **Учащиеся 12-18 лет**  
Диета:

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15			
ШКО0007	Завтрак Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	1,12	8,16	4,8	97	0,03	23,12	322,16	29,92	25,04	14,88	0,72			
ШКО0058	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,2	8,12	46,1	299	0,28	0,04	36,6	19	240	160	5,4			
ШКО0126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,7			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04			
ШКО0001	Сыр твердых сортов в нарезке	12	2,8	3,52		42	0,01		31,2	105,6	60	4	0,16			
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>20,72</b>	<b>23</b>	<b>85,6</b>	<b>633</b>	<b>0,38</b>	<b>23,2</b>	<b>390,26</b>	<b>339,02</b>	<b>602,24</b>	<b>182,68</b>	<b>7,02</b>			
ШКО0031	Обед Борщ с капустой и картофелем	250	1,63	4,55	10,95	91	0,04	8,5	161,18	34	43,25	21,25	0,94			
0000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8	0,09	1,01	379,9	26,88	269,92	61,6	3,14			
ШКО0107	Плов из отварной говядины	280	21,39	21,62	53,98	496	0,01	2,5	4,08	13	10	9	0,2			
ШКО0137	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	0,06	0,04		180	270		0,04			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04								
ШКО0038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8			
	<b>Всего Обед</b>		<b>33,31</b>	<b>31,55</b>	<b>120,68</b>	<b>901</b>	<b>0,23</b>	<b>12,05</b>	<b>545,16</b>	<b>289,44</b>	<b>673,17</b>	<b>91,85</b>	<b>7,12</b>			
	<b>Всего в день</b>		<b>54,03</b>	<b>54,55</b>	<b>206,28</b>	<b>1534</b>	<b>0,61</b>	<b>35,25</b>	<b>935,42</b>	<b>628,46</b>	<b>1275,41</b>	<b>274,53</b>	<b>14,14</b>			

**1-ая Неделя/Понедельник**

1-ая неделя / Вторник

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8											
0000149	Завтрак																	
ШЖ00151	Яблоко запеченное с сахаром	70	0,7	4,2	21	39	0,01	2,72			17,5							
ШЖ00127	Каша пшеничная молочная жидкая	230	11,65	12,44	23	250	0,2	0,61	0,38	148,58	424,32	10,18	1,01					
0000065	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3		6,7	28		1,16	0,38	6,9	8,5	51,67	1,38					
0000156	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03		150	225	4,6	0,8					
ШЖ00001	Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28		110,88	103,31	13,05	0,03					
	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26	88	50	3,33	0,13					
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>23,13</b>	<b>22,28</b>	<b>77,83</b>	<b>518</b>	<b>0,3</b>	<b>4,8</b>	<b>26,76</b>	<b>521,86</b>	<b>811,13</b>	<b>82,83</b>	<b>3,44</b>					
	Обед																	
0000100	Суп картофельный с лапшой домашней (ПФ)	250	2,83	11,67	48,33	127	0,08	0,03	0,02	15,8	38,33	24	2,17					
ШЖ00065	Картофельное пюре	180	3,69	7,29	25,2	175	0,14	12,24	38,52	46,8	100,8	34,2	1,26					
ШЖ50515	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13	8,7	10,2	161	0,09	0,27		18,47	100,53	43,35	451,9					
0000044	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61		0,46		0,27	35,71					
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04					
ШЖ00038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8					
	<b>Всего Обед</b>		<b>31,01</b>	<b>32,27</b>	<b>131,87</b>	<b>780</b>	<b>0,46</b>	<b>13,2</b>	<b>38,54</b>	<b>297,09</b>	<b>589,66</b>	<b>101,82</b>	<b>493,88</b>					
	<b>Всего в День</b>		<b>54,14</b>	<b>54,55</b>	<b>209,7</b>	<b>1298</b>	<b>0,76</b>	<b>18</b>	<b>65,3</b>	<b>818,95</b>	<b>1400,79</b>	<b>184,65</b>	<b>497,32</b>					

1-ая неделя/Среда

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А		Са	Р	Мг	Fe						
1	2 Завтрак	3	4	5	6	7	8												
ШК00156	Макаронны отварные	200	4,96	6,3	43,7	269	0,08					14	53	10	1				
ШКТКУР1	Голень куриная запеченная в соусе томатном	75/15	11,5	4,5	9,14	165	0,09	5,4	35,5	14	9,9	175,5	53	19,8	0,99				
ШК00126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	10,8	9,9	4,5	7,2	7,2	3,8	0,7				
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03	0,3	150		225			0,03				
ШК00002	Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,7	1,68	79			78,36	1,2		2,4							
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>22,11</b>	<b>22,17</b>	<b>84,52</b>	<b>680</b>	<b>0,22</b>	<b>5,47</b>	<b>124,96</b>	<b>179,6</b>	<b>463,1</b>	<b>33,6</b>	<b>2,72</b>						
ШК00160	Рыбный суп	250	7,38	15,38	31,25	203	0,15	8,34	281,25	19,8	86,74	34,08	314,59						
ШК00161	Рагу овощное с мясом	280	14,98	13,18	37,33	352	0,13	14,43	49,93	49,93	0,4	63,91	4,09						
Ш100015	Напиток из свежзамороженных плодов (яблоко/клубника)	200			17,6	67	1,4	1	65			0,01	1						
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04						
ШК00038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8						
	<b>Всего Обед</b>		<b>32,22</b>	<b>33,09</b>	<b>131,45</b>	<b>885</b>	<b>1,78</b>	<b>23,81</b>	<b>346,25</b>	<b>285,3</b>	<b>437,14</b>	<b>98</b>	<b>322,52</b>						
	<b>Всего в День</b>		<b>54,34</b>	<b>55,26</b>	<b>215,97</b>	<b>1565</b>	<b>2</b>	<b>29,28</b>	<b>471,21</b>	<b>464,9</b>	<b>900,24</b>	<b>131,6</b>	<b>325,24</b>						

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2 Завтрак	3	4	5	6	7	8		10	12	13	14	15	
ШКО0153	Рис припущенный	200	4,4	6,8	19,4	258	0,04		35,5	8	92	30	0,6	
0000182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01		20		16	8,2	
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200			40	130	0,23	0,2	3	24	55	18	67	
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03		150	225		0,03	
ШКО0001	Сыр твердых сортов в нарезке	12	2,8	3,52		42	0,01		31,2	105,6	60	4	0,16	
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>20,03</b>	<b>20,19</b>	<b>90,9</b>	<b>700</b>	<b>0,37</b>	<b>0,24</b>	<b>69,7</b>	<b>307,6</b>	<b>432</b>	<b>68</b>	<b>75,99</b>	
ШКО0026	Обед Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	5,93	7,8	17	161	0,08	6,93	134	26,25	64,25	24,5	0,89	
ШКО3816	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,8	5,16	152	0,05	0,95		27,54			1,03	
0000112	Картофель отварной с маслом	180	3,6	3,96	27	161	0,16	7,44		17,16	208,99	38,4	1,51	
Ш000011	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	3	0,5	44	28,69		18,27	0,61	
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04	
ШКО0038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8	
	<b>Всего Обед</b>		<b>29,15</b>	<b>27,14</b>	<b>121,93</b>	<b>847</b>	<b>3,38</b>	<b>15,85</b>	<b>178</b>	<b>315,2</b>	<b>623,24</b>	<b>81,17</b>	<b>6,88</b>	
	<b>Всего в День</b>		<b>49,19</b>	<b>47,33</b>	<b>212,83</b>	<b>1547</b>	<b>3,75</b>	<b>16,1</b>	<b>247,7</b>	<b>622,8</b>	<b>1055,24</b>	<b>149,17</b>	<b>82,87</b>	

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe				
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8										
ШКССТ22	Сырники (запеканка) из творога	100	10,3	9,2	26	198	0,06	0,43	5,3	144	198	21,5	0,58				
ШКЯП107	Ягоды протертые в ассортименте	40	0,2	0,12	12	52	0,04	10,4	0,92	1,2	1,24	1,55	1,96				
ШКО0159	Каша пшеничная молочная	160	5,97	6,72	29,23	193	0,11	0,43	11,73	107,4	127,52	29,02	1,46				
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03		150	225		0,03				
ШКО0126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,7				
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>22,01</b>	<b>18,71</b>	<b>97,23</b>	<b>610</b>	<b>0,25</b>	<b>11,33</b>	<b>18,25</b>	<b>407,1</b>	<b>558,96</b>	<b>55,87</b>	<b>4,73</b>				
	Обед																
0000160	Салат "Студенческий" (картофель, морковь, зел.гор)	80	1,12	3,76	2	46	0,01	0,61		5,17	13,66	3,81	0,19				
ШКО0030	Щи из свежей капусты	250	1,68	3,93	7,33	71	0,05	13,45	140,28	33,25	37,5	19	0,68				
0000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8											
ШКО0058	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,18	7,31	41,49	269	0,25		32,94	17,1	216	144	4,86				
ПФКПО40	Котлеты из говядины с подливом овощным	60/40	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01	4,08	20		16	8,2				
ШКО0137	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	0,01	2,5		13	10	9	0,2				
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04				
ШКО0038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8				
	<b>Всего Обед</b>		<b>29,77</b>	<b>27,58</b>	<b>114,56</b>	<b>830</b>	<b>0,45</b>	<b>16,61</b>	<b>177,3</b>	<b>304,08</b>	<b>627,16</b>	<b>191,81</b>	<b>16,97</b>				
	<b>Всего в День</b>		<b>51,78</b>	<b>46,28</b>	<b>211,79</b>	<b>1440</b>	<b>0,71</b>	<b>27,94</b>	<b>195,55</b>	<b>711,18</b>	<b>1186,12</b>	<b>247,68</b>	<b>21,7</b>				

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8		10	12	13	14	15			
	Завтрак															
ШКБГМ02	Болоньезе с куринным фаршем, том. пастой и овощами	60	9,78	7,2	5,58	76	0,01	71,4	73,2	86,4	19,2	15	21,6			
ШКО0163	Макаронны отварные	240	4,87	9,29	52,44	323	0,09		42,6	16,8	63,6	12	1,2			
ШКО0126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,7			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03		150	225		0,03			
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>20,18</b>	<b>19,16</b>	<b>88,02</b>	<b>566</b>	<b>0,16</b>	<b>71,47</b>	<b>116,1</b>	<b>257,7</b>	<b>315</b>	<b>30,8</b>	<b>23,53</b>			
	Обед															
ШКО0013	Винегрет с растительным маслом	80	0,96	7,2	5,36	90	0,02	3,01	97,2	16,16	28,56	12,88	0,56			
ШКО0150	Суп крестьянский с крупой (ПШЕНО)	250	6,4	7,78	13,43	149	0,05	8,03	133,07	34,25	65,5	18,25	0,7			
ШКО0065	Картофельное пюре	180	3,69	7,29	25,2	175	0,14	12,24	38,52	46,8	100,8	34,2	1,26			
ШКО0164	Рыба припущенная(минтай, навага)	100	9,22	4,68	0,77	120	0,17	0,26	351,67	18,67	276,67	27,08	0,6			
ШКО0135	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5		19,8	81			15	50	4	2	0,1			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04			
ШКО0038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8			
	<b>Всего Обед</b>		<b>30,64</b>	<b>31,48</b>	<b>109,82</b>	<b>877</b>	<b>0,48</b>	<b>23,57</b>	<b>635,46</b>	<b>381,44</b>	<b>825,53</b>	<b>94,41</b>	<b>6,06</b>			
	<b>Всего в день</b>		<b>50,82</b>	<b>50,64</b>	<b>197,84</b>	<b>1443</b>	<b>0,64</b>	<b>95,04</b>	<b>751,56</b>	<b>639,14</b>	<b>1140,53</b>	<b>125,21</b>	<b>29,59</b>			



№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe		
1	2 Завтрак	3	4	5	6	7	8								
0000156	Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28				110,88	103,31	13,05	0,09
ШКО0042	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,1	12,72	34,16	286	0,21	0,52	52,4			138,4	232,8	63,2	1,84
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03				150	225		0,03
ШКО0001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26			88	50	3,33	0,13
ШКО0140	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	3,6	10,5	97	0,04	0,68	17,25			143	130	34,3	1,1
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>22,17</b>	<b>21,96</b>	<b>71,79</b>	<b>584</b>	<b>0,33</b>	<b>1,51</b>	<b>95,65</b>			<b>630,28</b>	<b>741,11</b>	<b>113,88</b>	<b>3,2</b>
	Обед														
ШКО0031	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	1,63	4,55	10,95	91	0,04	8,5	161,18			34	43,25	21,25	0,94
0000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8									
0000038	Каша пшеничная рассыпчатая	220	3,52	2,2	32,27	164	0,28	12,44	52,8			109,13	3,95	101,35	4,77
ШКБГМ01	Болоньезе с говяжьим фаршем, том. пастой и овощами	100	14,5	17	22	162	0,01	19	221			25	32	366	1,2
ШО000000	Компот из свежемороженой смородины	200	0,2	0,02	17	48		48				0,64			39,29
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	70	7,47	3,73	32,9	196	0,07	0,05				210	315		0,05
ШКО0038	Хлеб ржаной(для детского питания)	45	3,9	1,5	19,2	107	0,05					40,01	90		3,15
	<b>Всего Обед</b>		<b>31,34</b>	<b>29,75</b>	<b>134,5</b>	<b>776</b>	<b>0,44</b>	<b>87,98</b>	<b>434,98</b>			<b>418,78</b>	<b>484,2</b>	<b>488,6</b>	<b>49,4</b>
	<b>Всего в День</b>		<b>53,51</b>	<b>51,71</b>	<b>206,29</b>	<b>1360</b>	<b>0,77</b>	<b>89,5</b>	<b>530,63</b>			<b>1049,06</b>	<b>1225,31</b>	<b>602,48</b>	<b>52,59</b>

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe			
1	2 Завтрак	3	4	5	6	7	8		10	12	13	14	15			
0000062	Каша манная молочная	160	2,99	6,29	15,15	123	0,04	0,44		101,81		84,37	13,94	0,26		
ШКССТ22	Сырники (запекалка) из творога	100	10,3	9,2	26	198	0,06	0,43	5,3	144		198	21,5	0,58		
ШКЯП102	Ягоды протертые в ассортименте	40	0,2	0,12	12	52	0,04	10,4	0,92	1,2		1,24	1,55	1,96		
ШКО0130	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	31		9,64	1,52	8,28		10,6	7,07	0,87		
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03		150		225		0,03		
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>19,12</b>	<b>18,38</b>	<b>83,85</b>	<b>543</b>	<b>0,19</b>	<b>20,94</b>	<b>7,74</b>	<b>405,29</b>		<b>519,21</b>	<b>44,06</b>	<b>3,7</b>		
	Обед															
ШКО0020	Рассольник ленинградский	250	5,93	7,8	17	162	0,08	6,93	134	26,25		64,25	24,5	0,89		
ШКО0058	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,18	7,31	41,49	269	0,25		32,94	17,1		216	144	4,86		
ШКО3816	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,8	5,16	152	0,05	0,95		27,54				1,03		
0000121	Кисель фруктовый	200			20	76				0,48				0,05		
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180		270		0,04		
ШКО0038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56		80		2,8		
	<b>Всего Обед</b>		<b>33,73</b>	<b>30,44</b>	<b>128,92</b>	<b>922</b>	<b>0,48</b>	<b>7,92</b>	<b>166,94</b>	<b>286,93</b>		<b>630,25</b>	<b>168,5</b>	<b>9,67</b>		
	<b>Всего в День</b>		<b>52,85</b>	<b>48,82</b>	<b>212,76</b>	<b>1465</b>	<b>0,67</b>	<b>28,86</b>	<b>174,68</b>	<b>692,22</b>		<b>1149,46</b>	<b>212,56</b>	<b>13,37</b>		

№ ТТК	Приём пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe			
1	2 Завтрак	3	4	5	6	7	8									
ШКО0065	Картофельное пюре	220	4,51	8,91	30,8	213	0,18	14,96	47,08	57,2	123,2	41,8	1,54			
ШКО0168	Гуляш из отварного мяса	60	8,28	8,52	13,44	126	0,08	2,38		3,48	6,24	4,2	1,8			
ШКО0128	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,4	8,6	53	0,01	0,3	6,9	57,3	46,3	9,9	0,8			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04			
ШКО0002	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,25	1,4	66			65,3		1	2				
	<b>Всего Завтрак</b>		<b>20,89</b>	<b>29,28</b>	<b>82,44</b>	<b>626</b>	<b>0,33</b>	<b>17,68</b>	<b>119,28</b>	<b>298,98</b>	<b>447,74</b>	<b>55,9</b>	<b>4,18</b>			
	Обед															
0000148	Суп из овощей (В 2)	250	2	4,33	32,67	225	2	9		22,38	51,33	21,8	0,77			
ШКО0059	Каша перловая рассыпчатая	180	5,31	7,11	36,54	231	0,05		35,28	22,5	170,1	20,7	0,99			
ШКО0167	Куринное филе, тушенное с овощами	100	15,1	12,22	6,89	169	0,01	0,16	0,01	138,89	7,22	1,78	0,36			
ШКО0137	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	0,01	2,5	4,08	13	10	9	0,2			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04			
ШКО0038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04		35,56		80		2,8			
	<b>Всего Обед</b>		<b>32,58</b>	<b>28,3</b>	<b>131,66</b>	<b>931</b>	<b>2,18</b>	<b>11,7</b>	<b>39,37</b>	<b>412,33</b>	<b>588,66</b>	<b>53,28</b>	<b>5,15</b>			
	<b>Всего в День</b>		<b>53,47</b>	<b>57,58</b>	<b>214,1</b>	<b>1557</b>	<b>2,51</b>	<b>29,37</b>	<b>158,65</b>	<b>711,31</b>	<b>1036,4</b>	<b>109,18</b>	<b>9,33</b>			

