

Согласовано:
Заместитель
Руководитель Управления

Роспотребнадзора по
Ростовской области

А. В. Жонченко
«22» / 09 2020 г.

Согласовано:

Начальник МКУ Отдела

образования Ворошиловского
района г. Ростова – на- Дону

Микова И.Ю.
«16» сентября 2020 г.

Утверждаю:

Директор МУП «Школьное питание»

Ворошиловского района

г. Ростова-на-Дону
«Школьное питание»
Зоренко Н.А.
«16» сентября 2020 г.

Примерное диетическое 2-х недельное меню

МУП «Школьное питание» на горячее питание для

учащихся с 5 по 11 класс, муниципальных школ Ворошиловского р-на

г.Ростова-на-Дону на 2020 г.-2021 г.

осенний , зимний, весенний период.

Утверждаю:
Директор МБОУ «Школа № 100»
Баранова А.Г.

2020 г.

Стн

Согласовано:
Валентина
Руководитель Управления

Роспотребнадзора по

Ростовской области

А.В. Уланченко

«19» 09 2020г.

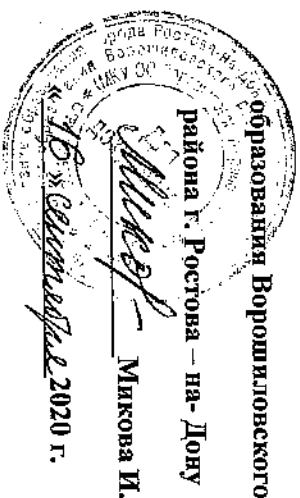
Согласовано:

Начальник МКУ Отдела

образования Ворошиловского

района г. Ростова – на-Дону

Микова И.Ю.



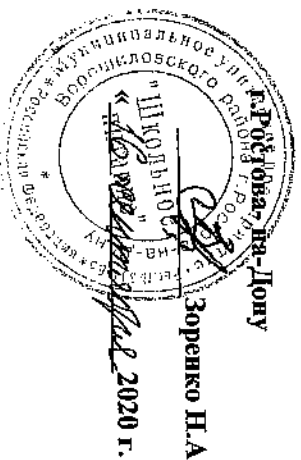
Утверждаю:

Директор МУП «Школьное питание»

Ворошиловского района

г. Ростова-на-Дону

Зоренко Н.А.



Примерное диетическое 2-х недельное меню

МУП «Школьное питание» на горячее питание для

учащихся с 5 по 11 класс, муниципальных школ Ворошиловского р-на

г. Ростова-на-Дону на 2020 г.-2021 г.

осенний, зимний, весенний период.

2020 г.

С.А.М.

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон :осенний, зимний,весенний.

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. - чекская цен. (ккал)	Минеральные вещества (мг.)				
		Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак Каша манная, молочная Биточки паровые Овощи св., солен., кон. Хлеб пшеничный Чай с сахаром	200/10/10 100 60 40 200	3	0,4	32	146	11,49	138,3	92,5	3,11	
		15,9	18	16	261	18,12	149,4	30,12	1,54	
		0,06	4,45	0,7	60	9,91	30,4	10,19	0,34	
		3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
№684,685 с6 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
Обед		22,32	23,25	92,84	618,5	53,97	361,14	150,41	6,29	
№101 с6, 2004	Суп картоф. с рисом	250	6,2	5,6	22,3	167	35,08	87,52	32,24	1,62
№500 с6, 2004г.	Котлета рубл. из птицы паров	100	16,1	15,1	15,1	262	22,9	173	24,9	1,82
№520 с6, 2004г.	Картофельное пюре	150	3,75	6,15	38,55	228	17,46	43,88	15,29	0,41
таб.24 с6, 1994г.	Овощи св., солен., кон.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
с6, 2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№684,686 с6, 2004	Чай с лимонном	200/7	0,3	0	15,2	60	8,05	9,78	5,24	0,9
		31,12	31,94	124,4	915,7	117,79	392,48	101,77	6,56	

День: вторник

Неделя: первая

Сезон :осенний, зимний, весенний.

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
№489 сб.2004г. таб.24 сб.1994г. ТУ9115-001-12123	Завтрак Рагу из птицы Овощи св., солен., кон. Хлеб пшеничный	80/125 60 40 200	12,3	11,48	27,65	269	493,7	63,13	16,46	9,6	
			0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
			3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
№684 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
			16,61	16,33	65,82	470,5	528,65	124,67	41,56	11,25	
	Обед										
№110 сб. 2004г.	Борщ с капустой кар. смет.	250/10	2	5,2	13,1	106	42,89	55,5	17,8	0,96	
№487 сб.2004г.	Птица отварная	100/5	15,7	8,9	0,4	182,5	15,63	137,7	15,46	1,18	
№202 сб.2017	Макаронны отварные	150	3,15	8,25	21,75	189	37,07	51,58	18,4	0,75	
таб.24 сб.1994г.	Овощи св., солен., кон.	60	0,95	1,45	3,85	7	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
сб.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
№684 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
№767 сб.2004г.	Булка ванильная	50	2,35	4,25	29,1	171,5					
			28,17	28,69	112,6	852,7	135,14	331,32	80,16	5,56	

День: среда

Неделя: первая

Сезон :осенний, зимний,весенний.

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
№495сб.2004г.	Завтрак Каша рис. молочная Запеканка из творога с см	200/10/10 130/30 200	5,2 13,4 4,9	3,4 15 5	30,8 33,7 32,5	184 237 190	11,49 37,58 133,3	138,3 93,3 111,11	92,5 21,37 25,56	3,11 0,83 2	
№223 сб.2017	Какао с молоком		23,5	23,4	97	611	182,37	342,71	139,43	5,94	
№693 сб.2004г.	Обед										
№140 сб.2004г.	Суп картоф. с вермишлел..	250	2,9	2,5	21	120	19,72	67,35	27	0,99	
№471 сб.2004г.	Рыба отварная	100/5	11,43	2,51	2,61	80	18,74	142,53,	19,59	0,63	
№518 сб.2004г.	Картофель отварной	200	3,84	7,55	26,64	200	26	106,7	38,71	1,57	
№6,24 сб.1994г.	Овощи св., солен., кон.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-12129	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
Сб.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
№ 639, 631 сб.2004	Компот из фруктов	200	0,6	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3	
			23,54	28,63	110	701,6	122,16	275,75	126,4	65,3	

День: четверг

Неделя: первая

Сезон :осенний, зимний,весенний.

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
№ 87 с6.2004 г. №463 с6.2004г. №304 с6 2017 №6,24 с6.1994г. ТУ9115-001-12123 №684,685 с6.2004	Завтрак Сыр / порциями / Тэфтели (паровые) Каша пшеничная Овощи св.,, солен., кон. Хлеб пшеничный Чай с сахаром	20 100/50 150 60 40 200	5,33	5,33	5,47	72	150	81	7,5	0,165	
			13,8	16,4	13,1	257	49,63	131,2	44,87	1,51	
			3,25	7,8	30,94	211,9	17,46	43,88	15,29	0,41	
			0,05	4,45	3,4	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
			3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86				
25,79	34,38	87,23	752,4	217,09	256,08	67,66	2,085				
№110 с6.2004г. № 498 с6.2004г. №304 с6 2017 №6,24 с6.1994г. ТУ9115-001-12123 С6.2017г. №684,685 с6.2004	Обед Суп картоф с горохом Биточки паровые(филе) Рис отварной Овощи св.,, солен., кон. Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Чай с сахаром	250 100 200 60 20 40 200	6,2	5,6	22,3	167	35,5	87,52	32,24	1,62	
			16,1	15,1	15,1	262	22,9	173	24,9	1,82	
			3,66	5,38	36,65	209,7	1,36	60,96	16,33	0,53	
			0,95	0,75	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
			1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
			2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
			0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
			30,93	27,47	122,3	895,4	99,31	408,02	101,97	6,64	

День: пятница

Неделя: первая

Сезон :осенний, зимний,весенний.

Возрастная категория: с 5 по 11класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак											
№1 с6.2004г.	Бутерброд с маслом	10/20/0/0	1,1	9	6,8	115	6,76	21,16	7,2	0,45	
№302 с6.2004г.	Каша молочная геркулес	200/10/10	5,6	10,4	26,4	230	11,49	138,3	92,5	3,11	
№358 с6.2004г.	Сырники из творога	75/20/10	11,4	9,3	14,18	188,3	99,05	128,35	14,36	0,4	
№684,685 с6.2004г.	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
Таб. 24 с6.1994г.	Фрукты свеж.	150	4,9	0	40,4	96					
Обед											
№110 с6.2004г.	Борщ с капустой кар с см	250/10	2	5,2	13,1	106	42,89	55,5	17,8	0,96	
№241 с6.2017г.	Мясо отварн с бел соуом	100	13,68	16,64	2,3	232,5	19,1	143,42	20,75	2,2	
№171 с6.2017г.	Каша гречневая	150	4,5	8,78	22,35	180	11,49	138,3	92,5	3,11	
Таб.24 с6.1994г.	Овощи св., солен., кон.	60	0,95	0,45	9,45	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
С6.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
№ 639,631 с6.2004г.	Компот из фруктов	200	0,6	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3	
			25,55	31,89	101,5	820,1	131,18	438,92	172,15	68,38	

День: суббота

Неделя: первая

Сезон :осенний, зимний,весенний.

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. чеккал (ккал)	Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мg	Fe	
№46сб.2004г. № 520 сб.2004г. №6.24 сб.1994г. ТУ915-001-12123 №684,685 сб.2004	Завтрак Биточки паровые Пюре картофельное Овощи св., сол., консер. Хлеб пшеничный Чай с сахаром	100 150 60 40 200	15,9	14,4	16	261	18,12	149,4	30,12	1,54	
			3,15	8,25	21,75	189	37,07	51,58	18,4	0,75	
			0,95	0,05	8,85	60	4,6	8,4	2,8	0,12	
			3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86				
22,3	23,1	80,92	661,5	74,24	252,42	68,92	3,71				
№110 сб.2004г. № 381 сб.2004г. №511 сб.2004г. №6.24 сб.1994г. ТУ915-001-12123 сб.2017г.	Обед Суп - лапша домашняя Птица тушенная в сметан. Рис отварной Овощи св., сол., консер. Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый	250 50/50 150 60 20 40 200	2,8	5,8	13,9	120	19,72	67,35	27	0,99	
			15,3	12	0,2	171	31,33	83	12,67	7,33	
			3,25	7,8	30,94	211,9	17,46	43,88	15,29	0,41	
			0,4	0,05	1,3	7	4,6	8,4	2,8	0,12	
			1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
			2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
			1,33	0	28,3	84	5,25	8,24	4,4	0,86	
26,9	26,29	104,1	732,6	92,16	270,67	78,76	11,17				

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний, весенний

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак											
№97 сб. 2004г.	Сыр/порциями/	15	3,8	3,8	4,85	60	264	150	10,5	0,3	
№498 сб. 2004г.	Сосиски отварные	100	10,3	17,2	0,2	202	16,3	160,4	20,3	0,9	
№ 508 сб.2004г.	Каша гречневая	150	4,5	8,78	22,35	180	11,49	138,3	92,5	3,11	
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
№654,686 сб.2004г.	Чай с лимоном	200/7	0,30	0	15,2	60	8,05	9,78	5,24	0,9	
Обед											
№110 сб.2004г.	Сул карт. с горохом	250	3,6	3,1	26,3	150	19,72	67,35	27	0,99	
№466 сб. 2004г.	Биточки паровые	100	15,9	14,4	16	261	18	151	28	1,6	
№516 сб.2004г.	Макаронны отварные	150	4,5	6,15	19,2	178,5	27	128	31	2,2	
табл сб.1994г.	Овощи св., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
			28,97	28,74	109,77	846,22	104,27	432,89	114,5	7,46	

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний, весенний

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мg	Fe	
№489 с6.2004г. табл с6.1994г. ТУ9115-001-1212	Завтрак Рагу из птицы Овощи свеж., солен., консерв. Хлеб пшеничный	80/125	12,3	11,48	19,9	237,8	493,7	63,13	16,46	9,6	
		50	0,95	4,45	3,85	70	20,5	18,5	7,5	0,35	
		40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
№684,685 с6.2004г.	Чай с лимоном	200	0,2	0	15	60	5,25	8,24	4,4	0,86	
Обед											
№124 с6.2004г. №463 с6.2004г. №620 с6.2004г.	Ци из св.капусты с картоф. Тертели /паровые/ Картофельное пюре	250	2,5	6,5	16,4	88	34,31	44,4	17,8	0,96	
		100/50	13,8	16,4	13,1	257	49,53	131,2	44,87	1,51	
		150	5,25	6,15	35,25	220,5	25,15	36,96	15,12	0,61	
табл с6.1994г. ТУ9115-001-1212	Овощи свеж., солен., консерв. Хлеб пшеничный	60	0,95	0,4	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
		20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
		40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
с6.2017 г. №684,685 с6.2004г.	Хлеб ржано-пшеничный Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
			26,52	29,1	113,02	822,22	148,54	299,1	106,29	5,75	

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний, весенний

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Мg	Fe	
№302 сб. 2004г. №223 сб. 2017г. №684,686 сб. 2004г.	Завтрак Каша молочная «Гаргулес» Запеканка из творога со смет. Какао с молоком	200/10/10 100/30 200	5,6	10,4	26,4	230	129,7	138	29,44	0,42	
			13,4	10,9	33,7	224	130	187	22	0,9	
			4,9	5	32,5	190	133,3	111,11	25,56	2	
			23,9	26,3	75,35	644	393	436,11	77	3,32	
Обед											
№103 сб. 2017	Суп карт. с рисом	250	3	4,5	20,1	135	34,31	44,4	17,8	0,96	
№494 сб. 2004 г	Птица отварная	100	15,7	8,9	0,4	144	15,63	137,7	15,46	1,18	
№511 сб. 2004г.	Рис отварной	150	3,6	9	35,7	228	17,46	43,88	15,29	0,41	
табл сб. 1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	0,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
Сб. 2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
№639,631 сб. 2004г.	Компот из фруктов	200	0,52	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3	
			27,59	27,67	111,31	808,62	125,1	327,68	89,65	64,66	

День: четверг

Неделя: вторник

Сезон: осенний, зимний, весенний

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак											
№97 сб. 2004г.	Сыр/порциями/	15	3,8	3,8	4,85	60	264	150	10,5	0,3	
№340 сб.2004г.	Омлет натуральный	100/5	10	16,7	1,9	199	68,7	150,5	10,7	1,76	
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
№684,685 сб.2004г.	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	5,25	8,24	4,4	0,86	
№769 СБ 2004г.	Булочка домашняя	50	3,95	4,25	29,05	171,5					
Обед											
№103 сб.2017	Сул карт с макар./лапша/	250	6,2	5,6	22,3	167	35,5	87,52	32,24	1,62	
№471 сб.2004г.	Фрикадельки из гов. туш. в соусе	100/50	15	14,2	14,14	169	21,18	47,99	110	1,1	
№518 сб.2004г.	Картофель отварной	150	4,5	6,15	19,2	178,5	27	128	31	2,2	
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	50	0,95	3,45	3,85	70	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
			27,95	29,74	105,8	747,5	131,28	359,83	206,98	8,49	

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний, весенний

Возрастная категория: с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак											
№97 сб. 2004г.	Сыр/порциями/	15	3,8	3,8	4,85	60	24	36	10	0,42	
№389 сб.2004г.	Котлеты рыбные паровые	100/5	13	8,8	15,2	196,25	37,9	21,3	116,68	0,74	
табл сб.1994г.	Овощи свеж., сол., консерв.	60	0,4	0,05	0,8	7	11,5	12	7	0,3	
№520 сб2004г.	Картофельное пюре	150	3,15	8,25	21,75	189	37,07	51,58	18,4	0,75	
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
№684 сб 2004г	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
Обед											
№124 сб.2004г.	Щи из св.капусты с картоф.	250	2,5	6,5	16,4	88	34,31	44,4	17,8	0,96	
№466 сб. 2004г.	Биточки паровые	100	15,9	14,4	16	299,5	18	151	28	1,6	
№ 508 сб.2004г.	Каша пшеничная	150	3	7,65	23,85	181,5	25	57	23	1	
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
№684,685 сб 2004г	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86	
			26,37	31,29	112,42	825,72	116,86	338,94	97,3	6,23	

День: суббота

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний, весенний

Возрастная категория: с 5 по 14 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe	
№489 сб.2004г. табл сб.1994г. ТУ915-001-1212 №684,686 сб.2004г. № 767 сб.2004г.	Завтрак Рагу из птицы Овощи свеж., солен., консерв. Хлеб пшеничный Чай с лимоном Булочка ванильная	80/125	12,3	11,48	27,65	259	493,7	63,13	16,46	9,6	
		60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
		40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
		200/7	0,3	0	15,2	60	8,05	9,78	5,24	0,9	
50	3,95	4,25	29,05	171,5							
20,66	20,58	95,07	644,02	531,45	126,21	42,40	11,29				
Обед №110 сб.2004г. №457 сб. 2004г. № 508 сб.2004г. табл сб.1994г. ТУ915-001-1212 сб.2017 г. №639,631 сб.2004г.	Суп-лапша домашняя Зразы рубл.из говяд./паров./ Каша гречневая Овощи свеж., солен., консерв. Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Компот из фруктов	250	2,8	5,8	13,9	120	19,72	67,35	27	0,99	
		80/5	12,16	12,3	6,24	185	18	148	30	0,7	
		150	4,5	8,78	22,35	180	11,49	138,3	92,5	3,11	
		60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35	
		20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22	
		40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24	
		200	0,52	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3	
		28,45	32,15	90,65	786,62	106,91	455,35	190,6	66,91		