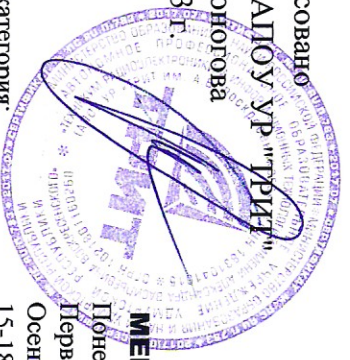


Согласовано
 Директор АПОУ УР "УРИИ"
 Е.А. Кривоногова
 01.09.2023 г.



МЕНЮ

Понедельник
 Первая
 Осенне-зимний
 15-18 лет

Составлено и Утверждено
 Директор ООО "Инари"
 И.В. Мустафина
 01.09.2023 г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего			Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг
Завтрак																	
362	Пудинг из творога	80/20	15,42	15,42	4,52	0,10	17,45	170,07	83,86	17,75	132,5	0,59	25,35	45,35	0,23	0,03	0,15
302	Каша манная молочная	200	6,07	3,04	7,66	0,29	29,80	212,32	155,05	36,52	132,85	0,76	50,7	67,87	0,71	0,09	4,75
96	Масло сливочное	10	0,05	0,05	8,09	0,00	0,08	73,26	1,18	0	1,86	0,02	57,82	65,3	0,1	0	0
693	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81	16,19	22,97	60,55	1,39	0	0	1,04	0,09	0
	Итого за прием	200	3,64	2,90	3,34	0,60	4,65	62,41	145,92	41,33	129,8	1,24	12	40,82	0,34	0,06	0,52
Обед																	
40	Салат витаминный	100	2,27	0,37	3,04	0,10	10,00	74,71	44,84	19,53	51,48	0,59	22,05	309,03	0,38	0,1	50,37
137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	6,34	4,56	5,20	0,39	15,23	133,79	70,12	49,04	132,64	1,99	11,02	240,74	0,81	0,13	8,13
ТТК155	Плов по-узбекски	280	23,81	19,45	31,76	21,77	51,76	591,71	30,93	68,53	285,44	3,51	0	1120	10,25	0,11	1,85
631	Компот из яблок	200	0,23	0,00	0,21	0,24	32,60	126,80	9,32	4,74	6,03	1,23	0,02	3,04	0,12	0,01	2,4
	Хлеб пшеничный	70	5,20	0,00	0,62	0,70	30,77	152,08	14,17	20,1	52,98	1,22	0	0	0,91	0,08	0
	Хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0
	Итого за прием	70	42,20	24,38	41,57	24,05	161,62	1190,12	190,93	190,56	624,79	10,91	33,09	1673,51	13,44	0,52	62,74
Подливки																	
	сок ананасовый	200	0,60	0,00	0,20	0,00	23,60	93,88	34	26	16	0,6	0	6	0,4	0,12	22
741	Варушки с картошкой	50	3,36	0,59	1,73	0,60	19,16	107,00	17,98	10,94	41,06	0,53	6	18,69	0,53	0,04	1,11
ТТК2	апельсин	200	1,76	0,00	0,39	0,39	15,88	70,91	66,64	25,48	45,08	0,59	0	16	0,4	0,08	117,6
	Итого за прием	200	5,73	0,59	2,32	0,99	58,64	271,80	118,62	62,42	102,14	1,72	6	40,69	1,33	0,24	140,71
Ужин																	
ТТК47	Огурец свежий	100	0,78	0,00	0,10	0,10	2,45	13,36	22,54	13,72	41,16	0,59	0	10	0,1	0,03	9,8
374	Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	18,26	19,48	11,02	8,05	4,41	188,99	35,49	41,6	178,71	1,01	10,26	783,12	5,29	0,12	1,26
529	Картофельное пюре	230	4,58	0,97	7,76	0,72	28,96	205,88	54,37	43,61	127,88	1,58	51,98	63,19	0,27	0,17	7,69
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	0,04	0,05	13,66	52,95	64,82	30,35	52,62	0,78	0,14	35,08	0,62	0,04	1,3
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0	0	1,3	0,12	0
	Хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0
	Итого за прием	70	35,57	20,44	20,53	10,77	114,70	789,47	219,01	186,61	572,29	8,08	62,38	892,09	8,55	0,57	20,05
	Итого за день		104,60	66,81	88,73	37,59	422,10	2943,25	930,77	558,15	1756,79	24,7	247,34	2825,62	25,75	1,6	228,92



Согласовано
 Директор АПОУ УР "ТРИТ"
 Е.А. Кривоногова
 01.09.2023 г.

День: Пятница
 Неделя: Первая
 Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: 15-18 лет

Составлено и Утверждено
 Директор ОБС "Мари" И.В. Муштафина
 01.09.2023

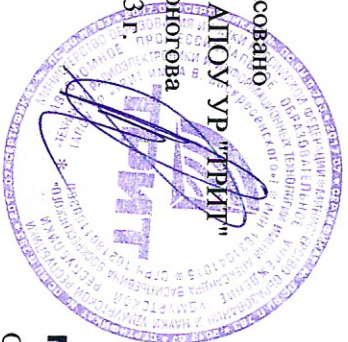
№	Наименование блюда	Выхо д, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
362	Пудинг из творога	80/20	15,42	15,42	4,52	0,10	17,45	170,07	83,86	17,75	132,5	0,59	25,35		45,35	0,23	0,03	0,15	
160	Суп молочный с макаронными изделиями	300	6,58	4,36	6,24	0,31	23,84	177,51	203,76	38,05	168,9	0,91	26,5		70,09	0,76	0,1	0,78	
96	Мясо сливочное	10	0,05	0,05	8,09	0,00	0,08	73,26	1,18	0	1,86	0,02	57,82		65,3	0,1	0	0	
685	Чай с лимоном	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81	16,19	22,97	60,55	1,39	0		0	1,04	0,09	0	
	Итого за прием	200	1,54	1,45	1,45	0,05	15,79	79,20	101,34	29,91	78,72	0,64	6,14		37,58	0,47	0,04	1,56	
	Обед		29,53	21,28	20,99	1,26	92,32	673,84	406,32	108,68	442,54	3,56	115,81		218,32	2,6	0,27	2,48	
38	Салат "Летний"	100	2,60	1,77	4,66	0,15	4,27	69,25	37,25	14,04	51,7	0,76	33		120,6	0,42	0,04	5,66	
139	Суп картофельный с горохом	250	5,18	0,03	4,19	0,64	18,04	131,54	95,35	58,86	142,59	2,39	17,7		293,65	0,89	0,21	6,4	
ТТК107	Пшенице натуральный рубленый	100	19,43	17,71	15,37	0,24	8,24	249,70	22,25	32,53	203,41	3,7	35,6		50,11	0,87	0,1	0	
224	Рагу из овощей	200	7,73	3,33	8,64	0,42	20,94	192,00	61,93	57,12	151,59	1,98	43,66		869,86	0,73	0,19	14,31	
636	Компот из апельсинов.	200	0,51	0,00	0,11	0,12	31,67	123,32	51,3	19,84	38,11	0,58	0		21,8	0,42	0,04	14,4	
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0		0	1,3	0,12	0	
	хлеб злаковый	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0		0,7	0,98	0,09	0	
	Итого за прием		47,21	22,83	34,60	3,42	148,39	1094,09	309,88	239,72	759,31	13,53	129,96		1356,72	5,62	0,79	40,77	
	Подлик																		
	сок яблочный	200	0,94	0,00	0,18	0,00	18,38	75,30	12,32	6,96	12,18	2,44	0		0	0,2	0,01	1,6	
741	Вапущки с творогом	50	5,17	2,95	4,21	0,51	18,35	132,82	28,05	8,67	54,53	0,45	13,85		41,67	0,6	0,03	0,25	
ТТК13	Груша	200	0,78	0,00	0,59	0,59	20,19	85,44	37,24	23,52	31,36	4,51	0		4	0,8	0,04	9,8	
	Итого за прием		6,90	2,95	4,97	1,10	56,92	293,56	77,61	39,15	98,07	7,4	13,85		45,67	1,6	0,09	11,65	
	Ужин																		
71	Винегрет овощной	100	1,30	0,00	9,65	9,65	6,16	116,32	23,05	16,6	36,96	0,69	0		201,67	4,54	0,03	2,58	
390	Котлеты рыбные любительские	100	11,05	10,18	5,05	1,98	6,47	115,36	29,29	17,32	98,14	0,68	20,54		542,53	2,96	0,05	1,24	
520	Картофельное пюре	200	3,98	0,84	6,75	0,63	25,19	179,03	47,28	37,92	111,2	1,38	45,2		54,95	0,23	0,15	6,69	
685	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,00	0,05	0,06	13,85	53,97	67,28	31,08	53,96	0,81	0,14		35,22	0,63	0,04	2,42	
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0		0	1,3	0,12	0	
	хлеб злаковый	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0		0,7	0,98	0,09	0	
	Итого за прием		28,33	11,02	23,11	14,16	116,89	792,96	208,7	160,25	472,17	7,68	65,89		835,06	10,63	0,48	12,92	
	Итого за день		101,97	58,08	83,68	19,94	414,52	2854,46	1002,51	547,8	1772,08	32,17	325,51		2455,77	20,45	1,63	67,83	

Согласовано

Директор АПОУ УР "ГРИП"

Е.А.Кривоногова

01.09.2023 г.



Составлено и Утверждено

Директор ООО "Инари"

И.В.Муштафина

01.09.2023 г.



МЕНЮ

Суббота

Первая

Осенне-зимний

Возрастная категория:

15-18 лет

День:

Неделя:

Сезон:

№	Наименование блюда	Выход д, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины				
			в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего			Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг			
Завтрак																				
337	Йогурт вареное	40	4,78	5,08	4,05	0,00	0,25	56,50	19,36	4,18	66,82	0,87	60	104	0,24	0,02	0			
302	Каша рисовая молочная	200	5,34	3,06	7,98	0,33	33,48	227,40	152,88	40,09	156,44	0,73	52,8	70,31	0,4	0,08	0,55			
97	ыр	20	5,15	5,15	5,21	0,00	0,00	67,54	196	10,78	117,6	0,14	41,16	47,6	0,08	0,01	0,14			
96	масло сливочное	10	0,05	0,05	8,09	0,00	0,08	73,26	1,18	0	1,86	0,02	57,82	65,3	0,1	0	0			
697	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81	16,19	22,97	60,55	1,39	0	0	0,09	0	0			
	Молоко кипяченое	200	5,75	6,12	5,94	0,00	9,02	110,78	222,82	25,7	165,21	0,18	25,32	46,42	0	0,06	1,1			
	Итого за прием		27,02	19,46	31,98	1,13	78,00	709,28	608,43	103,71	568,48	3,33	237,1	333,63	1,86	0,26	1,79			
Обед																				
	Огурец свежий	100	0,78	0,00	0,10	0,10	2,45	13,36	22,54	13,72	41,16	0,59	0	10	0,1	0,03	9,8			
137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	6,98	5,01	5,72	0,43	16,75	147,16	77,13	53,95	145,9	2,19	12,12	264,82	0,89	0,14	8,94			
471	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе.	75/40	11,65	10,81	13,17	0,16	7,32	194,52	52,59	23,93	150,94	1,98	22,96	48,7	0,58	0,04	0,02			
508	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,42	0,06	11,75	2,33	35,48	284,58	61,27	137,69	212,29	4,6	70,8	105,41	1,15	0,22	0			
631	Компот из яблок	200	0,23	0,00	0,21	0,24	32,60	126,80	9,32	4,74	6,03	1,23	0,02	3,04	0,12	0,01	2,4			
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0	0	1,3	0,12	0			
	хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0			
	Итого за прием		39,83	15,88	32,57	5,10	159,83	1094,71	264,66	291,36	728,24	14,7	105,9	432,67	5,12	0,65	21,16			
Полдник																				
	сок ананасовый	200	0,60	0,00	0,20	0,00	23,60	93,88	34	26	16	0,6	0	6	0,4	0,12	22			
738	Пирожки печенье с изюмом.	50	2,86	0,22	1,03	0,48	30,24	140,13	10,75	6,9	26,45	0,49	3,88	8,91	0,49	0,04	0,68			
ТТК2	апельсин	200	1,76	0,00	0,39	0,39	15,88	70,91	66,64	25,48	45,08	0,59	0	16	0,4	0,08	117,6			
	Итого за прием		5,22	0,22	1,62	0,88	69,71	304,93	111,39	58,38	87,53	1,68	3,88	30,91	1,29	0,23	140,28			
Ужин																				
25	Салат "Стешной"	100	1,61	0,00	0,17	0,17	5,48	29,62	17,43	19,1	45,51	0,58	0	388,88	0,17	0,06	2,13			
506	Суде из куряти с рисом	100	31,70	31,27	22,51	0,05	4,99	349,81	52,06	25,41	188,12	1,9	52,78	149,58	0,74	0,06	0,35			
214	Калупа тушеная	200	4,96	0,03	4,22	0,26	16,94	122,74	121,21	46,36	89,87	1,81	31,52	171,43	0,47	0,07	38,56			
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	0,04	0,05	13,66	52,95	64,82	30,35	52,62	0,78	0,14	35,08	0,62	0,04	1,3			
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0	0	1,3	0,12	0			
	хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0			
	Итого за прием		50,22	31,30	28,56	2,38	106,29	883,40	297,32	178,55	548,04	9,18	84,45	745,67	4,28	0,44	42,35			
	Итого за день		122,28	66,85	94,73	9,48	413,84	2992,32	1281,8	632	1932,29	28,9	431,33	1542,88	12,55	1,57	205,58			

Согласовано

Директор АПОУ УР "ПРИТ"

Е.А. Кривоногова

01.09.2023 г.



МЕНЮ

Понедельник

Вторая

Осенне-зимний

Возрастная категория:

15-18 лет

Составлено и Утверждено

Директор ООО "Инари"

И.В. Мустафина

01.09.2023 г.



№	Наименование блюда	Выхо д, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины					
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг			
Завтрак																				
267	Запеканка морковная	100	2,71	0,10	4,39	0,27	17,62	119,72	37,8	42,25	73,72	1,02	20,4	2220,54	0,77	0,07	2,18			
302	Каша пшенная молочная	200	7,38	2,87	9,28	1,29	34,76	252,49	151,05	54,1	189,57	1,42	55,4	73,43	0,38	0,19	0,52			
96	Масло сливочное	10	0,05	0,05	8,09	0,00	0,08	73,26	1,18	0	1,86	0,02	57,82	65,3	0,1	0	0			
	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81	16,19	22,97	60,55	1,39	0	0	1,04	0,09	0			
693	Кавказ с молоком	200	3,64	2,90	3,61	0,60	22,81	133,81	146,45	41,33	129,8	1,29	18	51,82	0,44	0,06	0,52			
	Итого за прием		19,72	5,92	26,07	2,96	110,43	753,08	352,66	160,64	455,5	5,14	151,62	2411,09	2,73	0,41	3,22			
Обед																				
ТТКС6	Помидор свежий.	100	1,08	0,00	0,20	0,20	3,72	20,32	13,72	19,6	25,48	0,88	0	133	0,7	0,06	24,5			
139	Суп картофельный с фасолью	250	5,27	0,03	4,19	0,64	17,59	130,13	101,51	58,16	168,87	2,23	17,7	293,25	0,87	0,16	6,4			
374	Рыба тушеная в томате с овощами	75/75	18,26	19,48	11,02	8,05	4,41	188,99	35,49	41,6	178,71	1,01	10,26	783,12	5,29	0,12	1,26			
332	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,20	0,03	5,63	0,90	44,02	259,61	12,3	9,65	53,58	0,98	23,6	43,53	1,11	0,08	0			
636	Компот из кураги.	200	0,98	0,00	0,05	0,06	27,45	108,84	93,89	44,41	77,89	1,31	0,02	150,64	1,7	0,06	0,32			
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0	0	1,3	0,12	0			
	Хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0			
	Итого за прием		44,55	19,53	22,72	11,69	162,42	1036,17	298,7	230,76	676,44	10,53	51,58	1404,24	11,95	0,69	32,48			
Полдник																				
	сок апельсиновый	200	1,40	0,00	0,20	0,00	26,40	107,84	36	22	26	0,6	0	16	0,4	0,08	80			
ТТКЗ	банан	200	2,94	0,00	0,98	0,98	41,16	178,16	15,68	82,32	54,88	1,18	0	40	0,8	0,08	19,6			
	Итого за прием		4,34	0,00	1,18	0,98	67,56	286,00	51,68	104,32	80,88	1,78	0	56	1,2	0,16	99,6			
Ужин																				
40	Салат витаминный	100	2,27	0,37	3,04	0,10	10,00	74,71	44,84	19,53	51,48	0,59	22,05	309,03	0,38	0,1	50,37			
462	Тертая из говядины с рисом	60/30	6,26	5,78	6,42	2,40	6,54	108,98	8,43	11,96	68,99	0,95	0	85,09	1,24	0,03	0,7			
215	Картофель, тушенный с луком	200	4,54	0,00	13,87	15,76	22,54	233,16	43,72	43,34	125,58	1,86	0	7,9	6,99	0,17	15,52			
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,00	0,05	0,06	13,85	53,97	67,28	31,08	53,96	0,81	0,14	35,22	0,63	0,04	2,42			
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0	1,3	0,12	0	0			
	Хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0			
	Итого за прием		25,07	6,15	24,99	20,16	118,15	799,11	206,07	163,25	471,92	8,32	22,19	437,94	11,51	0,54	69,01			
	Итого за день		93,69	31,60	74,96	35,80	458,56	2874,36	909,11	658,97	1684,75	25,76	22,54	4309,28	27,39	1,8	204,31			



Согласовано
 Директор АПОУ УР "ГРИТ"
 Е.А. Кривоногова
 01.09.2023 г.

МЕНЮ

Пятница
 Вторая

Осенне-зимний

Возрастная категория:

15-18 лет

Составлено и Утверждено
 Директор ООО "Инари"
 И.В. Мустафина
 01.09.2023 г.



№	Наименование блюда	Выхо Д, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг		
Завтрак																			
360	Сырники из творога с морковью	100/20	17,17	16,49	4,87	0,19	30,75	231,84	130,36	27,35	158,27	0,55	30,5	439,39	0,38	0,05	0,37		
302	Каша пшеница молочная	200	7,38	2,87	9,28	1,29	34,76	252,49	151,05	54,1	189,57	1,42	55,4	73,43	0,38	0,19	0,52		
	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81	16,19	22,97	60,55	1,39	0	1,04	0,09	0			
685	Чай с молоком	200	1,54	1,45	1,45	0,05	15,79	79,20	101,34	29,91	78,72	0,64	6,14	37,58	0,47	0,04	1,56		
	Итого за прием		32,03	20,82	16,30	2,34	116,46	737,34	398,94	134,34	487,11	4,01	92,04	550,4	2,26	0,38	2,45		
	Обед																		
40	Салат витаминный	100	2,27	0,37	3,04	0,10	10,00	74,71	44,84	19,53	51,48	0,59	22,05	309,03	0,38	0,1	50,37		
139	Суп картофельный с горохом	250	5,18	0,03	4,19	0,64	18,04	131,54	95,35	58,86	142,59	2,39	17,7	293,65	0,89	0,21	6,4		
374	Рыба тушеная в томате с овощами	75/75	18,26	19,48	11,02	8,05	4,41	188,99	35,49	41,6	178,71	1,01	10,26	783,12	5,29	0,12	1,26		
520	Картофельное пюре	200	3,98	0,84	6,75	0,63	25,19	179,03	47,28	37,92	111,2	1,38	45,2	54,95	0,23	0,15	6,69		
638	Компот из кураги.	200	0,98	0,00	0,05	0,06	27,45	108,84	93,89	44,41	77,89	1,31	0,02	150,64	1,7	0,06	0,32		
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0	0	1,3	0,12	0		
	Хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0		
	Итого за прием		42,43	20,71	26,67	11,33	150,30	1011,40	358,64	259,66	733,79	10,79	95,23	1592,09	10,77	0,84	65,03		
	Полдник																		
	сок ананасовый	200	0,60	0,00	0,20	0,00	23,60	93,88	34	26	16	0,6	0	6	0,4	0,12	22		
747	Колбасные изделия, запеченные в тесте	75	6,99	4,51	9,56	1,12	18,11	187,72	20,17	12,79	79,42	0,96	3,38	7,76	1,14	0,08	0,27		
	Итого за прием		7,59	4,51	9,76	1,12	41,71	281,60	54,17	38,79	95,42	1,56	3,38	13,76	1,54	0,2	22,27		
	Ужин																		
ТТК110	Блюдо	200	0,78	0,00	0,78	0,78	19,21	83,65	31,36	17,64	21,56	4,31	0	10	0,4	0,06	19,6		
ТТК455	Котлета рубленая с белокожанной калупой	100	12,43	10,07	12,47	0,24	11,78	209,39	48,29	27,51	138,3	2,44	44,23	62,27	0,7	0,08	3,13		
332	Макаронные изделия отварные с мясом	200	7,20	0,03	5,63	0,90	44,02	259,61	12,3	9,65	53,58	0,98	23,6	43,53	1,11	0,08	0		
685	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,00	0,05	0,06	13,85	53,97	67,28	31,08	53,96	0,81	0,14	35,22	0,63	0,04	2,42		
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26	20,24	28,71	75,69	1,74	0	0	1,3	0,12	0		
	Хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03	21,56	28,62	96,22	2,38	0	0,7	0,98	0,09	0		
	Итого за прием		32,42	10,10	20,55	3,82	154,08	934,91	201,03	143,21	439,31	12,65	67,97	151,72	5,11	0,48	25,15		
	Итого за день		114,48	56,13	73,29	18,61	462,56	2965,25	1012,8	575,99	1755,63	29,02	258,62	2307,97	19,69	1,9	114,9		