

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "09" октября 2023г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	170/20	13,9	10,8	33	285	84,41
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Итого		20,3	14,9	61,4	461	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Фрукт (Апельсин)</i>	300	0,8	0,8	56	234	75,00
ИТОГО		0,8	0,8	56	234	75,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	84,41
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Итого		24,7	18,7	67,4	536	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Фрукт (Апельсин)</i>	300	0,8	0,8	56	234	75,00
ИТОГО		0,8	0,8	56	234	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	170/20	13,9	10,8	33	285	84,41
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	15,01
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	68,03
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	11,88
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		41,8	42,1	166,3	1211	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Фрукт (Апельсин)</i>	300	0,8	0,8	56	234	75,00
ИТОГО		0,8	0,8	56	234	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	84,41
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Винегрет овощной</i>	100	1,2	5	8,4	83	15,01
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	68,03
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	11,88
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		47,1	47,5	181,4	1340	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Фрукт (Апельсин)</i>	300	0,8	0,8	56	234	75,00
ИТОГО		0,8	0,8	56	234	75,00



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4,0	11,2	89	24,58
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,00
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	16,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		16	18,8	84,3	569	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Блинчики с абрикосовой начинкой с маслом</i>	80/5	1,8	0,3	26,4	116	40,00
<i>Фрукт (Мандарин)</i>	70	0,2	0,2	14	58,5	35,00
ИТОГО		2	0,5	40,4	174,5	75,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	100	2,6	5,0	14	111	24,58
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,00
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	16,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		16,5	19,8	87,1	591	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Блинчики с абрикосовой начинкой с маслом</i>	80/5	1,8	0,3	26,4	116	40,00
<i>Фрукт (Мандарин)</i>	70	0,2	0,2	14	58,5	35,00
ИТОГО		2	0,5	40,4	174,5	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	10,88
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	11,7
<i>Сдоба обыкновенная</i>	80	7,5	2,4	50,5	254	25,00
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,71
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Фрукт</i>	130	0,4	0,4	28	117	18,98
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	24,58
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	16,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		43	48	227,3	1513	246,10

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Блинчики с абрикосовой начинкой с маслом</i>	80/5	1,8	0,3	26,4	116	40,00
<i>Фрукт (Мандарин)</i>	70	0,2	0,2	14	58,5	35,00
ИТОГО		2	0,5	40,4	174,5	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	10,88
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	11,7
<i>Сдоба обыкновенная</i>	80	7,5	2,4	50,5	254	25,00
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,71
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Фрукт</i>	130	0,4	0,4	28	117	18,98
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	100	2,6	5,0	14	111	24,58
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	16,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		43,5	49	230,1	1535	246,10

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Блинчики с абрикосовой начинкой с маслом</i>	80/5	1,8	0,3	26,4	116	40,00
<i>Фрукт (Мандарин)</i>	70	0,2	0,2	14	58,5	35,00
ИТОГО		2	0,5	40,4	174,5	75,00



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из моркови с яйцом	80	4,2	6,9	4,3	96	20,45
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		23,4	25,5	61,9	569	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (груша)	250	0,66	0,66	46,6	195	75,00
ИТОГО		0,66	0,66	46,6	195	75,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из моркови с яйцом	100	5,2	8,6	5,4	120	20,45
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		28,5	32,2	67,9	675	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (груша)	250	0,66	0,66	46,6	195	75,00
ИТОГО		0,66	0,66	46,6	195	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	30\10	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	47,26
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	11,47
Фрукт	170	0,4	0,4	28	117	28,67
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	20,45
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	27,66
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		54,2	62,5	154,7	1395	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (груша)	250	0,66	0,66	46,6	195	75,00
ИТОГО		0,66	0,66	46,6	195	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	47,26
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	11,47
Фрукт	170	0,4	0,4	28	117	28,67
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из моркови с огурцом	100	1,1	5,0	4,1	66	20,45
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	27,66
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		58,5	68,5	160,4	1490	246,10

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (груша)	250	0,66	0,66	46,6	195	75,00
ИТОГО		0,66	0,66	46,6	195	75,00



УТВЕРЖДАЮ
 Ч.О. *Шейф*
 Директор МАОУ СОШ №1
 "12" октября 2023 г.

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Рыба запеченная со сметаной и сыром</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	75,00
<i>Рис припущенный с овощами "Мозайка"</i>	150	3,1	3,8	25,4	148	29,58
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		17,1	14,8	44,6	379	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	20,00
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	30,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	170	0,4	0,8	22,8	107	25,00
ИТОГО						75,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Рыба запеченная со сметаной и сыром</i>	100	15,5	12,9	3,1	191	75,00
<i>Рис припущенный с овощами "Мозайка"</i>	180	3,5	4,4	30,5	176	29,58
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		19,9	17,8	50	440	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	20,00
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	30,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	170	0,4	0,8	22,8	107	25,00
ИТОГО						75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	24,68
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	7,5	6,2	20,8	169	25,91
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Фрукт</i>	130	0,5	0,5	37,2	155,6	21,7
<i>Кондитерское изделие (Чоко-пай)</i>	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	37,50
<i>Рыба запеченная со сметаной и сыром</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	75,00
<i>Рис припущенный с овощами "Мозайка"</i>	150	3,1	3,8	25,4	148	29,58
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		39,1	38	189,5	1252,6	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

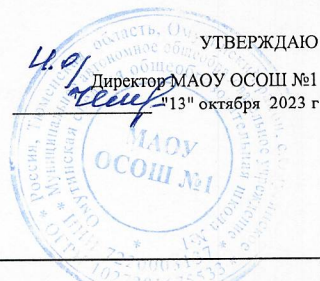
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	20,00
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	30,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	170	0,4	0,8	22,8	107	25,00
ИТОГО						75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	24,68
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	7,5	6,2	20,8	169	25,91
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Фрукт</i>	130	0,5	0,5	37,2	155,6	21,7
<i>Кондитерское изделие (Чоко-пай)</i>	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	37,50
<i>Рыба запеченная со сметаной и сыром</i>	100	15,5	12,9	3,1	191	75,00
<i>Рис припущенный с овощами "Мозайка"</i>	180	3,5	4,4	30,5	176	29,58
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		42,7	41,6	194,9	1322,6	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	20,00
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	30,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	170	0,4	0,8	22,8	107	25,00
ИТОГО						75,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSh №1

13 октября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		16,4	12,4	87,2	525,8	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Шоколадный батончик</i>	55	2,3	9,6	38,3	249,7	75,00
ИТОГО		2,3	9,6	38,3	249,7	75,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		16,4	12,4	87,2	525,8	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Шоколадный батончик</i>	55	2,3	9,6	38,3	249,7	75,00
ИТОГО		2,3	9,6	38,3	249,7	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Помидор свежий</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	20,4
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	26,35
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	14,2	203	52,56
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	18,11
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	16,3
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		36,7	42,5	181,6	1253,8	246,10

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Шоколадный батончик</i>	55	0,8	0,6	20,6	94	75,00
ИТОГО		0,8	0,6	20,6	94	75,00

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Помидор свежий</i>	100	0,6	0,2	4,2	21	20,40
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	26,35
<i>Котлеты из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	52,56
<i>Овощи тушеные</i>	180	1,6	11	16,5	171	18,11
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	16,3
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		38,3	45,6	186,7	1308,8	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Шоколадный батончик</i>	55	0,8	0,6	20,6	94	75,00
ИТОГО		0,8	0,6	20,6	94	75,00