

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Профессионал-1»

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ Чуровской СОШ



И. А. Бессольцын

Г.Н. Пантюхина

**Меню приготавливаемых блюд
для организации питания учащихся 12 и старше лет
на 2024-2025 учебный год
(осень-зима)**

№ п/п	Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	С	Са	Р	Mg	Fe				
1	Пшеничный хлеб	3	2	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Пшеничный хлеб															
2	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
3	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
4	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
5	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
6	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
7	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
8	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
9	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
10	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
11	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
12	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
13	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
14	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
15	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
16	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
17	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
18	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
19	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
20	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
21	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
22	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
23	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
24	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
25	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
26	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
27	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
28	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
29	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
30	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
31	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
32	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
33	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
34	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
35	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
36	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
37	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
38	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
39	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
40	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
41	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
42	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
43	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
44	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
45	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
46	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
47	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
48	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
49	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4
50	Суп картофельный	100	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: понедельник

Сезон: осень-зима

Неделя: 1

Возраст: 12 и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
1 046	Икра кабачковая г/п	100	1,25	7	7	95	0,06	24,46			27,43	28,94	16,59	0,79
134	Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116	0,09	20,06	0,03		43,08	63,97	26,43	0,88
97	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7	8,2	47	294	0,04		0,06		6,29	26,16	5,94	0,59
79	Котлета «Геркулес» с соусом	100	2	14,23	11,67	231,9	0,17	1,03			40,87	241,59	50,76	3,52
153	Компот из сухофруктов	200	0,42	0,02	26,84	102,5	0,02	0,73			3,48		17,49	0,7
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,82	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			27,8	34,99	136,39	979,62	0,44	46,28	0,09		133,15	399,66	125,61	7,14
Итого за день			27,8	34,99	136,39	979,62	0,44	46,28	0,09		133,15	399,66	125,61	7,14

ООО Профессионал 1

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: вторник

Сезон: осень-зима

Неделя: 1

Возраст: 12 и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
3	Салат Картофельный	100	9	12,3	8,38	180,68	0,06	11,3	0,01		17,5	42	18,6	0,69
43	Рассольник ленинградский	250	2,1	5,13	16,6	120,75	0,1	5,29	0,09		47,4	87,7	32,5	1,18
789	Каша гречневая вязкая (гарнир)	200	6,48	4	30,8	237,66	0,15				16,4	100	68	2,27
437	Гуляш из курицы	100	12,7	18,1	23,9	211	0,14	9,2	0,4		28,4	329	47	4,94
300	Чай с сахаром	200	0,2		14	56		0,1			5,25	8,24	4,4	0,87
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,8	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			34,4	39,7	123	946,31	0,47	22,21	44,98		125,75	425,39	154,04	7,46
Итого за день			34,4	39,7	123	946,31	0,47	22,21	44,98		125,75	425,39	154,04	7,46

ООО Профессионал 1

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: среда

Сезон: осень-зима

Неделя: 1

Возраст: 12 и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
91	Салат из свежей капусты с растительным маслом	100	1,13	4,84	6,5	80,68	0,03	36,6			43,2	33,3	17,2	0,61
47	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	5,1	22,3	129,5	0,09	11,8	0,04		24,7	48,6	21,2	0,81
251	Картофельное пюре	200	4,08	6,4	27,3	184	0,1	3,8	0,08		34,4	59,9	20,8	0,78
528	Котлета рыбная Нептун с соусом	100	15,2	13,7	33,3	267,68	0,04	1,13	0,13		31,1	56,4	10,4	0,84
300	Чай с сахаром	200	0,2		14	56		0,1			5,25	8,24	4,4	0,87
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,8	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			30,8	30,2	133	858,08	0,28	59,11	1		173,11	244,7	81,94	4,56
Итого за день			30,8	30,2	133	858,08	0,28	59,11	1		173,11	244,7	81,94	4,56

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: четверг

Сезон: осень-зима

Неделя: 1

Возраст: 12 и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
21	Салат из свеклы с р/маслом	100	1,45	8,43	8,7	115	0,02	6,77	0,02		48	41,6	22	1,45
41	Щи из свежей капусты с	250	8,75	9,5	8,25	154,25	0,05	17,5	0,79		47,2	47,9	20,8	0,8
284	Каша пшеничная вязкая (гарнир)	200	6,71	7,81	30,2	201,13	0,09				15,6		23,3	0,78
7 041	Тефтели мясные с рисом в соусе	100	11,2	21,2	13,3	275,8	0,06				12,1	164	22,8	2,26
300	Чай с сахаром	200	0,2		14	56		0,1			5,25	8,24	4,4	0,87
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,8	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			32,3	47,2	104	942,4	0,34	24,61	0,23		125,48	270,06	102,16	6,73
Итого за день			32,3	47,2	104	942,4	0,34	24,61	0,23		125,48	270,06	102,16	6,73

ООО Профессионал 1

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: пятница

Сезон: осень-зима

Неделя: 1

Возраст: 12 и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
47	Салат из квашенной капусты с растительным маслом	100	1,71	5	8,46	85,7	0,01	15,11	0,55		33,18	17,96	10,29	0,39
39	Борщ с капустой и картофелем	250	2	5,2	13,1	106	0,08	24,14	0,25		54,28	64,59	29,55	1,28
321	Плов из курицы	280	23,41	19,46	50,39	452,07	0,06	3,82	0,01		29,4		34,39	1,25
153	Компот из сухофруктов	200	0,42	0,02	26,84	102,5	0,02	0,73			3,48		17,49	0,7
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,82	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			31,5	29,92	128,37	886,49	0,23	43,8	0,81		132,34	121,55	100,12	4,28
Итого за день			31,5	29,92	128,37	886,49	0,23	43,8	0,81		132,34	121,55	100,12	4,28

ООО Профессионал 1

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: понедельник

Сезон: осень-зима

Неделя: 2

Возраст: 12 и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
	горошек консервированный порционно г/п	100	3	0,5	7,3	58	0,06	24,46			27,43	28,94	16,59	0,79
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,25	2,5	25,95	120	0,12	16,4	0,02		26,02	65,09	26,88	1,02
294	Каша пшеничная вязкая (гарнир)	200	8,24	5,66	32,74	203,96	0,2		0,07		23,91	110,62	40,46	1,3
75	Котлета Детская с соусом	100	11,22	20,44	3,67	252,67	0,1	1,11	0,06		32,18	203,46	26,29	3,03
300	Чай с сахаром	200	0,2		14	56		0,1			5,25	8,24	4,4	0,87
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,82	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			29,87	29,34	113,24	830,85	0,54	42,07	0,15		126,79	455,35	123,02	7,67
Итого за день			29,87	29,34	113,24	830,85	0,54	42,07	0,15		126,79	455,35	123,02	7,67

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: вторник

Сезон: осень-зима

Неделя: 2

Возраст: 12 и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
91	Салат из свежей капусты с растительным маслом	100	1,13	4,84	6,5	80,68	0,03	36,6			43,2	33,3	17,2	0,61
60	Уха со взбитым яйцом с рыбой	250	13,5	3,6	12,5	132	0,1	16	0,05		28,2	69,8	21,9	1,04
97	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7	8,2	47	294	0,04		0,06		6,29	26,2	5,94	0,59
191	Голубцы «Уралочка»	100	13,1	17,4	14	220,67	0,08		0,01		20		31,1	1,78
300	Чай с сахаром	200	0,2		14	56		0,1			5,25	8,24	4,4	0,87
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,8	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			38,9	34,3	124	923,57	0,37	61,85	0,51		123,28	505,3	104,8	8,71
Итого за день			38,9	34,3	124	923,57	0,37	61,85	0,51		123,28	505,3	104,8	8,71

ООО Профессионал 1

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: среда

Сезон: осень-зима

Неделя: 2

Возраст: 12 и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
29	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,83	5,03	1,85	56	0,03	36,6			43,2	33,3	17,2	0,61
65	Суп картофельный с клецками	250	3,35	3,35	37,1	124,75	0,05	0,74	0,5		45		8,86	0,81
120	Пюре из бобовых с маслом	200	16,6	8,23	42	306	0,26				52,2		46,7	3,67
34	Котлета Загадка курица с соусом	100	10,6	10,8	18,7	235,71	0,1	5,57	44,9		27,3	148	22,1	1,79
300	Чай с сахаром	200	0,2		14	56		0,1			5,25	8,24	4,4	0,87
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,8	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			35,6	27,6	143	918,68	0,51	40,64	0,66		184,48	270,11	119,46	9,51
Итого за день			35,6	27,6	143	918,68	0,51	40,64	0,66		184,48	270,11	119,46	9,51

ООО Профессионал 1

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: четверг

Сезон: осень-зима

Неделя: 2

Возраст: 12 и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
1 039	Винегрет овощной	100	1,57	10,18	6,7	129,2	0,06	8,75			21,76	44,85	18,39	0,77
43	Рассольник ленинградский	250	2,1	5,13	16,6	120,75	0,1	5,29	0,09		47,39	87,71	32,53	1,18
94	Рис припущенный	200	4,85	5,75	44,05	239,4	0,04	21,33	0,03		3,13	67,87	23,8	0,8
528	Котлета рыбная Нептун с соусом	100	15,22	13,66	33,34	267,68	0,04	1,13	0,13		31,06	56,39	10,42	0,84
300	Чай с сахаром	200	0,2		14	56		0,1			5,25	8,24	4,4	0,87
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,82	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			27,9	34,96	144,27	953,25	0,3	36,6	0,25		120,59	304,06	97,94	5,12
Итого за день			27,9	34,96	144,27	953,25	0,3	36,6	0,25		120,59	304,06	97,94	5,12

ООО Профессионал 1

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 11)

Рацион: Меню 5-ти дн 2 нед

День: пятница

Сезон: осень-зима

Неделя: 2

Возраст: 12 и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Платный обед														
47	Салат из квашенной капусты с растительным маслом	100	1,71	5	8,46	85,7	0,01	15,11	0,55		33,18	17,96	10,29	0,39
39	Борщ с капустой и картофелем	250	2	5,2	13,1	106	0,08	24,14	0,25		54,28	64,59	29,55	1,28
7 010	Жаркое по-домашнему	280	27,89	29,39	59,44	414,74	0,36	47,84	0,11		52,21	434,21	91,66	7,41
267	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	18,97	81,13		55			7		2	0,3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68		14,82	69,9	0,03				6	19,5	4,2	0,33
Итого за Платный обед			36,24	40,11	129,55	827,79	0,51	142,09	0,91		158,67	555,76	141,9	10,04
Итого за день			36,24	40,11	129,55	827,79	0,51	142,09	0,91		158,67	555,76	141,9	10,04