

Согласовано

Директор  
МБОУ СОШ №14



С.В. Труфанова



## ОСНОВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ № 14

на 2023- 2024 учебный год

Сезон: осень - зима

Возраст: с 12 лет и старше

Меню составлено и соответствует рецептурам блюд из сборника:

- \* "Сборник рецептур блюд на продукцию для обучающихся в всех общеобразовательных учреждениях"  
М.П Могильный- Москва «Дели Принт» 2011 г
- \* "Сборник рецептур Новосибирский НИИ гигиены респотребнадзора 2020г

Разработано



Индивидуальный предприниматель  
- ИП Я.М. Чижикова

Я.М. Чижикова

## Меню горячих завтраков и обедов для обучающихся с 5-11 классов

№ ре-пта	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, гр			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углевод ы	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Понедельник 1 неделя</b>						
<b>I Завтрак</b>						
54-19з-2020	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	1,35	2,13	66,00
пр	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	1,45	0,02	3,80	21,33
пр	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	95	2,60	2,37	11,00	86,00
пр	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
174-2011	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА, ЯЧНЕВОЙ КУКУРУЗНОЙ И ПЕРЛОВОЙ КРУП	200	6,00	10,85	32,95	294,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,41	0,37	14,62	72,33
54-4гн-2020	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	<b>Итого</b>	707	19,86	18,42	114,88	801,91
<b>Обед</b>						
54-3з 2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (ОГУРЦ)	100	0,83	0,60	2,50	14,17
88-2011	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С картофелем	250	1,77	4,95	7,90	129,75
54-1г-2020	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,48	5,88	39,36	236,16
279-2011	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с РИСОМ(80/20)	100	8,70	2,12	9,67	353,75
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,60	0,50	29,50	140,60
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,67	0,53	13,33	45,98
54-2гн-2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,50	26,80
	<b>Итого</b>	930	25,25	14,58	108,76	947,21
	<b>Итого за день</b>		45,11	33,00	223,64	1749,12
<b>Вторник 1 неделя</b>						
<b>Завтрак</b>						
пр	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,60	5,91	30,93	44,55
54-6г 2020	РИС ОТВАРНОЙ	180	3,72	6,36	23,76	167,30
288-2011	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100	12,90	11,75	26,10	112,20
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,41	0,37	14,62	72,33
54-2гн-2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,50	26,80
пр	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	0,60	96,60
	<b>Итого</b>	820,00	24,58	24,97	127,14	637,03
<b>Обед</b>						
54-8з 2020	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАВНОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1,67	10,16	9,67	13,58
54-2с 2020	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	3,76	7,12	11,98	138,00
54-11г 2020	КАША РАССЫПЧАТАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	180	9,96	7,56	43,20	280,44
54-14р 2020	КУРИЦА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	100	7,90	5,70	14,40	186,40
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,95	0,50	24,15	116,90
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,12	0,22	9,88	45,98

54-2гн 2020	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ЦИТРУС)	200	0,40	0,10	18,40	85,80
	<b>Итого</b>	930	<b>28,76</b>	<b>31,36</b>	<b>131,68</b>	<b>867,10</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>53,34</b>	<b>56,33</b>	<b>258,82</b>	<b>1504,13</b>

**Среда 1 неделя**

	<b>Завтрак</b>					
пр	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	1,45	0,02	3,80	21,33
пр	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	1,35	2,13	66,00
173-2011	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	8,20	7,23	14,00	287,70
пр	МАНДАРИНЫ	100	0,52	0,52	12,74	61,10
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,41	0,37	14,62	72,33
54-23гн 2020	КИСЕЛЬ	200	3,80	2,90	11,30	86,00
	<b>Итого</b>	612	<b>18,76</b>	<b>12,75</b>	<b>79,42</b>	<b>690,38</b>
	<b>Обед</b>					
54-3з 2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ( ОГУРЦ)	100	0,80	0,60	2,50	14,16
103-2011	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗД	250	2,69	2,84	17,46	118,25
54-22 м 2020	РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	250	26,13	8,75	22,00	271,75
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,6	0,5	29,5	140,6
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2	0,4	10	51,2
54-3Хн 2020	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,50	0,20	19,50	81,30
	<b>Итого</b>	900	<b>36,72</b>	<b>13,29</b>	<b>100,96</b>	<b>677,26</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>55,48</b>	<b>26,04</b>	<b>180,38</b>	<b>1367,64</b>

**Четверг 1 неделя**

	<b>Завтрак</b>					
54-3з 2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (ПОМИДОР)	60	0,70	0,10	2,30	12,80
54-11М-2020	ПЛОВ	250	19,13	18,38	73,25	435,38
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,30	0,20	14,80	81,60
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,2	7,9	39,1
54-2гн 2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,50	26,80
	<b>Итого</b>	590	<b>23,63</b>	<b>18,88</b>	<b>104,75</b>	<b>595,68</b>
	<b>Обед</b>					
21-2011	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	1,67	10,16	9,67	13,58
82-2011	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,03	4,92	23,44	117,00
54-6м 2020	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	17,13	16,38	28,00	276,63
310-2011	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,43	5,18	27,61	170,82
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,60	0,50	29,50	140,69
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,00	0,40	10,00	51,20
54-1Хн 2020	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,50	0,00	19,80	81,00
	<b>Итого</b>	930	<b>31,36</b>	<b>37,54</b>	<b>148,02</b>	<b>710,23</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>54,99</b>	<b>56,42</b>	<b>252,77</b>	<b>1305,91</b>

**Пятница 1 неделя**

	<b>Завтрак</b>					
пр	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,60	5,91	25,77	41,55
271-2011	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	5,61	8,60	5,84	124,00
54-1г-2020	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,48	5,88	39,36	236,16
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25

ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,41	0,37	14,62	72,33
ПР	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,50	26,80
ПР	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	0,60	96,60
	<b>Итого</b>	<b>825,00</b>	<b>20,05</b>	<b>21,34</b>	<b>117,32</b>	<b>714,69</b>
	<b>Обед</b>					
54-13з 2020	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	13,33	4,50	24,33	76,00
102-2011	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	5,49	5,27	13,34	145,75
229-2011	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	9,63	7,43	25,70	157,50
54-11г 2020	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,84	6,24	23,76	203,27
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,95	0,50	24,15	116,90
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,12	0,22	9,88	45,98
54-2Хн 2020	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,10	0,10	15,70	66,90
	<b>Итого</b>	<b>980</b>	<b>37,46</b>	<b>24,26</b>	<b>136,86</b>	<b>812,30</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>57,51</b>	<b>45,60</b>	<b>254,18</b>	<b>1526,99</b>
<b>Суббота 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>					
пр	БОБОВЫЕ (ГОРОХ ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВА)	60	0,60	0,11	1,60	8,60
54-22м 2020	ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРИЦЫ	100	8,72	12,38	38,14	163,00
54-4г 2020	КАША РАССЫПЧАТАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	180	8,30	8,95	37,37	262,50
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,41	0,37	14,62	72,33
54-2гн 2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,34	26,80
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>23,98</b>	<b>22,19</b>	<b>122,70</b>	<b>650,48</b>
	<b>Обед</b>					
54 2з 2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (перец)	100	0,40	0,05	0,85	5,00
54-2с 2020	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,59	4,99	9,15	95,25
54-4г 2020	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	2,86	4,32	23,01	142,35
54-24м 2020	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	13,39	8,17	9,51	164,77
54-1 соус 2020	СОУС МОЛОЧНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	30	9,67	5,90	6,87	119,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,95	0,50	24,15	116,90
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,12	0,22	9,88	45,98
54-2 гн 2020	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	0	0,20	0,00	6,34	26,80
	<b>Итого</b>	<b>740</b>	<b>33,18</b>	<b>24,15</b>	<b>89,76</b>	<b>716,05</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>57,15</b>	<b>46,34</b>	<b>212,46</b>	<b>1366,53</b>
<b>Понедельник 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>					
пр	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	95	2,60	2,37	11,00	86,00
пр	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	1,35	2,13	66,00
пр	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	1,45	0,02	3,80	21,33
173-2011	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯННАЯ	200	9,04	13,44	40,16	318,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,41	0,37	14,62	72,33
ПР	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,41	9,80	44,40
54-4 гн 2020	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,80	2,90	11,30	86,00
	<b>Итого</b>	<b>712,00</b>	<b>23,53</b>	<b>21,24</b>	<b>117,44</b>	<b>811,31</b>

		Обед				
54-3з 2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (ПОМИДОР)	100	1,00	0,60	3,85	21,33
88-2011	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	1,77	4,95	17,90	129,75
54-6м 2020	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	13,70	13,10	42,40	221,30
54-6г 2020	РИС ОТВАРНОЙ	180	3,72	6,36	23,76	167,30
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,95	0,50	24,15	116,90
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	14,8	70,3
54-2гн 2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,34	26,80
	<b>Итого</b>	<b>930</b>	<b>26,64</b>	<b>25,71</b>	<b>133,20</b>	<b>753,68</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>50,17</b>	<b>46,95</b>	<b>250,64</b>	<b>1564,99</b>
<b>Вторник 2 неделя</b>						
		Завтрак				
пр	БОВОВЫЕ (ГОРОХ ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	50	0,50	0,10	1,50	8,50
54-4г 2020	КАША РАССЫПЧАТАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	180	9,96	7,56	36,00	280,44
294-2011	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ	100	8,72	12,38	38,14	163,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,41	0,37	14,62	72,33
пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,30	0,20	7,90	39,10
54-2гн-2020	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,20	0,00	6,40	26,80
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>22,89</b>	<b>20,80</b>	<b>104,56</b>	<b>613,90</b>
		Обед				
54-8з 2020	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1,67	10,16	9,67	13,58
103-2011	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗД	250	2,69	2,84	17,46	118,25
54-11г-2020	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,84	6,24	23,76	203,27
235-2011г	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ	100	9,10	6,90	30,73	130,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,60	0,50	29,50	140,60
пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,00	0,40	10,00	51,20
54--4гн 2020	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ЛИЗЮМ)	200	0,40	0,10	18,40	75,80
	<b>Итого</b>	<b>930</b>	<b>24,30</b>	<b>27,14</b>	<b>139,52</b>	<b>732,70</b>
<b>Среда 2 неделя</b>	<b>Итого за день</b>		<b>47,19</b>	<b>47,94</b>	<b>244,08</b>	<b>1346,60</b>
		Завтрак				
ПР	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	1,35	2,13	66,00
пр	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	1,45	0,02	3,80	21,33
ПР	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
175-2011	КАКША "ДРУЖБА"	200	6,08	11,18	43,48	260,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,41	0,37	14,62	72,33
54-21гн 2020	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,60	3,60	12,60	100,40
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>17,24</b>	<b>15,93</b>	<b>105,13</b>	<b>594,38</b>
		Обед				
54-13з 2020	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	13,30	4,50	7,66	76,00
96-2011	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,02	5,09	21,98	127,25
54-1г 2020	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,48	5,88	39,36	236,16
54-14р 2020	КУРИЦА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	100	7,90	5,70	14,40	186,40
пр	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (50)	60	2,30	0,20	14,80	70,30

пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,00	0,20	5,00	25,60
54-1хн 2020	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,50	0,00	19,80	81,00
	<b>Итого</b>	930	<b>33,50</b>	<b>21,57</b>	<b>123,00</b>	<b>802,71</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>50,74</b>	<b>37,50</b>	<b>228,13</b>	<b>1397,09</b>
<b>Четверг 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>					
54-3з 2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (ПОМИДОР)	60	0,70	0,10	2,30	12,80
54-11г 2020	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,84	6,24	23,76	203,27
54-5м 2020	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100	12,90	4,00	6,10	112,20
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,41	0,37	14,62	72,33
54-4гн 2020	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,10	3,70	50,90
	<b>Итого</b>	<b>625,00</b>	<b>25,20</b>	<b>12,19</b>	<b>75,11</b>	<b>568,75</b>
	<b>Обед</b>					
пр	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ( ОГУРЦ)	100	0,80	0,60	2,50	14,16
82-2011	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,03	4,92	13,44	117,00
54-18м 2020	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	15,13	10,88	71,50	397,50
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,95	0,50	24,15	116,90
пр	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,75	0,38	24,63	117,25
54-2гн 2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,40	26,80
	<b>Итого</b>	<b>900,00</b>	<b>25,86</b>	<b>17,28</b>	<b>142,62</b>	<b>789,61</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>51,06</b>	<b>29,47</b>	<b>217,73</b>	<b>1358,36</b>
<b>Пятница 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>					
ПР	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,63	5,91	30,93	41,55
54-6к 2020	РИС ОТВАРНОЙ	180	3,72	6,36	23,76	167,30
54-4м 2020	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	13,70	13,10	19,40	221,30
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25
пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,41	0,37	14,62	72,33
54-2гн 2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,40	26,80
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>24,41</b>	<b>26,12</b>	<b>119,74</b>	<b>646,53</b>
	<b>Обед</b>					
54-8з-2020	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1,67	10,16	9,67	13,58
102-2011	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	5,42	5,27	13,34	145,75
54-11м 2020	ПЛОВ	250	19,13	18,38	85,75	435,38
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	1,12	0,22	9,88	45,98
пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	0,30	19,70	91,80
54- 3хн 2020	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,50	0,20	19,50	81,30
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>30,84</b>	<b>34,53</b>	<b>157,84</b>	<b>813,79</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>55,25</b>	<b>60,65</b>	<b>277,58</b>	<b>1460,32</b>
<b>Суббота 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>					
54-3з-2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (ПОМИДОР)	50	0,80	0,80	19,60	94,00
54-4г 2020	КАША РАССЫПЧАТАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	180	9,96	7,56	36,00	280,44
54-6м 2020	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	13,70	13,10	42,40	221,30
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,75	0,38	24,63	117,25

пр	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,41	0,37	14,62	72,33
54-2г 2020	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,40	26,80
	<b>Итого</b>	<b>615,00</b>	<b>30,82</b>	<b>22,21</b>	<b>143,65</b>	<b>812,12</b>
	<b>Обед</b>					
54-4з 2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (перец)	100	0,50	0,10	1,50	8,50
54-1с 2020	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	4,70	5,70	10,10	110,40
54-23м 2020	ГУЛЯШ	100	14,30	3,20	10,00	126,50
54-21г 2020	КАША РАССЫПЧАТАЯ (ПЕРЛОВАЯ)	180	1,12	0,22	9,88	45,98
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	1,12	0,22	9,88	45,98
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	0,30	19,70	91,80
54-5хн 2020	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,40	0,02	8,40	98,00
	<b>Итого</b>	<b>930,00</b>	<b>25,14</b>	<b>9,76</b>	<b>69,46</b>	<b>527,16</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>55,96</b>	<b>9,46</b>	<b>49,76</b>	<b>435,36</b>