

Директор школы:

«Утверждаю»
Гузаеров А.Х.

МЕНЮ МБОУ СОШ им.Т.Назмиева с.Ябалаково на 30.04 2026г
для обучающихся начальных классов

Рацион: Основное организованное меню с 7-11 лет

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: Основное организованное меню с 7-11 лет

№ реп.	Прим. пище., наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тертая говядина с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
265	Соус томатный	30	0,160	1,100	1,570	16,650								
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		610	24,679	32,569	93,885	778,348	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921

МЕНЮ для детей из ММС

Рацион: Основное организованное меню с 7-11 лет

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: Основное организованное меню с 7-11 лет

№ реп.	Прим. пище., наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тертая говядина с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
265	Соус томатный	30	0,160	1,100	1,570	16,650								
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		610	24,679	32,569	93,885	778,348	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921

МЕНЮ для детей участников СВО(1-4 классы)

Рацион: Основное организованное
меню с 12 лет и старше

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: Основное организованное меню с 12 лет и старше

№ реп.	Прим. пище., наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тертая говядина с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,936	94,408	783,965	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921
обед														
95	Рассольник ленинградский	250	2,663	6,171	13,641	120,905	0,012	1,707	195,854	2,288	6,073	23,122	8,390	0,280
115	Рагу овощное с мясом	200	19,510	19,890	19,530	331,430	0,120	14,600	750,270	2,960	23,190	66,850	29,050	0,990
259	Хиоаль из концентрата "Виталек"	200	0,000	0,000	24,000	85,000		0,270			1,700		0,530	0,140
1	Хлеб пшеничный	20	1,620	0,200	9,760	48,400				0,000	0,600		0,420	0,030
2	Хлеб ржаной	30	1,400	0,300	13,400	62,740	0,020			0,210	5,000		5,970	0,670
Итого за обед		700	25,213	26,561	80,531	658,375	0,152	16,577	946,124	5,468	39,963	89,972	44,89	2,27
Итого за день		1450	49,945	59,497	174,94	1442,340	0,289	26,877	1038,624	6,150	189,940	217,885	76,93	5,191

МЕНЮ для детей участников СВО(5-11 классы)

Рацион: Основное организованное меню с 12 лет и старше

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: Основное организованное меню с 12 лет и старше

№ реп.	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,260	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,936	94,408	783,965	0,137	10,300	82,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921
обед														
56	Рассольник ленинградский	250	2,683	6,171	13,841	120,805	0,012	1,707	195,854	2,268	9,073	23,122	8,390	0,280
115	Рагу овощное с мясом	200	19,510	19,890	19,530	331,430	0,120	14,600	750,270	2,960	23,190	66,850	29,550	0,950
299	Кисель из концентрата "Витоски"	200	0,000	0,000	24,000	95,000		0,270			1,700		0,530	0,140
1	Хлеб пшеничный	20	1,620	0,200	9,760	48,400				0,030	0,600		0,420	0,030
2	Хлеб ржаной	30	1,400	0,300	13,400	62,740	0,020			0,210	5,000		5,970	0,870
Итого за обед		700	25,213	26,561	80,531	658,375	0,152	16,577	946,124	5,468	39,563	89,972	44,86	2,27
Итого за день		1450	49,945	59,497	174,94	1442,340	0,289	26,877	1038,624	6,150	188,940	217,885	76,93	5,191

МЕНЮ за счет родительского взноса

Рацион: Основное организованное меню с 12 лет и старше

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: Основное организованное меню с 12 лет и старше

№ реп.	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,260	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,936	94,408	783,965	0,137	10,300	82,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921

МЕНЮ для детей с ОВЗ(начальные классы)

Рацион: Основное организованное меню с 12 лет и старше

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: Основное организованное меню с 12 лет и старше

№ реп.	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,260	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,936	94,408	783,965	0,137	10,300	82,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921
обед														
56	Рассольник ленинградский	250	2,683	6,171	13,841	120,805	0,012	1,707	195,854	2,268	9,073	23,122	8,390	0,280
115	Рагу овощное с мясом	200	19,510	19,890	19,530	331,430	0,120	14,600	750,270	2,960	23,190	66,850	29,550	0,950
299	Кисель из концентрата "Витоски"	200	0,000	0,000	24,000	95,000		0,270			1,700		0,530	0,140
1	Хлеб пшеничный	20	1,620	0,200	9,760	48,400				0,030	0,600		0,420	0,030
2	Хлеб ржаной	30	1,400	0,300	13,400	62,740	0,020			0,210	5,000		5,970	0,870
Итого за обед		700	25,213	26,561	80,531	658,375	0,152	16,577	946,124	5,468	39,563	89,972	44,86	2,27
Итого за день		1450	49,945	59,497	174,94	1442,340	0,289	26,877	1038,624	6,150	188,940	217,885	76,93	5,191

МЕНЮ для детей с ОВЗ (5-11 классы)

Рацион: Основное организованное меню с 12 лет и старше

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возраст: Основное организованное меню с 12 лет и старше

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	60,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,938	94,408	783,965	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921
обед														
56	Рассольник ленинградский	250	2,683	6,171	13,841	120,805	0,012	1,707	195,854	2,268	9,073	23,122	8,390	0,280
115	Рагу овощное с мясом	200	19,510	19,890	19,530	331,430	0,120	14,600	750,270	2,960	23,190	66,850	29,550	0,950
299	Кисель из концентрата "Витощка"	200	0,008	0,000	24,000	95,000		0,270			1,700		0,530	0,140
1	Хлеб пшеничный	20	1,620	0,208	9,780	48,400				0,030	0,600		0,420	0,030
2	Хлеб ржаной	30	1,400	0,300	13,400	62,740	0,020			0,210	5,000		5,970	0,870
Итого за обед		700	25,213	26,561	80,531	658,375	0,152	16,577	946,124	5,468	39,563	89,972	44,86	2,27
Итого за день		1450	49,945	59,497	174,94	1442,340	0,289	26,877	1038,624	6,150	188,940	217,885	76,93	5,191

Повар:



Фалахова Г.

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор МБОУ СОШ с.Ябалаково *А. Гусь*
 Меню д/г д.Грузлевка МБОУ СОШ им. Г.Назмиева с.Ябалаково на *30.04.20*

Дошкольная группа филиала МБОУ СОШ им. Г.Назмиева с. Ябалаково СОШ .Старокиргизово		Неделя: 2				Возраст:		Основное организационно			
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А, мкг	Е	Са
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
завтрак											
208	Каша пшениная молочная жидкая	205	7,400	8,800	35,100	250,000	0,130	0,400	0,000	0,000	96,900
258	Чай с сахаром	200	0,200	0,020	10,050	41,420		0,100	0,500		5,250
3	Бутерброд с сыром 30/10	40	4,970	2,980	14,490	105,700	0,050			0,390	6,900
итого за завтрак 1		445	12,570	11,800	59,640	397,120	0,180	0,500	0,500	0,390	109,050
завтрак 2											
271	Кисель из концентрата "Валетек"	200	0,040	0,000	0,780	3,200		0,270			1,700
	Печенье	20	1,730	2,267	13,947	82,667	0,020		13,000		8,200
итого за завтрак 2		220	1,770	2,267	14,727	85,867	0,020	0,270	13,000	0,000	9,900
обед											
134	Салат "Мазайка"	50	2,030	6,170	4,780	82,960	0,030	4,300	200,58	2,260	4,620
187	Суп картофельный с клецками	180	1,920	3,070	9,800	73,620	0,010	1,080	147,24	1,040	7,520
179	Каша рисовая рассыпчатая	154	3,700	3,600	37,600	201,000	0,010	8,480	0,000	0,000	55,300
209	Котлеты из птицы (куриные) с овощным подливом	90	12,080	11,000	10,150	171,000	0,050	0,000	0,000	0,000	38,000
779	Чай с лимоном и сахаром	200	0,180	0,040	5,160	22,370		1,600		0,010	1,750
1	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	72,600				0,040	0,900
итого за обед		734	35,900	24,480	96,470	623,550	0,100	15,460	347,82	3,350	108,000
полдник											
242	Блины	76	5,600	10,500	24,600	217,000	0,070	0,280	0,000	0,000	67,600
204	Компот из смеси сухофруктов	200	0,540	0,100	29,170	117,650					0,600
итого за полдник		276	6,140	10,600	53,770	334,650	0,070	0,280	0,000	0,000	68,200
итого за день		1675	56,380	49,147	224,61	1441,187	0,370	16,510	361,32	3,740	295,300

Повар

/Гареева А.Ф./

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ им.Т.Назиева с.Ябалаково
Гузаеров А.Х.

Меню на 30.04.2026 г.

Завтрак для обучающихся начальных классов

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
197	Макаронные изделия отварные	200	7,170	5,280	47,820	272,160	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
265	Соус томатный	30	0,160	1,100	1,570	16,850								
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		640	22,888	22,669	105,655	733,578	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

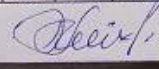
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,936	94,408	783,965	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921

Завтрак для детей, питающихся за счет родительского вноса

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,936	94,408	783,965	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921

Завтрак для детей участника СВО

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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
завтрак 1														
205	Макароны, запеченные с сыром	170	8,960	15,180	35,050	316,930	0,000	0,000	67,500	0,150	7,280	5,250	0,300	0,060
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530								
264	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280	0,040	0,300	20,000		120,370	90,000	14,020	0,130
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258	0,033	0,000	0,000	0,332	5,727	21,663	8,217	0,498
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500	0,033	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,533	0,033
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	5,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
Итого за завтрак		620	24,732	32,936	94,408	783,965	0,137	10,300	92,500	0,682	149,377	127,913	32,070	2,921
обед														
56	Рассольник ленинградский	250	2,663	6,171	13,841	120,805	0,012	1,707	195,854	2,268	9,073	23,122	8,390	0,280
115	Рагу овощное с мясом	200	19,510	19,890	19,530	331,430	0,120	14,600	750,270	2,960	23,190	66,850	29,550	0,950
299	Кисель из концентрата "Виташка"	200	0,000	0,000	24,000	95,000		0,270			1,700		0,530	0,140
1	Хлеб пшеничный	20	1,620	0,200	9,760	48,400				0,030	0,600		0,420	0,030
2	Хлеб ржаной	30	1,400	0,300	13,400	62,740	0,020			0,210	5,000		6,970	0,870
Итого за обед		700	25,213	26,561	60,531	658,375	0,152	16,577	946,124	5,468	39,563	89,972	44,86	2,27
Итого за день		1450	49,945	59,497	174,94	1442,340	0,289	26,877	1038,624	6,150	188,940	217,885	76,93	5,191

Повар  Михайлова Г.М.