

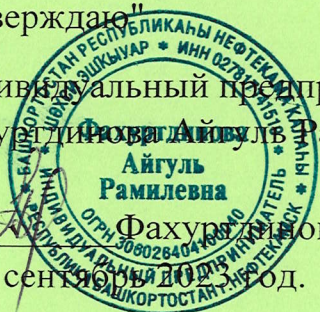
"Утверждаю"

Индивидуальный предприниматель
Фахуртдинов Айгуль Рамилевна

Айгуль
Рамилевна

Фахуртдинова А. Р.

"01" сентября 2023 г. од.



Согласовано:

Директор МАОУ Башкирская
гимназия г. Агидель

Денисламова Г. А.



Основное (организованное) двухнедельное меню
для организации питания обучающихся
общеобразовательных учреждений
города Агидель

2023-2024 учебный год

возраст с 7 до 11 лет

Осенне-зимний сезон

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 1 День недели: Понедельник															
Завтрак															
Младшие классы															
ттк №12	Котлеты куриные (филе птицы)/из говядины	50	10,49	6,02	9,63	135,37	0,07		5,72	2,71		8,77	75,93	35,91	1,04
227	Макаронные изделия отварные	200	7,55	15,37	48,06	289,33	0,12		36,00	1,11		22,44	63,36	11,32	1,16
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25
Итого		500/0	22,20	22,12	99,25	614,42	0,36	0,06	41,72	4,57		34,48	143,99	49,74	3,96
Обед															
Младшие классы															
248	Салат из б/коч. Капусты с морковью/Свекла отварная	30	0,58	0,04	3,38	16,13	0,01	3,84		0,04		14,21	16,51	8,45	0,54
55	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	200/10	1,91	4,67	8,13	83,25	0,06	24,64	10,00	1,45		48,36	48,38	20,06	0,74
171	Рыба, тушёная в смет/соусе, горбуша	30/30	11,43	7,77	2,25	124,80	0,12	2,05	26,12	2,07		27,54	124,80	23,31	0,53
219	Каша гречневая рассыпчатая	120/5	7,00	5,74	31,59	205,71	0,24		21,60	0,50		16,75	167,02	110,66	3,74
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		665/45	27,47	19,35	103,46	698,81	0,74	30,59	57,72	5,40		110,13	361,41	164,99	8,34
Итого		1 165/45	49,67	41,47	202,71	1313,23	1,10	30,65	99,44	9,97		144,61	505,40	214,73	12,30

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 1 День недели: Вторник															
Завтрак															
Младшие классы															
234	Омлет натуральный с маслом	150/5	15,86	23,29	2,97	285,17	0,10	0,56	342,73	0,81		120,01	262,26	19,89	2,95
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25
0	Фрукт	150													
Итого		550/5	20,02	24,02	44,53	474,89	0,27	0,62	342,73	1,56		123,28	266,96	22,40	4,71
Обед															
Младшие классы															
25	Овощи свежие/Салат из свеклы с раст.маслом	50	0,88	4,25	5,17	62,41	0,01	5,87		1,91		23,56	25,70	13,02	0,84
45	Суп картофельный с бобовыми	200	5,01	6,91	16,38	126,07	0,21	9,63		1,96		31,49	75,58	30,66	1,76
58	Гренки из пшеничного хлеба с витаминами и железом	15	2,28	0,39	14,94	72,58	0,10			0,42					0,70
тгк №12	Котлеты куриные (филе птицы)	50	10,49	6,02	9,63	135,37	0,07		5,72	2,71		8,77	75,93	35,91	1,04
241	Картофельное пюре с маслом	100	2,18	3,75	14,50	100,72	0,11	17,01	19,20	0,12		32,24	65,07	21,78	0,81
276	Компот из сухофруктов витам.С "	200	0,90	0,07	24,51	103,41	0,02	0,72		0,99		30,33	27,36	19,62	0,62
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		700/0	28,18	22,49	128,23	808,76	0,83	33,23	24,92	9,45		126,39	269,64	120,99	8,05
Итого		1 250/5	48,20	46,51	172,76	1283,65	1,10	33,85	367,65	11,01		249,67	536,60	143,39	12,76

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 1 День недели: Среда															
Завтрак															
Младшие классы															
161	Биточки рыбные из минтая	50	11,56	2,05	4,96	84,79	0,11	0,33	13,72	0,79		31,54	163,97	36,70	0,86
241	Картофельное пюре	200	4,34	6,77	28,98	194,83	0,22	34,02	34,40	0,24		64,24	129,84	43,56	1,62
324	Кисель плодово-ягодный	200	0,01		18,13	129,47						3,68	5,54		0,08
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25
Итого		500/0	19,96	9,52	78,62	538,09	0,50	34,35	48,12	1,78		99,46	299,35	80,26	3,81
Обед															
Младшие классы															
48	Маринад овощной(б/томата)	30	0,56	3,05	3,90	45,72	0,02	2,05		1,46		11,09	20,75	12,38	0,28
58	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	2,00	4,87	12,40	102,19	0,06	17,89	10,00	1,57		50,23	55,61	24,36	1,16
ТТК №11	Фрикадельки из кур в томатном соусе (филе)	50/10	10,96	6,20	5,33	121,10	0,06	0,76	10,99	2,16		17,77	81,11	38,78	0,91
216	Макаронные изделия отварн,с маслом	120/4	4,65	8,36	29,66	168,40	0,07		16,00	0,67		13,36	38,64	6,98	0,71
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом,для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		685/24	24,72	23,61	109,40	706,33	0,52	20,76	36,99	7,20		95,72	200,81	85,01	5,85
Итого		1 185/24	44,68	33,13	188,02	1244,42	1,02	55,11	85,11	8,98		195,18	500,16	165,27	9,66

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 1 День недели: Четверг															
Завтрак															
Младшие классы															
134	Плов из отв.птицы (грудка)	35/135	19,05	14,82	35,88	353,49	0,11	4,09	26,20	6,24		24,35	84,48	43,00	1,57
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25
0	Фрукт	150													
Итого		435/135	23,21	15,55	77,44	543,21	0,28	4,15	26,20	6,99		27,62	89,18	45,51	3,33
Обед															
Младшие классы															
47	Салат из моркови/ Икра морковная	40	0,84	3,25	4,71	52,34	0,03	4,83		1,62		23,17	31,12	18,50	0,52
56	Суп-лапша домашняя	200	2,91	4,74	15,34	115,75	0,05	1,17	10,00	2,15		15,36	36,08	9,70	0,51
161	Биточки рыбные из минтая	50	11,56	2,05	4,96	84,79	0,11	0,33	13,72	0,79		31,54	163,97	36,70	0,86
219	Каша гречневая рассыпчатая	120/5	7,00	5,74	31,59	205,71	0,24		21,60	0,50		16,75	167,02	110,66	3,74
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		695/5	28,86	16,91	114,71	727,51	0,74	6,39	45,32	6,40		90,09	402,89	178,07	8,42
Итого		1 130/140	52,07	32,46	192,15	1270,72	1,02	10,54	71,52	13,39		117,71	492,07	223,58	11,75

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 1 День недели: Пятница															
Завтрак															
Младшие классы															
109	Каша из "Геркулеса" молочная / Каша пшённная молочная	150/5	5,13	7,58	21,47	175,21	0,13	1,04	36,00	0,41		112,69	148,05	40,45	0,94
294	Чай с сахаром, лимоном	200	0,27	0,06	15,28	64,09	0,00	3,30	0,00	0,02		8,60	10,00	5,36	0,91
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	40	3,24	0,56	21,24	103,20	0,14			0,60					1,00
366	Сыр голландский порциями	10	2,89	2,93		38,50	0,00	0,08	23,10	0,04		110,00	66,00	6,05	0,08
313	Булочка "Дорожная" р/м	100	7,24	14,77	57,59	391,95	0,12		16,00	5,87		16,00	63,85	11,32	0,89
Итого		500/5	18,77	25,90	115,58	772,95	0,39	4,42	75,10	6,94		247,29	287,90	63,18	3,82
Обед															
Младшие классы															
33	Салат из б/коч. Капусты с морковью / Салат "Здоровье"	40	0,79	1,85	3,70	34,82	0,02	3,56		0,90		13,55	22,96	12,20	0,43
33	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200/5	2,01	5,06	13,96	110,10	0,09	13,67	5,00	1,93		22,84	63,12	22,39	0,84
289	Рагу овощное из птицы /грудка	180	20,25	5,91	20,28	216,82	0,21	39,96	28,66	2,35		56,06	87,29	53,49	2,39
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		705/5	29,60	13,95	96,05	630,66	0,63	57,25	33,66	6,52		95,72	178,07	90,59	6,45
Итого		1 205/10	48,37	39,85	211,63	1403,61	1,02	61,67	108,76	13,46		343,01	465,97	153,77	10,27

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 2 День недели: Понедельник															
Завтрак															
Младшие классы															
204	Макароны запечённые с сыром	210	11,16	18,14	39,52	308,23	0,10	0,13	56,45	2,19		203,02	163,82	19,49	1,06
ттк №12	Котлеты куриные (филе птицы)/ из говядины	50	10,49	6,02	9,63	135,37	0,07		5,72	2,71		8,77	75,93	35,91	1,04
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	40	3,24	0,56	21,24	103,20	0,14			0,60					1,00
Итого		500/0	25,00	24,75	85,40	607,52	0,31	0,19	62,17	5,50		215,06	244,45	57,91	3,61
Обед															
Младшие классы															
21	Салат витаминный /Икра морковная	30	0,62	1,56	4,11	33,61	0,02	10,68		0,74		17,30	14,26	8,45	0,40
65	Свекольник со сметаной	200/5	2,11	4,18	14,49	104,40	0,07	15,34	5,00	1,58		42,20	63,92	28,52	1,43
81/237	Тефтели рыбные (минтай)	50/20	8,50	5,45	8,54	117,57	0,09	2,05	9,30	2,13		26,30	120,52	28,51	0,75
224	Рис отварной, с маслом	120	3,07	4,35	32,04	179,55	0,04		21,60	0,23		7,70	67,02	21,78	0,47
280	Напиток лимонный	200	0,15	0,02	20,47	85,58	0,01	6,80		0,03		7,40	3,74	2,04	0,16
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		685/25	20,89	16,66	122,75	728,91	0,54	34,87	35,90	6,05		100,90	269,46	89,30	5,49
Итого		1 185/25	45,89	41,41	208,15	1336,43	0,85	35,06	98,07	11,55		315,96	513,91	147,21	9,10

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 2 День недели: Вторник															
Завтрак															
Младшие классы															
134	Плов из отв.птицы (грудка)	35/135	19,05	14,82	35,88	353,49	0,11	4,09	26,20	6,24		24,35	84,48	43,00	1,57
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	0,10			0,45					0,75
0	Фрукт / сок фруктовый	150													
Итого		415/135	21,59	15,27	66,82	491,61	0,21	4,15	26,20	6,69		27,62	89,18	45,51	2,83
Обед															
Младшие классы															
1	Овощи свежие /Винегрет овощной	30	0,44	3,06	2,53	39,74	0,02	3,24		1,37		9,42	14,84	6,82	0,29
59	Суп картофельный с клёцками	200	1,48	2,05	10,05	64,84	0,06	9,45	11,35	0,17		14,81	39,52	15,10	0,59
183	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	9,03	5,33	40,82	247,01	0,31		16,40	0,61		20,78	215,13	143,13	4,84
б/н	Биточки из мяса птицы с томатным соусом /филе	50/10	10,19	1,54	6,13	79,34	0,07	0,68	6,02	0,49		22,77	79,05	35,61	0,83
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом,для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		715/15	27,69	13,11	117,64	699,85	0,77	13,43	33,77	3,98		71,05	353,24	203,17	9,34
Итого		1 130/150	49,28	28,38	184,46	1191,46	0,98	17,58	59,97	10,67		98,67	442,42	248,68	12,17

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 2 День недели: Среда															
Завтрак															
Младшие классы															
239	Запеканка из творога со сгущ.мол.	80/15	18,36	7,59	23,17	238,07	0,06	0,54	50,48	0,26		179,52	217,65	26,13	0,65
108	Каша пшеничная молочная	150/5	5,67	6,42	25,93	193,66	0,12	0,98	35,00	0,59		106,99	148,05	28,72	1,45
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25
Итого		480/20	28,19	14,74	90,66	621,45	0,35	1,58	85,48	1,60		289,78	370,40	57,36	3,86
Обед															
Младшие классы															
25	Салат из свеклы с яблоком	30	0,43	1,57	4,25	33,11	0,01	3,69		0,71		12,15	12,59	6,76	0,61
69	Суп из овощей	200	1,99	4,93	9,93	92,68	0,08	17,79	10,00	1,55		37,37	54,15	20,93	0,77
тгк №12	Котлеты куриные (грудка птицы)	50	12,99	6,87	9,69	153,30	0,09	0,97	25,32	2,65		12,74	11,22	12,46	1,14
	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,65	10,26	36,02	205,43	0,09		20,00	0,82		16,41	47,00	8,49	0,87
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		715/5	27,61	24,76	118,00	753,44	0,58	22,51	55,32	7,07		81,94	129,66	51,15	6,18
Итого		1 195/25	55,80	39,50	208,66	1374,89	0,93	24,09	140,80	8,67		371,72	500,06	108,51	10,04

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 2 День недели: Четверг															
Завтрак															
Младшие классы															
241	Картофельное пюре	200	4,34	6,77	28,98	194,83	0,22	34,02	34,40	0,24		64,24	129,84	43,56	1,62
171	Рыба, тушёная в смет/соусе, горбуша	30/30	11,43	7,77	2,25	124,80	0,12	2,05	26,12	2,07		27,54	124,80	23,31	0,53
294	Чай с сахаром, лимоном	200	0,27	0,06	15,28	64,09	0,00	3,30	0,00	0,02		8,60	10,00	5,36	0,91
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	40	3,24	0,56	21,24	103,20	0,14			0,60					1,00
Итого		470/30	19,28	15,16	67,75	486,92	0,48	39,37	60,52	2,93		100,38	264,64	72,23	4,06
Обед															
Младшие классы															
4	Салат из б/коч. капусты с морковью / Свекла отварная	40	0,83	4,04	4,35	57,67	0,02	15,78		1,82		23,32	16,44	8,89	0,31
45	Суп картофельный с бобовыми	200	5,01	6,91	16,38	126,07	0,21	9,63		1,96		31,49	75,58	30,66	1,76
134	Плов из отв. птицы (грудка)	35/140	19,95	16,11	39,00	381,21	0,12	4,40	27,20	6,80		29,07	92,09	46,15	1,69
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		560/140	32,34	28,19	117,84	833,87	0,66	29,87	27,20	11,92		87,15	188,81	88,21	6,55
Итого		1 030/170	51,62	43,35	185,59	1320,79	1,14	69,24	87,72	14,85		187,53	453,45	160,44	10,61

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 2 День недели: Пятница															
Завтрак															
Младшие классы															
108	Каша пшеничная молочная / Каша манная	150/5	5,67	6,42	25,93	193,66	0,12	0,98	35,00	0,59		106,99	148,05	28,72	1,45
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	40	3,24	0,56	21,24	103,20	0,14			0,60					1,00
366	Сыр голландский порциями	10	2,89	2,93		38,50	0,00	0,08	23,10	0,04		110,00	66,00	6,05	0,08
311	Булочка "Ванильная"	100	8,22	9,89	59,01	357,59	0,13		15,00	4,71		20,94	75,91	12,47	1,07
Итого		500/5	20,13	19,83	121,19	753,67	0,39	1,12	73,10	5,94		241,20	294,66	49,75	4,11
Обед															
Младшие классы															
17	Салат из моркови / Винегрет овощной б/лука	30	0,42	1,53	5,22	36,76	0,02	1,62		0,79		8,81	17,80	12,27	0,24
62	Суп картофельный с домашней лапшой	200	2,48	2,59	16,20	98,30	0,10	13,50	5,00	1,12		15,26	56,23	20,43	0,83
б/н	Биточки из мяса птицы с томатным соусом /филе	50/10	10,19	1,54	6,13	79,34	0,07	0,68	6,02	0,49		22,77	79,05	35,61	0,83
216	Макаронные изделия отварн,с маслом	120/5	4,66	9,09	29,68	175,01	0,07		20,00	0,68		13,60	38,94	6,98	0,72
282	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,18	0,18	19,42	81,19	0,01	4,54		0,09		7,71	4,99	4,09	1,04
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	55	4,46	0,77	29,21	141,90	0,19			0,83					1,38
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	30	1,98	0,33	13,89	66,30	0,12			0,51					0,90
Итого		685/15	24,37	16,03	119,75	678,80	0,58	20,34	31,02	4,51		68,15	197,01	79,38	5,94
Итого		1 185/20	44,50	35,86	240,94	1432,47	0,97	21,46	104,12	10,45		309,35	491,67	129,13	10,05