

Утверждаю"



Индивидуальный предприниматель
Фахуртдинова Айгуль Рамилевна

Фахуртдинова А. Р.

04 апреля 2022 год.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 1 г.
Агидель Имени Р. К. Холбана

Башарова Л. М.



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

города Агидель

2021-2022 учебный год

возраст с 7 до 11 лет и с 12 до 17 лет

Весенне - летний сезон

Примерный план-меню...

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
							B1	C	A	E	B2	Ca	P	Mg	Fe	
																Белки
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
Неделя: 1 День: ПОНЕДЕЛЬНИК																
Завтрак																
Младшие классы																
ттк №12	Котлеты куриные	60	1,83	7,14	11,39	118,06	0,06		7,08	3,01		7,15	13,47	3,88	0,61	
227	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,82	10,45	37,08	210,50	0,09		20,00	0,84		15,59	48,08	8,66	0,88	
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	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25	
Итого		460/5	11,97	18,35	90,30	521,65	0,32	3,30	27,08	4,62		31,34	71,55	17,90	3,65	
Старшие классы																
ттк №12	Котлеты куриные	60	1,83	7,14	11,39	118,06	0,06		7,08	3,01		7,15	13,47	3,88	0,61	
227	Макаронные изделия отварн.с маслом	160/5	6,20	10,91	39,56	222,40	0,10		20,00	0,89		16,63	51,21	9,25	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	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90					1,50	
Итого		480/5	13,16	18,95	98,09	559,35	0,36	3,30	27,08	4,82		32,38	74,68	18,49	3,96	
Обед																
Младшие классы																
52	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	150/5	1,37	3,88	5,99	65,07	0,04	18,60	5,00	1,42		33,05	34,42	14,76	0,54	
б/н	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	90	0,49	1,33	2,58	24,60	0,01	2,31		0,66		7,67	8,37	4,32	0,20	
227	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,82	10,45	37,08	210,50	0,09		20,00	0,84		15,59	48,08	8,66	0,88	
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	
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68					1,20	
Итого		670/10	13,67	16,69	100,42	552,49	0,44	20,97	25,00	4,20		59,58	95,57	30,25	4,33	
Старшие классы																
52	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	150/5	1,37	3,88	5,99	65,07	0,04	18,60	5,00	1,42		33,05	34,42	14,76	0,54	

б/н	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	90	0,49	1,33	2,58	24,60	0,01	2,31		0,66		7,67	8,37	4,32	0,20
227	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,82	10,45	37,08	210,50	0,09		20,00	0,84		15,59	48,08	8,66	0,88
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
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68					1,20
Итого		670/10	13,67	16,69	100,42	552,49	0,44	20,97	25,00	4,20		59,58	95,57	30,25	4,33
Итого		2 280/30	52,47	70,68	389,23	2185,98	1,56	48,54	104,16	17,84		182,88	337,37	96,89	16,27
Неделя: 1 День 2 ВТОРНИК															
Завтрак															
Младшие классы															
222	Омлет натуральный с маслом	100/4	10,82	16,42	2,03	199,35	0,07	0,38	236,80	0,56		82,62	179,12	13,59	2,02
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	Печенье в пачках	50													
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		415/4	15,77	17,19	53,09	431,76	0,26	1,10	236,80	2,30		112,95	206,48	33,21	3,89
Старшие классы															
209	Омлет натуральный с маслом	120/5	12,85	19,00	2,33	231,91	0,08	0,43	279,10	0,66		96,83	212,01	16,00	2,41
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	Печенье в пачках	50													
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90					1,50
Итого		445/5	18,61	19,91	58,70	490,12	0,30	1,15	279,10	2,55		127,16	239,37	35,62	4,53
Обед															
Младшие классы															
29	Салат из свеклы с яблоками	60	0,91	3,14	8,72	67,26	0,02	7,63		1,42		27,41	26,69	14,19	1,27
45	Суп картофельный с бобовыми	180	4,36	6,11	14,46	111,63	0,19	8,70		1,76		28,14	66,89	27,28	1,55
58	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,28	0,39	14,94	72,58	0,10			0,42					0,70
ттк №12	Котлеты куриные	60	1,83	7,14	11,39	118,06	0,06		7,08	3,01		7,15	13,47	3,88	0,61
137	Картофельное пюре с маслом	120	2,64	4,07	17,74	118,47	0,13	20,85	20,60	0,15		37,05	78,70	26,53	0,98
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	25	2,03	0,35	13,28	64,50	0,09			0,38					0,63
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68					1,20
Итого		700/0	16,70	21,64	117,18	770,37	0,75	37,18	27,68	7,82		103,43	191,29	71,88	7,02
Старшие классы															
29	Салат из свеклы с яблоками	60	0,91	3,14	8,72	67,26	0,02	7,63		1,42		27,41	26,69	14,19	1,27
45	Суп картофельный с бобовыми	180	4,36	6,11	14,46	111,63	0,19	8,70		1,76		28,14	66,89	27,28	1,55
58	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,28	0,39	14,94	72,58	0,10			0,42					0,70
ттк №12	Котлеты куриные	60	1,83	7,14	11,39	118,06	0,06		7,08	3,01		7,15	13,47	3,88	0,61
137	Картофельное пюре с маслом	120	2,64	4,07	17,74	118,47	0,13	20,85	20,60	0,15		37,05	78,70	26,53	0,98
Итого		700/0	16,70	21,64	117,18	770,37	0,75	37,18	27,68	7,82		103,43	191,29	71,88	7,02

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	25	2,03	0,35	13,28	64,50	0,09			0,38				0,63
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68				1,20
Итого		700/0	16,70	21,64	117,18	770,37	0,75	37,18	27,68	7,82	103,43	191,29	71,88	7,02
Итого		2 260/9	67,78	80,38	346,15	2462,62	2,06	76,61	571,26	20,49	446,97	828,43	212,59	22,46
Неделя: 1 День: 3 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
146	Картофельное пюре с маслом	150/5	3,32	8,52	22,10	178,82	0,16	25,91	44,72	0,23	49,04	99,61	33,07	1,24
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		450/5	19,04	11,30	68,62	453,33	0,44	26,30	58,44	1,77	83,85	268,28	72,28	3,86
Старшие 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
146	Картофельное пюре с маслом	160/5	3,55	8,60	23,65	186,71	0,18	27,73	45,04	0,24	51,86	106,27	35,37	1,32
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	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90				1,50
Итого		470/5	20,08	11,52	75,48	487,02	0,49	28,12	58,76	1,93	86,67	274,94	74,58	4,19
Обед														
Младшие классы														
50	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,78	0,93	7,93	48,09	0,06	24,80	5,00	0,13	44,07	45,09	19,62	0,73
ТТК №11	Фрикадельки из кур в томатном соусе (филе)	50/10	6,77	6,40	43,39	258,84	0,28	0,76	7,16	3,00	14,37	8,44	2,23	2,11
227	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,82	10,45	37,08	210,50	0,09		20,00	0,84	15,59	48,08	8,66	0,88
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
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68				1,20
Итого		680/20	20,36	18,81	143,17	769,75	0,73	25,62	32,16	5,25	77,30	106,31	33,02	6,43
Старшие классы														
50	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,78	0,93	7,93	48,09	0,06	24,80	5,00	0,13	44,07	45,09	19,62	0,73
ТТК №11	Фрикадельки из кур в томатном соусе (филе)	50/10	6,77	6,40	43,39	258,84	0,28	0,76	7,16	3,00	14,37	8,44	2,23	2,11
227	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,82	10,45	37,08	210,50	0,09		20,00	0,84	15,59	48,08	8,66	0,88
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

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
365	Масло сливочное порциями	8	0,06	5,80	0,10	52,88	0,00		32,00	0,08		1,92	2,40		0,02
	Хлеб пшеничный с витаминами,														
	железом и йодом для детского														
0	питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	0,10			0,45					0,75
0	Фрукт	100													
Итого		373/135	21,65	21,07	66,92	544,49	0,21	4,15	58,20	6,77		29,54	91,58	45,51	2,85
Старшие классы															
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
365	Масло сливочное порциями	8	0,06	5,80	0,10	52,88	0,00		32,00	0,08		1,92	2,40		0,02
	Хлеб пшеничный с витаминами,														
	железом и йодом для детского														
0	питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	0,10			0,45					0,75
0	Фрукт	100													
Итого		373/140	22,55	22,36	70,04	572,21	0,22	4,46	59,20	7,33		34,26	99,19	48,66	2,97
Обед															
Младшие классы															
53	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/5	1,37	3,86	8,71	75,62	0,04	12,80	5,00	1,44		32,93	37,93	17,20	0,82
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
	Биточки из мяса птицы с томатным соусом /филе	60/30	1,66	2,37	8,23	61,34	0,05	1,74	3,12	0,97		25,93	20,11	5,21	0,44
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
	Хлеб пшеничный с витаминами,														
0	железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68					1,20
Итого		650/40	18,86	12,73	117,84	662,09	0,73	14,60	24,52	4,45		82,91	277,87	168,05	9,06
Старшие классы															
53	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/5	1,37	3,86	8,71	75,62	0,04	12,80	5,00	1,44		32,93	37,93	17,20	0,82
31	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		20,00	0,35		11,64	113,85	75,18	2,55
	Биточки из мяса птицы с томатным соусом /филе	60/30	1,66	2,37	8,23	61,34	0,05	1,74	3,12	0,97		25,93	20,11	5,21	0,44
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
	Хлеб пшеничный с витаминами,														
0	железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68					1,20
Итого		650/40	14,60	12,26	98,50	563,63	0,58	14,60	28,12	4,19		73,77	176,59	100,10	6,77
Итого		2 046/355	77,66	68,42	353,30	2342,42	1,74	37,81	170,04	22,74		220,48	645,23	362,32	21,65
Неделя: 2 День 8 СР-ЕДА															

Завтрак															
Младшие классы															
239	Запеканка из творога со сгущ. мол.	110/10	24,45	9,45	25,66	290,48	0,08	0,64	64,60	0,34	213,11	275,11	32,16	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,	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75				1,25	
365	железом для детского питания	8	0,06	5,80	0,10	52,88	0,00		32,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
	Масло сливочное порциями					533,08	0,25	0,70	96,60	1,17	218,30	282,21	34,67	2,65	
Итого		368/10	28,67	15,98	67,32										
Старшие классы															
239	Запеканка из творога со сгущ. мол.	120/10	26,61	10,23	27,49	313,90	0,08	0,68	70,07	0,37	229,71	298,13	34,78	0,95	
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,	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75				1,25	
365	железом для детского питания	8	0,06	5,80	0,10	52,88	0,00		32,00	0,08	1,92	2,40		0,02	
	Масло сливочное порциями					556,50	0,25	0,74	102,07	1,20	234,90	305,23	37,29	2,73	
Итого		378/10	30,83	16,76	69,15										
Обед															
Младшие классы															
59	Суп картофельный с клёцками	200	1,43	2,29	9,85	65,97	0,06	9,43	1,50	1,02	14,08	38,35	15,03	0,58	
172	Рыба-тушёная с овощами, минтай	45/45	9,70	7,06	2,41	112,52	0,08	2,39	5,82	3,15	35,60	159,02	42,80	0,73	
225	Рис припущенный	180	4,41	6,49	46,06	260,33	0,05		32,40	0,33	13,54	96,93	31,45	0,69	
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,	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75				1,25	
0	железом для детского питания	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68				1,20	
	Хлеб Свежий ржаной					716,94	0,52	11,88	39,72	5,93	66,49	299,00	91,79	4,96	
Итого		715/45	22,34	17,01	118,40										
Старшие классы															
59	Суп картофельный с клёцками	200	1,43	2,29	9,85	65,97	0,06	9,43	1,50	1,02	14,08	38,35	15,03	0,58	
172	Рыба-тушёная с овощами, минтай	45/45	9,70	7,06	2,41	112,52	0,08	2,39	5,82	3,15	35,60	159,02	42,80	0,73	
225	Рис припущенный	180	4,41	6,49	46,06	260,33	0,05		32,40	0,33	13,54	96,93	31,45	0,69	
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,	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75				1,25	
0	железом для детского питания	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68				1,20	
	Хлеб Свежий ржаной					716,94	0,52	11,88	39,72	5,93	66,49	299,00	91,79	4,96	
Итого		715/45	22,34	17,01	118,40										
Итого		2 176/110	104,18	66,76	373,27	2523,46	1,54	25,20	278,11	14,23	586,18	1185,44	255,54	15,30	
Неделя: 2. День: 9 ЧЕТВЕРГ															
Завтрак															
Младшие классы															
ТТК №11	Фрикадельки из кур в томатном соусе (филе)	50/10	6,77	6,40	43,39	258,84	0,28	0,76	7,16	3,00	14,37	8,44	2,23	2,11	
137	Картофельное пюре	160	3,53	5,42	23,66	158,02	0,18	27,81	27,47	0,19	51,38	105,38	35,50	1,32	
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
Итого		460/10	16,70	15,37	103,57	622,65	0,60	31,95	57,73	3,85	184,35	189,82	49,14	5,42
Старшие классы														
ТТК №11	Фрикадельки из кур в томатном соусе (филе)	50/10	6,77	6,40	43,39	258,84	0,28	0,76	7,16	3,00	14,37	8,44	2,23	2,11
146	Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,50	177,19	0,20	31,15	30,88	0,22	56,50	117,84	39,70	1,47
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
Итого		480/10	17,12	16,04	106,41	641,82	0,62	35,29	61,14	3,88	189,47	202,28	53,34	5,57
Обед														
Младшие классы														
44	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,42	5,78	12,33	111,88	0,10	22,25	10,00	1,93	39,04	65,14	25,63	0,92
130	Плов из мяса птицы(филе)	180	3,77	6,80	37,37	226,26	0,06	3,04		3,06	15,20	88,12	31,93	0,75
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
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68				1,20
Итого		710/10	12,18	13,61	104,47	590,46	0,46	25,35	10,00	6,27	57,51	157,96	60,07	4,38
Старшие классы														
44	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,42	5,78	12,33	111,88	0,10	22,25	10,00	1,93	39,04	65,14	25,63	0,92
130	Плов из мяса птицы(филе)	180	3,77	6,80	37,37	226,26	0,06	3,04		3,06	15,20	88,12	31,93	0,75
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
0	Хлеб Свежий ржаной	40	2,64	0,44	18,52	88,40	0,16			0,68				1,20
Итого		710/10	12,18	13,61	104,47	590,46	0,46	25,35	10,00	6,27	57,51	157,96	60,07	4,38
Итого		2 360/40	58,18	58,63	418,92	2445,39	2,14	117,94	138,87	20,27	488,84	708,02	222,62	19,75
Неделя: 2 День 10 ПЯТНИЦА														
Завтрак														
Младшие классы														
210	Каша "Дружба" молочная	150/5	4,85	6,72	26,55	186,71	0,10	1,01	35,48	0,14	104,73	125,24	29,62	0,67
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
340	Шаньги с картофелем	50	3,36	3,28	18,34	116,38	0,08	5,66	18,12	0,67	26,85	53,82	11,99	0,61
Итого		450/5	14,45	13,52	81,14	505,51	0,32	6,81	76,70	1,45	244,85	249,76	50,17	2,87
Старшие классы														
210	Каша "Дружба" молочная	180/5	5,81	7,34	31,61	216,48	0,12	1,21	38,58	0,16	122,34	149,35	35,35	0,77
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

[illegible]