

Согласовано



Директор школы

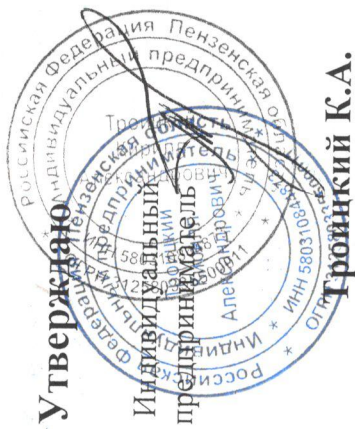
Согласовано



Начальник Территориального
отдела управления
Роспотребнадзора по
Пензенской области

Салихов К.Ф.

Утверждаю



Индивидуальный
предприниматель

Тройцкий К.А.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ

МЕНЮ

и пищевая ценность приготовляемых блюд

сезона осень - зима

2020 - 2021 учебного года

Возрастная категория учащихся старше 12 лет

день
деля
езон
озраст

первый
первая
осенне - зимний
старше 12 лет

№ идентификации	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
384	Каша молочная манная	15/15/250	4,77	6,51	34,37	207,18	0,03	8	0,05	97	145	47	1,3
8	Бутерброд с колбасой п/к	30 / 50	3,87	10,19	24,82	194,04	0,15			116	193	1,5	1,2
944	Чай с лимоном	1/200	0,3	0	15,2	60	0,06	5	0,1	26	21	11	0,1
	Итого		8,94	16,7	74,39	461,22	0,24	13	0,15	239	359	59,5	2,6
	ОБЕД												
58	Салат из помидоров свежих	1/100	1,31	3,6	3,4	53,37	0,03	15		39	28	14	0,6
200	Суп картофельный с рыбн. конс.	15/300	7,26	3,63	26,63	196,27	0,06	2,6		153	305	18	0,6
682	Рис отварной	1/200	16,53	16,67	58,87	374	0,3	0,9	0,29	42	224	39	1
643	Курица тушенная в соусе	100 / 30	15,13	11,13	8,37	318,6	0,32	10,9	0,3	272	119	15	1,4
868	Компот из сухофруктов витамин.	1/200	0,634	0	29,96	117,6	0,2	8,5		108	81	40	1,2
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	1/50	2,8	0,6	24,7	116	0,06			12	53	12	1,6
	Итого		43,664	35,63	151,93	1175,84	0,97	37,9	0,59	626	810	138	6,4
	ПОЛДНИК												
б/н	Йогурт	1/200	4,9	4,5	7,6	50,5	0,09	6	0,08	27	98	16,2	0,11
1058	Булочка Российская	1/80	7,4	7,9	22,5	214,34	0,09			46	163	21	1,5
	Итого		12,3	12,4	30,1	264,84	0,18	6	0,08	73	261	37,2	1,61
	Всего		64,904	64,73	256,42	1901,9	1,39	56,9	0,82	938	1430	234,7	10,61

№
целтуры

вторая
первая
осенне - зимний
старше 12 лет

№ целтуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
438	Омлет натуральный	1/110	12,4	2,73	23,58	182,75	0,15		0,15	188	280	32	0,5
867	Компот из урюка	1/200	0,6	0	31,4	134	0,02	11,8		16	14	8	0,4
	Итого		13	2,73	54,98	316,75	0,17	11,8	0,15	204	294	40	0,9
	ОБЕД												
55	Салат из свежих огурцов	1/100	1,2	4	2,7	52	0,02	4,1	0,05	35	70	12,5	0,5
187	Щи с мясом	1/300/15	15,5	18,41	35,62	409,07	0,07	24,8		78	224	30	0,9
679	Гречка отварная	1/200	15,31	11,45	31,77	153,83	0,16			24	144	98	3,2
608	Котлета с соусом	100/30	6,55	11,35	45,75	402,5	0,03			8,75	100	16	0,7
1010	Напиток яблочный	1/200	0,1	0	26,4	102	0,02	2,6		20	20	12	0,4
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	0,6
	Итого		42,46	45,61	166,84	1237,4	0,36	31,5	0,05	175,8	590	175,5	6,3
	ПОЛДНИК												
б/н	Сосиска запеченная в тесте	80 / 50	7,91	15,72	14,98	230	0,08			22	102	15	1,5
б/н	Сок натуральный	1/200	1	0	15,1	110	0,04	8		40	36	20	0,4
	Итого		8,91	15,72	30,08	340	0,12	8	0	62	138	35	1,9
	Всего		64,37	64,06	251,9	1894,15	0,65	51,3	0,2	441,8	1022	250,5	9,1

день
 делая
 зон
 зраст

третий
 первая
 осенне - зимний
 старше 12 лет

№ центуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
469	Запеканка из творога со смет. соус.	200 / 30	15,67	17,87	48,27	790,82	0,24	9,7	0,18	240	387	38	2,1
1008	Напиток апельсиновый	1/200	0,1	0	25,2	96		6		12	4	4	0,2
	Итого		15,77	17,87	73,47	886,82	0,24	15,7	0,18	252	391	42	2,3
	ОБЕД												
79	Салат из капусты	1/100	2,6	5	3,1	69	0,04	0,02	0,06	46	55	15	0,75
200	Суп картофельный с курицей	15 / 300	12,66	8,45	65,76	109,65	0,08	4		159	116	29	1
688	Макаронные изделия отварные	1/200	9,33	8,2	37,67	110,97	0,05			107	69	12	1
536	Сосиски отварные с соусом	100 / 30	11,6	15,65	2,6	284	0,03			96	140	15	0,8
943	Чай с сахаром	1/200	0,2	0	15	58				12	8	6	0,8
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	0,6
	Итого		40,19	37,7	148,73	749,62	0,26	4,02	0,06	430	420	84	4,95
	ПОЛДНИК												
1058	Ватрушка словидлом	40 / 50	7,4	7,9	22,5	214,34	0,09			46	163	21	1,5
б/н	Напиток "Снежок"	1/200	0,8	1,1	11,3	45,5	0,02	6	0,07	14	14	8	0,5
	Итого		8,2	9	33,8	259,84	0,11	6	0,07	60	177	29	2
	Всего		64,16	64,57	256	1896,28	0,61	25,72	0,31	742	988	155	9,25

Цель
 четвертый
 первая
 осенне - зимний
 старше 12 лет

Возраст	№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe		
старше 12 лет	ЗАВТРАК															
	679	Гречка отварная	1/200	12,31	11,45	31,77	53,83	0,16				24	144	98	3,2	
	671	Биточки из курицы с соусом	100 / 30	12,47	16,8	8,9	172,67	0,15	12	0,16	181	232	32	32	0,7	
	868	Компот из сухофруктов	1/200	0,6	0	31,4	134	0,02	1,8		16	14	8	8	0,4	
	б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	7	0,6	
		Итого		29,18	28,65	96,67	478,5	0,39	13,8	0,16	231	422	145	145	4,9	
	ОБЕД															
	б/н	Доп.гарнир из свеж.помидоров	1/40	1,12	3,28	2,4	45,6	0,03	10	0,14	31	30	12	12	0,5	
	208	Суп вермишелевый с мясн.фрик.	1/300/15	2,36	7,39	28,41	126,95	0,2	15		187	232	38	38	1,4	
694	Картофельное пюре	1/200	4,2	9	15,87	218	0,2	7,3	0,5	96	112	40	40	1,1		
510	Котлета рыбная	80 / 30	16,35	7,15	26,25	487	0,08	0,3	1	188	171	31	31	1,1		
1008	Напиток лимонный	1/200	0,1	0	24,2	93		9,2		13	4	4	4	0,3		
б/н	Хлеб ржано- пшеничный	1/50	2,8	0,6	24,7	116	0,06			12	53	12	12	0,6		
б/н	Зефир в шоколаде	1/30	0,7	3,7	20,6	119				8	16	12	12	0,9		
		Итого	27,63	31,12	142,43	1205,55	0,57	41,8	1,64	535	618	149	149	5,9		
ПОЛДНИК																
1052	Пирожок с яблоками	1/90	7,4	7,9	22,5	214,34	0,09			46	163	21	21	1,5		
б/н	Сок натуральный	1/200	1	0	15,1	110	0,04	8		40	36	20	20	0,4		
		Итого	8,4	7,9	37,6	324,34	0,13	8	0	86	199	41	41	1,9		
		Всего	65,21	67,67	276,7	2008,39	1,09	63,6	1,8	852	1239	335	335	12,7		

часть

№ рептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe		
	ЗАВТРАК														
384	Каша молочная рисовая	15/15/250	7,87	4,875	19,125	130	0,05					25	127	45	1
3	Бутерброд с сыром	30 / 50	12,11	5,68	77,25	362,38	0,06	0,11	32			147	123	13,2	0,6
008	Напиток апельсиновый	1/200	0,1	0	25,2	96			6			12	4	4	0,2
	Итого		20,08	10,555	121,575	588,38	0,11	6,11	32			184	254	62,2	1,8
	ОБЕД														
б/н	Доп.гарнир огурец свежий	1/30	1,2	3,2	8,8	68,8	0,05	4,9	16			25,6	42,4	27	0,4
169	Борщ со сметаной	1/300/15	15,51	20	2,75	257,82	0,09	19				188	231	39	1,4
685	Гороховое пюре	1/200	6,89	9,2	21,93	206,7	0,15					113	213	2,7	0,7
620	Фрикадельки в соусе	100/ 30	9,125	12,62	20,62	331	0,2		0,26			170	345	31	1,5
008	Напиток апельсиновый	1/200	0,2	0	15	58						12	8	6	0,8
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06					10	32	7	0,6
	Итого		36,725	45,42	93,7	1040,32	0,55	23,9	16,26			518,6	871,4	112,7	5,4
	ПОЛДНИК														
747	Котлета запеченная в тесте	80 / 50	7,68	8,2	8,3	139	0,12	0,02	0,07			98	162	21	1
883	Кисель	1/200	0	0	30,6	118		3				12	6	4	0,6
	Итого		7,68	8,2	38,9	257	0,12	3,02	0,07			110	168	25	1,6
	Всего		64,485	64,175	254,175	1885,7	0,78	33,03	48,33			812,6	1293	199,9	8,8

День
Неделя
Сезон
Возраст

шестой

первая

осенне - зимний

старше 12 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
355	Вареники ленивые со сметаной	200 / 30	37,24	22,5	60,32	737,9	0,04	12	0,19	41	41	16	0,7
1008	Напиток лимонный	1/200	0,1	0	24,2	93		9,2		13	4	4	0,3
	Итого		37,34	22,5	84,52	830,9	0,04	21,2	0,19	54	45	20	1
	ОБЕД												
58	Салат из помидоров свежих	1/100	1,31	3,6	3,4	53,37	0,03	15		39	28	14	0,6
196	Рассольник	1/300	2,52	5,4	16,32	132,29	0,1	6,9	0,26	174	223	31	0,1
642	Рагу из курицы	100/200/30	12,32	25,58	69,85	438,91	0,11	9	19	37	156	41	17
868	Компот из сухофруктов	1/200	0,6	0	31,4	134	0,02	1,8		16	14	8	0,4
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	0,6
	Итого		20,55	34,98	145,57	876,57	0,32	32,7	19,26	276	453	101	18,7
	Всего		57,89	57,48	230,09	1707,47	0,36	53,9	19,45	330	498	121	19,7

день
еделя
езон
озраст

первый
вторая
осенне - зимний
старше 12 лет

№ сецптурь	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
438	Омлет натуральный	1/110	10,7	8,02	17,73	187,3	0,17	10	0,14	46	164	24,4	0,7
867	Компот из урюка	1/200	1,2	0	32,6	130	0,04	6		20	16	12	1
	Итого		11,9	8,02	50,33	317,3	0,21	16	0,14	66	180	36,4	1,7
	ОБЕД												
58	Салат из свежих помидоров	1/80	2,08	4	2,48	55,2	0,03	0,02	0,05	36,8	44	12	0,6
200	Суп картофельный с курицей	15/300	14,85	17,63	19,38	292,6	0,12	1,51		48	163	36	5,2
688	Макароны отварные	1/200	7	4,2	44,3	294	0,12			147	157	13	5
536	Колбасные изделия отварн.с соус.	100 / 30	15,85	19,4	2,6	298,34	0,03			23	140	15	1
1008	Напиток лимонный	1/200	0,1	0	24,2	93		9,2		13	4	4	0,3
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	0,6
б/н	Яблоко	1 шт.	0,8	0	19,6	94	0,06	20		32	22	18	4,4
	Итого		44,48	45,63	137,16	1245,14	0,42	30,73	0,05	309,8	562	105	17,1
	ПОЛДНИК												
б/н	Сок натуральный	1/200	1	0	15,1	110	0,04	8		40	36	20	0,4
б/н	Сочник со сгущенкой	1/100	7,4	9,4	41,1	307	0,13			26	84	30	1,4
	Итого		8,4	9,4	56,2	417	0,17	8	0	66	120	50	1,8
	Всего		64,78	63,05	243,69	1979,44	0,8	54,73	0,19	441,8	862	191,4	20,6

Имя
Фамилия
Пол
Возраст

второй
вторая
осенне - зимний
старше 12 лет

№ репурты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
384	Каша молочная манная	10/10/250	8,86	9,59	31,83	90,37	0,12			18	108	73,5	2,4
8	Бутерброд с колбасой п/к	30 / 50	4,4	2,7	7,2	220	0,17			17	99	18	1,4
944	Чай с сахаром	1/200	0,2	0	15	58				12	8	6	0,8
	Итого		13,46	12,29	54,03	368,37	0,29	0	0	47	215	97,5	4,6
ОБЕД													
59	Салат из огурцов и помидоров	1/100	1,3	7,4	8,5	106	1,2	7,7	1	29	32	15	1,6
187	Щи с рыбой	15 / 300	15,51	11,41	33,8	380,2	0,06	24		79	224	30	1
645	Плов из курицы	80/150	9,98	9,44	7,12	138,14	0,12	10,2	0,13	145	186	26	0,6
1010	Напиток яблочный	1/200	0,1	0	26,4	102	0,02	2,6		20	18	12	0,4
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	0,6
б/н	Зефир в шоколаде	1/30	0,7	3,7	20,6	119				8	16	12	0,9
	Итого		31,39	32,35	121,02	963,34	1,46	44,5	1,13	291	508	102	5,1
ПОЛДНИК													
б/н	Йогурт	1/200	4,9	4,5	7,6	50,5	0,09	6	0,08	27	98	16,2	0,11
052	Пирожок с яблоками	1/90	7,4	7,9	22,5	214,34	0,09			46	163	21	1,5
	Итого		12,3	12,4	30,1	264,84	0,18	6	0,08	73	261	37,2	1,61
	Всего		57,15	57,04	205,15	1596,55	1,93	50,5	1,21	411	984	236,7	11,31

день
еделея
езон
озраст

третий
вторая

осенне - зимний
старше 12 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
463	Сырники из творога со сметанным соусом	200 / 30	19,25	19,87	66	495	0,3	15	0,18	260	402	55	2
1008	Напиток апельсиновый	1/200	0,1	0	25,2	96		8		12	4	4	0,2
	Итого		19,35	19,87	91,2	591	0,3	23	0,18	272	406	59	2,2
	ОБЕД												
б/н	Доп.гарнир свежий огурец	1/40	1,2	4	2,7	52	0,02	4,1	0,05	35	70	12,5	0,5
224	Суп вермишелевый с мясн.фрикад.	15 / 300	6,91	11,45	51,04	115,46	0,25	20,3	0,25	175	319	41	1,2
694	Картофельное пюре	1/200	4,2	9	15,87	218	0,2	7,3	0,5	96	112	40	1,1
511	Котлета рыбная	100 / 30	19,7	12,025	15,97	438	0,03	0,7		148	127	25	1,5
868	Компот из сухофруктов витамин.	1/200	0,6	0	21,4	134	0,02	1,8		16	14	8	0,4
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	0,6
	Итого		36,41	36,875	131,58	1075,46	0,58	34,2	0,8	480	674	133,5	5,3
	ПОЛДНИК												
747	Сосиска запеченная в тесте	80 / 50	7,93	8	19,17	154,89	0,13		0,08	96	163,2	21,8	0,7
1013	Напиток сокоосодержащий	1/200	0,4	0	14,4	81		6		14	2	4	0,6
	Итого		8,33	8	33,57	235,89	0,13	6	0,08	110	165,2	25,8	1,3
	Всего		64,09	64,745	256,35	1902,35	1,01	63,2	1,06	862	1245	218,3	8,8

день
деля
зон
зрост

четвертый
вторая
осенне - зимний
старше 12 лет

№ цептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe		
ЗАВТРАК															
688	Макароны отварные	1/200	7	4,2	25,3	294	0,12								
608	Котлета из говядины с соусом	100 / 30	14,7	12,025	15,97	138,14	0,03	0,7				147	157	13	5
1008	Напиток лимонный	1/200	0,1	0	24,2	93		9,2				148	127	25	1,5
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	46	118	0,06					13	4	4	0,3
												10	32	7	0,6
	Итого		25,6	16,625	111,47	643,14	0,21	9,9	0			318	320	49	7,4
ОБЕД															
58	Салат из помидоров свежих	1/100	1,31	3,6	3,4	53,37	0,03	15							
206	Суп гороховый с мясом	1/300/15	2,52	5,4	16,32	132,29	0,1	6,9	0,26			39	28	14	0,6
679	Гречка отварная	1/200	6,89	9,2	21,93	206,7	0,15					174	223	31	0,1
643	Курица тушенная в соусе	100 / 30	15,13	19,3	8,37	378,6	0,32	10,9	0,3			113	213	2,7	0,7
1010	Напиток яблочный	1/200	0,1	0	26,4	102	0,02	2,6				272	119	15	1,4
б/н	Хлеб ржано-пшеничный	1/50	2,8	0,6	24,7	116	0,06					20	18	12	0,4
												12	53	12	1,6
	Итого		28,75	38,1	101,12	988,96	0,68	35,4	0,56			630	654	86,7	4,8
ПОЛДНИК															
1058	Ватрушка сповидлом	40 / 50	9,91	9,352	28,87	217,93	0,1								
б/н	Напиток "Снежок"	1/200	0,2	0	15	58						115	75,8	12,1	1,1
												12	8	6	0,8
	Итого		10,11	9,352	43,87	275,93	0,1	0	0			127	83,8	18,1	1,9
	Всего		64,46	64,077	256,46	1908,03	0,99	45,3	0,56			1075	1058	153,8	14,1

день
дела
зона
возраст

ПЯТЫЙ
ВТОРАЯ
осенне - зимний
старше 12 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
384	Каша молочная "Дружба"	15/15/250	12,2	31,87	42	538,5	0,1			30	133	48	1,3
769	Булочка домашняя	1/80	12,11	4,68	37,25	302,38	0,06	0,11	32	147	123	13,2	0,6
944	Чай с лимоном	1/200	0,3	0	15,2	60		2,2		16	8	6	0,8
	Итого		24,61	36,55	94,45	900,88	0,16	2,31	32	193	264	67,2	2,7
ОБЕД													
б/н	Доп. гарнир салат из свеж. капусты	1/40	1,2	4	2,7	52	0,02	4,1	0,05	35	70	12,5	0,5
224	Суп вермишелевый с курицей	15 / 300	2,36	3,14	13,02	328,62	0,21	15		187	232	38	1,4
685	Гороховое пюре	1/200	10,31	5,45	31,77	153,83	0,16			24	144	98	3,2
591	Гуляш из говядины	100 / 30	15,34	11,09	4,43	34,16	0,06	4		52,5	103	26	1,3
868	Компот из сухофруктов витамин.	1/200	0,6	0	31,4	134	0,02	14,5		16	14	8	0,4
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	46	118	0,06			10	32	7	0,6
	Итого		33,61	24,08	129,32	820,61	0,53	37,6	0,05	324,5	595	189,5	7,4
ПОЛДНИК													
885	Кисель	1/200	0,1	0	25,2	96		8		12	4	4	0,2
747	Котлета запеченная в тесте	80 / 50	7,68	8,2	8,3	139	0,12	0,02	0,07	98	162	21	1
	Итого		7,78	8,2	33,5	235	0,12	8,02	0,07	110	166	25	1,2
	Всего		66	68,83	257,27	1956,49	0,81	47,93	32,12	627,5	1025	281,7	11,3

№
целтуры

шестой
вторая
осенне - зимний
старше 12 лет

Прием пищи,
наименование блюда
ЗАВТРАК

№ целтуры	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
315	Запеканка рисовая с творогом	1/200	28,2	14,13	42,8	229,33	0,17	13,3	0,18	48	59	16	0,8	
1013	Напиток сокодержажий	1/200	0,4	0	14,4	81		6		14	2	4	0,6	
	Итого		28,6	14,13	57,2	310,33	0,17	19,3	0,18	62	61	20	1,4	
59	Салат из огурцов и помидоров	1/100	1,4	4,1	3	57	0,03	12	0,17	38	37	15	0,6	
170	Борщ с мясом	15 / 300	3,51	8,84	30,65	209,6	0,1	14		89	264	24	0,6	
694	Картофельное пюре	1/200	4,2	9	15,87	218	0,2	7,3	0,5	96	112	40	1,1	
618	Тефтели с соусом	100 / 30	16,35	21,15	76,25	714	0,08	0,3	1	188	171	31	1,1	
1008	Напиток лимонный	1/200	0,1	0	24,2	93		9,2		13	4	4	0,3	
б/н	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06			10	32	7	0,6	
	Итого		29,36	43,49	174,57	1409,6	0,47	42,8	1,67	434	620	121	4,3	
	Всего		57,96	57,62	231,77	1719,93	0,64	62,1	1,85	496	681	141	5,7	