



Согласовано:  
 Директор МБОУ  
 Новочурашевская СОШ  
 Д. В. Ильин  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
 ООО "Ибресинский ресторан Чекес"  
 Директор \_\_\_\_\_ Марышева А.А.  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Возрастная категория: с 12 лет и старше  
 Осенне- зимний сезон.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	15 сыр порциями	25	71,66	4,64	5,9	0	0,01	0,14	52	0,1	176	100	7	0,2
	Каша молоч.пшениная с маслом	200/10	285	7,51	11,72	37,05	0,19	1,17	58	0,71	138,1	184,37	47,6	1,23
	379 Кфейный напиток с молоком	200	155,2	3,6	2,67	29,2	0,03	1,47	0	0	158,67	132	29,33	2,4
	Хлеб пшеничный	20	63	1,41	0,3	0,3	0,02	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	338 Мандарины св.порциями	100	46,6	1,06	0,18	10,18	0,06	107,15	0	0,35	60,72	41,06	23,22	0,53
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>621,46</b>	<b>18,22</b>	<b>20,77</b>	<b>76,73</b>	<b>0,31</b>	<b>109,93</b>	<b>110</b>	<b>1,42</b>	<b>538,09</b>	<b>474,83</b>	<b>113,75</b>	<b>4,58</b>
Обед	71 Огурцы свежие порциями	100	20	0,7	0,1	1,8	0,04	4,9	0	0	17	14	30	0,5
	102 Суп картофельный с горохом	200	148	5,49	5,27	16,54	0,23	5,83	0	2,43	42,68	35,58	88,1	2,05
	269 Котлеты рубленые с соусом	50/50/10	165	9,08	15,2	9,2	0,09	0,4	12,1	0	13,75	94,04	18,91	1,4
	309 Макароны отварные	200	282,66	7,14	10,5	39,9	0,08	0	0	2,73	16,8	48,3	10,5	1,05
	Чай с фруктовым соком	200	95	0,34	0,02	24,53	0	1,04	0	0,05	6,13	7,21	3,98	0,58
	Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66
	<b>Итого</b>	<b>860</b>	<b>836,66</b>	<b>25,57</b>	<b>31,69</b>	<b>92,57</b>	<b>0,56</b>	<b>12,17</b>	<b>12,1</b>	<b>5,84</b>	<b>110,16</b>	<b>251,33</b>	<b>171,29</b>	<b>6,24</b>
							<b>День 2 (Вторник)</b>							
							<b>Витамины и минеральные вещества</b>							
Завтрак	71 Наименование блюда	Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	100(50/50) котлеты рубленые из фарша	30	6,6	0,33	0,06	1,05	0,01	5,25	0	0,35	5	17,5	7,5	0,45
	294 Филе птицы с соусом	196	13,6	9,5	2,33	0,06	0,55	0	0	0	37,1	51,1	13,1	1,09
	304 Рис отварной	200	280	4,87	7,17	48,91	0,06	0	0	0,38	1,82	21,78	81,26	0,7
	342 Компот из св.яблок	200	109	0,16	0,16	27,87	0,08	0,9	1,8	0	6,4	4,4	3,6	0,18
	Хлеб пшеничный	20	63	1,41	0,3	0,3	0,02	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>654,6</b>	<b>20,37</b>	<b>17,19</b>	<b>80,46</b>	<b>0,23</b>	<b>6,7</b>	<b>1,8</b>	<b>0,99</b>	<b>54,92</b>	<b>112,18</b>	<b>112,06</b>	<b>2,64</b>



№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества					
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
348	Компот из кураги	200	114,8	0,78	0,05	27,63	0,03	0,6	0	0	32,32	21,9	17,56	0,48
	Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>660,66</b>	<b>23,78</b>	<b>31,65</b>	<b>70,03</b>	<b>0,29</b>	<b>1,24</b>	<b>67,1</b>	<b>0,62</b>	<b>255,5</b>	<b>408,7</b>	<b>90,16</b>	<b>5,13</b>
<b>Обед</b>														
52	Салат из свеклы	100	171	1,26	15,06	7,65	0,02	6,65	0	2,7	35,3	40,5	20,6	1,31
88	Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной	250/5	98,7	1,83	5,93	7,78	0,05	15,7	0	0	49,2	49	22,12	0,83
291	Плов из птицы	300(100/)	384	30,4	10,11	42,12	0,12	6,78	21,9	0	52,14	197,25	60,8	2,22
348	Компот из чернослива	200	136	0,57	0	34,41	0,01	0,45	0	0	20,32	12,46	17,12	0,45
	Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66
	<b>Итого</b>	<b>915</b>	<b>915,7</b>	<b>36,88</b>	<b>31,7</b>	<b>92,56</b>	<b>0,32</b>	<b>29,58</b>	<b>21,9</b>	<b>3,33</b>	<b>170,76</b>	<b>351,41</b>	<b>140,44</b>	<b>5,47</b>
<b>День 5 (Пятница)</b>														
<b>Витамины и минеральные вещества</b>														
<b>Завтрак</b>														
14	14 масло сливочное порц.	10	65,72	0,1	7,2	0,13	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0
183	Каша молоч. гречневая с маслом	200/10	205,2	6,1	6,9	29,6	0,2	1,6	66,2	0	186,4	249,6	100	2,91
378	Чай с молоком	200	81	1,52	1,35	15,9	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
338	Мандарины св. порциями	100	46,6	1,06	0,18	10,18	0,06	107,15	0	0,35	60,72	41,06	23,22	0,53
	Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>461,52</b>	<b>10,19</b>	<b>15,93</b>	<b>56,11</b>	<b>0,34</b>	<b>110,08</b>	<b>116,2</b>	<b>0,97</b>	<b>385,32</b>	<b>421,26</b>	<b>151,82</b>	<b>4,29</b>
<b>Обед</b>														
67	Винегрет овощной	100	16,5	2,9	10,3	15,4	0,03	9,63	0	0	31,2	43,1	19,5	0,81
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	140	2,33	6,3	17,3	0,08	8,5	0	0	29,7	57,8	24,6	0,93
280	Фрикадельки из говядины	105/55/5	140	8,83	8,63	7,54	0,04	0,27	16,31	0	24,25	79,59	14,19	5,29
310	Картофель отварной	200	212	4,04	6,57	32,6	0,2	29	0	0,2	24	108	44	1,6
342	Компот из св.яблок	200	109	0,16	0,16	27,87	0,08	0,9	1,8	0	6,4	4,4	3,6	0,18
	Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66
	<b>Итого</b>	<b>920</b>	<b>743,5</b>	<b>21,08</b>	<b>32,56</b>	<b>101,31</b>	<b>0,55</b>	<b>48,3</b>	<b>18,11</b>	<b>0,83</b>	<b>129,35</b>	<b>345,09</b>	<b>125,69</b>	<b>9,47</b>
<b>День 6 (Суббота)</b>														
<b>Витамины и минеральные вещества</b>														
<b>Завтрак</b>														
234	котлеты рыбные с соусом	100(50/5)	193	11,3	10,2	13,3	0,05	0,21	15,8	0	37,4	110,8	25,8	0,9
303	Каша пшенинная вязкая	200	205,3	5,6	6,4	30,5	0,14	0	0	0	14,5	113,96	39,7	1,3
376	Чай с сахаром	200	40	0,53	0	9,47	0	0,27	0	0	13,6	22,13	11,73	2,13
	Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44

Завтрак 2	Вафли мягкие										Итого																																																																																									
	40	180	2,38	9,68	18,64	0	0,008	0	6	25,13	0	0,62	580	681,3	21,22	26,58	72,21	0,23	0,48	15,808	0,52	98,7	306,82	90,43	5,39																																																																											
Обед	Салат из белокочанной 45 капусты										Суп крестьянский с крупой 98										Гуляш из говядины 260										Капуста тушеная 321										Компот из изюма 348										Хлеб белый										Итого																																							
	100	273,6	5,03	10,6	39,5	0,03	17,1	29,6	2,9	33,1	49,6	15,03	0,85	250	132	1,88	4,15	11,55	0,05	10	0	49,25	22,5	26,5	0,78	50/50/10	191	14,75	13,14	3,3	0,03	0,92	0	21,81	154,15	22,03	3,06	200	153,3	4,8	6,02	20,4	0,08	43,2	0	2,2	151,6	119	57,2	4,6	200	128	0,36	0	33,16	0,01	0	0	20,3	19,36	8,12	0,45	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66	910	1003,9	29,64	34,51	108,51	0,32	71,22	29,6	5,73	289,86	616,81	148,68	10,4												
	Итого																																																																																																			
	Пищевая ценность													Витамины и минеральные вещества																																																																																						
	№ по СП	Выход (гр/ккал)	Жиры			Углеводы			В1			С			А			Е			Са			Р			Mg			Fe																																																																						
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe																																																																																							
	Завтрак	15	20	71,66	4,64	5,9	0	0,01	0,14	52	0,1	176	100	7	0,2	Завтрак	15	20	71,66	4,64	5,9	0	0,01	0,14	52	0,1	176	100	7	0,2	174	200	125,11	3,78	0,67	26	0,02	1,33	0	54,7	0	130,6	157,4	36,4	0,59	382	20	42	0,94	0,2	0,2	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	338	100	33,3	0,3	7,35	0,05	15	0	0,3	24	16,5	13,5	3,3	Итого	550	570,77	15,75	18,08	40,45	0,15	17,37	106,7	0,66	468,53	402,41	89,06	6,31															
Итого																																																																																																				
Пищевая ценность													Витамины и минеральные вещества																																																																																							
№ по СП		Выход (гр/ккал)	Жиры			Углеводы			В1			С			А			Е			Са			Р			Mg			Fe																																																																						
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe																																																																																							
Обед		24	100	81,6	0,9	7,16	3,16	0,03	8,25	0	0,38	19	33,8	16,03	0,73		Обед	24	100	81,6	0,9	7,16	3,16	0,03	8,25	0	0,38	19	33,8	16,03	0,73	102	250	147,5	5,88	4,66	19,95	0,22	5,82	0	42,6	88,1	35,5	2,05	269	50/50/10	165	9,08	9,46	10,66	0,09	0,4	12,1	0	13,75	94,04	18,91	1,4	309	200	281	7,09	6,52	47,36	0,08	0,6	0	0	32,32	21,9	17,56	0,48	348	200	123	1,04	0	30,96	0,03	0,6	0	0	13,8	52,2	19,8	0,66	Итого	910	924,1	26,81	28,4	112,69	0,57	15,07	12,1	3,61	137,47	336,04	117,8	6,32
		Итого																																																																																																		
	Пищевая ценность													Витамины и минеральные вещества																																																																																						
	№ по СП	Выход (гр/ккал)	Жиры			Углеводы			В1			С			А			Е			Са			Р			Mg			Fe																																																																						
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe																																																																																							
	завтрак	71	30	6,6	0,33	0,06	1,05	0,01	5,25	0	0,35	5	17,5	7,5	0,45	завтрак		71	30	6,6	0,33	0,06	1,05	0,01	5,25	0	0,35	5	17,5	7,5	0,45	279	90(60/30)	197	8,56	14,11	9,07	0,05	0,41	33	0	2,3,65	83,14	16,5	0,68																																																							
		Итого																																																																																																		
Пищевая ценность													Витамины и минеральные вещества																																																																																							
№ по СП	Выход (гр/ккал)	Жиры			Углеводы			В1			С			А			Е			Са			Р			Mg			Fe																																																																							
		Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe																																																																																								
302	200	309,1	11,87	5,47	53,12	0,27	0	0	0	1,9,47	280	186,67	6,68																																																																																							

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр/Ккал)	Пищевая ценность										Витамины и минеральные вещества						
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
348	Компот из св.яблок	200	109	0,16	0,16	27,87	0,08	0,9	1,8	0	6,4	4,4	3,6	0,18					
	Хлеб пшеничный	20	42	0,94	0,2	0,2	0,02	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22					
	Итого	540	663,7	21,86	20	91,31	0,43	6,56	34,8	0,61	59,12	402,44	220,87	8,21					
<b>День 9 (Среда)</b>																			
71	Огурцы свежие порциями	100	20	0,7	0,1	1,8	0,04	4,9	0	0	17	14	30	0,5					
82	Борщ с капустой	250/5	147	5,8	4,6	19,9	0,05	10,6	0	0	49,6	54,6	26,1	1,22					
294	Котлеты из птицы	50/50/10	157	10,88	7,6	1,86	0,05	0,44	56,4	0	29,74	40,95	10,5	0,87					
304	рубленые с соусом	200	280	4,87	7,17	48,91	0,06	0	0	0,38	1,82	21,78	81,26	0,7					
349	Рис отварной	200	60	0,07	0,02	15	0,02	0,8	0	0,2	5,84	46	33	0,96					
	Компот из сухофруктов	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66					
	Хлеб белый	915	790	25,14	20,09	88,07	0,34	16,74	56,4	1,21	117,8	229,53	200,66	4,91					
	Итого																		
<b>День 9 (Среда)</b>																			
<b>Витамины и минеральные вещества</b>																			
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр/Ккал)	Пищевая ценность										Витамины и минеральные вещества						
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
14	Масло сл. порциями	10	65,72	0,1	7,2	0,13	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0					
173	Каша молоч.пшеничная с маслом	200/10	285	7,51	11,72	37,05	0,19	1,17	58	0,71	138,1	184,37	47,6	1,23					
	Чай с фруктовым соком	200	95	0,34	0,02	24,53	0	1,04	0	0,05	6,13	7,21	3,98	0,58					
	Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44					
338	Груша св. порциями	100	34,13	0,3	0,23	7,73	0,02	3,75	0	0,3	14,25	12	9	1,73					
	Итого	560	542,85	9,66	19,47	69,74	0,25	5,96	98	1,68	170,08	241,38	73,78	3,98					
<b>Обед</b>																			
47	Салат из квашеной капусты с маслом раст.	100	13,3	0,8	0,1	1,6	0,02	19,6	0	15,4	16	33,8	16	0,66					
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	98,7	1,83	5,93	7,78	0,05	15,7	0	0	49,2	49	22,12	0,83					
234	Котлеты рыбные с соусом	50/50/10	155	9,04	8,22	10,71	0,04	0,17	12,7	0	29,93	88,67	20,71	0,78					
312	Пюре картофельное	200	206	4,2	7,4	29,3	1,54	5	44,2	0,2	51	102,6	35,6	1,14					
348	Компот из чернослива	200	109	0,16	0,16	27,87	0,01	0,45	0	0	20,32	12,46	17,12	0,45					
	Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66					
	Итого	915	708	18,85	22,41	77,86	1,78	40,92	56,9	16,23	180,25	338,73	131,35	4,52					
<b>День 10 (Четверг)</b>																			
<b>Витамины и минеральные вещества</b>																			
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр/Ккал)	Пищевая ценность										Витамины и минеральные вещества						
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
14	Масло сл. порциями	10	65,72	0,1	7,2	0,13	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0					
291	Плов из птицы	50/150/2	256	20,27	6,74	28,08	0,08	4,52	14,6	0	34,76	131,5	40,53	1,48					
376	Чай с сахаром	200	40	0,53	0	9,47	0	0,27	0	0	13,6	22,13	11,73	2,13					

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр/Ккал)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
завтрак 2	Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	0,02	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	
	338 Яблоко св. порциями	100	33,3	0,3	0,3	7,35	0,05	15	0	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>458,02</b>	<b>22,61</b>	<b>14,54</b>	<b>45,33</b>	<b>0,15</b>	<b>19,79</b>	<b>54,6</b>	<b>0,66</b>	<b>79,36</b>	<b>190,53</b>	<b>72,36</b>	<b>7,13</b>	
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	89	2,6	7,3	3,2	0,04	17,29	29,6	2,9	33,2	49,8	15,04	0,86	
	106 Суп картофельный рыбный	250/25	126	5,9	3,6	19,8	0,11	12,1	0	0	26,5	78	32,1	1,2	
	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	50/50/10	140	8,83	8,63	7,54	0,04	0,27	16,31	0	24,25	79,59	14,19	5,29	
	303 Каша пшеничная вязкая	200	205	5,6	6,4	30,6	0,1	0	0	0	20,8	134,5	28,8	2,26	
	348 Компот из изюма	200	128	0,36	0	33,16	0,01	0	0	0	20,3	19,36	8,12	0,45	
	Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66	
	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>814</b>	<b>26,11</b>	<b>26,53</b>	<b>94,9</b>	<b>0,42</b>	<b>29,66</b>	<b>45,91</b>	<b>3,53</b>	<b>138,85</b>	<b>413,45</b>	<b>118,05</b>	<b>10,72</b>	
					<b>День 11(Пятница)</b>										
завтрак	Птица тушенная в смет.соусе	50/50	75	5,89	5,06	1,63	0,04	0,35	30,1	0	29,52	76,93	14,06	0,61	
	304 Рис отварной	200	280	4,87	7,17	48,91	0,06	0	0	0,38	1,82	21,78	81,26	0,7	
	349 Сухофруктов	200	116	0,44	0	28,88	0,02	0,8	0	0,2	5,84	46	33	0,96	
	Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>534</b>	<b>12,61</b>	<b>12,53</b>	<b>79,72</b>	<b>0,16</b>	<b>1,15</b>	<b>30,1</b>	<b>1,1</b>	<b>46,38</b>	<b>179,51</b>	<b>141,52</b>	<b>2,71</b>	
обед	Помидоры свежие порциями	100	20	0,8	0,2	5,2	0,03	17,5	0	1,16	16,6	58,3	25	1,5	
	103 макаронными изделиями	250	146,2	2,8	5,3	20,8	1,4	8,25	0	0	29,07	67,5	27,27	1,12	
	269 соусом	50/50/10	165	9,08	9,46	10,66	0,09	0,4	12,1	0	13,75	94,04	18,91	1,4	
	302 каша гречневая рассыпчатая	200	309,1	11,87	5,47	53,12	0,27	0	0	0	19,47	280	186,67	6,68	
	342 Компот из св.яблок	200	41,6	0,53	0	9,87	0,08	0,9	1,8	0	6,4	4,4	3,6	0,18	
	Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66	
	<b>Итого</b>	<b>910</b>	<b>807,9</b>	<b>27,9</b>	<b>21,03</b>	<b>100,25</b>	<b>1,99</b>	<b>27,05</b>	<b>13,9</b>	<b>1,79</b>	<b>99,09</b>	<b>556,44</b>	<b>281,25</b>	<b>11,54</b>	
					<b>День 12 (Суббота)</b>										
					<b>Витамины и минеральные вещества</b>										
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр/Ккал)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
			Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		

	181	Каша молоч.манная с маслом	200/10	197,1	6,11	4,1	33,8	0,04	0,36	33,1	0,1	134,7	111,5	17,3	0,27
<b>Завтрак</b>	378	Чай с молоком	200	81	1,52	1,35	15,9	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
		Хлеб пшеничный	20	42	0,94	0,2	0,2	0,02	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	440	Булочка творожная	100	262	13,08	6,06	3,08	0,14	0,18	44	0	75,8	140	34,6	1,52
	209	Яйцо вареное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	0,03	0	100	0,24	22	76,8	4,8	1
		<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>644,94</b>	<b>26,73</b>	<b>16,31</b>	<b>53,26</b>	<b>0,27</b>	<b>1,87</b>	<b>187,1</b>	<b>0,6</b>	<b>363,7</b>	<b>438,5</b>	<b>78,7</b>	<b>3,42</b>
<b>Обед</b>	70	Огурцы соленые	100	13,3	0,8	0,1	1,6	0,01	2,9	0	0,08	19,1	20	11,6	0,5
	98	Суп крестьянский с крупой	250	132	1,88	4,15	11,55	0,05	10	0	0	49,25	222,5	26,5	0,78
	268	Шницель рубленный с соусом	50/50/10	165	9,08	9,46	10,66	0,19	2,54	10,1	0	13,32	84,39	18,89	1,1
	312	Пюре картофельное	200	206	4,2	7,4	29,3	1,54	5	44,2	0,2	51	102,6	35,6	1,14
	348	Компот из чернослива	200	136	0,57	0	34,41	0,01	0,45	0	0	20,32	12,46	17,12	0,45
		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	0,12	0	0	0,63	13,8	52,2	19,8	0,66
		<b>Итого</b>	<b>910</b>	<b>778,3</b>	<b>19,35</b>	<b>21,71</b>	<b>88,12</b>	<b>1,92</b>	<b>20,89</b>	<b>54,3</b>	<b>0,91</b>	<b>166,79</b>	<b>494,15</b>	<b>129,51</b>	<b>4,63</b>