

Согласовано:

Директор

(ФИО директора)

Дата: г.

Утверждаю:

Директор ООО «Общепит»

Н.В. Яругина

Дата: 2025 г.

Перспективное двенадцатидневное меню для организации питания детей в пришкольном оздоровительном лагере на 2025 г.

День 1 (Понедельник)															
Прием пищи	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	Каша молочная пшенная с маслом	230,00	328,73	10,72	11,47	82,84	0,20	1,42	0,02	0,24	148,65	228,01	60,54	1,59	
	сыр порциями	30,00	108,00	6,90	7,17	0,00	0,01	0,21	0,08	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	
	Кофейный напиток с молоком	200,00	146,30	3,30	2,73	24,96	0,04	1,30	0,02	0,00	120,00	90,00	14,00	0,10	
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44	
	Итого	500,00	678,23	23,96	21,69	127,24	0,29	2,93	0,12	0,43	540,65	494,01	90,64	2,43	
Обед	Салат витаминный	60,00	57,22	0,93	3,67	5,36	0,02	9,30	0,20	1,69	15,03	17,82	8,88	0,27	
	Борщ с капустой картофелем со смет.	250,00	127,13	5,43	6,37	12,81	0,11	11,79	0,43	2,44	42,92	49,66	24,95	1,07	
	Макароны отварные	200,00	267,03	7,26	6,52	43,61	0,07	0,00	0,03	1,12	5,54	52,04	9,30	1,09	
	Тефтели рубленые с о смет том соусом	110,00	171,04	5,32	12,61	8,43	0,01	0,92	0,02	0,54	5,74	7,33	1,85	0,10	
	Чай с сахаром	200,00	56,85	0,10	0,03	14,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47	
	Яблоки св.порциями	100,00	45,00	0,40	0,40	9,80	0,03	4,00	0,01	0,40	10,00	8,00	2,00	1,00	
Итого	960,00	822,27	22,16	30,12	111,28	0,26	26,01	0,69	6,19	83,43	153,81	52,62	4,00		
День 2 (Вторник)															
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	200,00	267,53	7,47	12,92	31,22	0,17	1,24	0,06	0,77	136,98	223,76	66,72	1,61	
	Бутерброд с повидлом	60,00	170,20	3,15	4,49	29,30	0,05	0,08	0,02	0,09	11,30	28,85	6,65	0,64	
	Какао с молоком	200,00	143,00	3,97	3,42	26,08	0,04	1,30	0,02	0,01	125,12	116,20	31,00	0,98	
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44	
	Итого	500,00	675,93	17,63	21,15	106,04	0,30	2,62	0,10	0,91	281,40	394,81	109,97	3,67	
Обед	Помидоры свежие	50,00	11,50	0,55	0,10	1,90	0,03	12,50	0,00	0,35	7,00	13,00	10,00	0,45	
	Суп картофельный с горохом, с мясом	250,00	144,92	8,67	3,35	19,57	0,30	13,78	0,44	1,42	34,72	87,88	36,42	2,05	
	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	359,91	11,64	8,70	57,26	0,28	0,00	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19	
	Птица тушенная в смет.соусе	100,00	164,25	14,43	10,54	2,85	0,51	0,02	0,36	0,96	8,47	6,35	0,96	0,05	
	Компот из смеси сухофруктов	200,00	126,05	0,57	0,00	32,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47	
	Груша св. порциями	100,00	42,00	0,40	0,30	9,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	
Итого	940,00	946,63	38,98	23,51	139,57	1,16	31,30	0,83	3,95	93,46	418,77	249,26	11,51		
День 3 (Среда)															
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	Запеканка творожная с молоком сгущенным	200,00	490,62	36,36	22,47	51,04	0,10	0,68	0,12	0,76	355,35	436,05	46,92	1,09	
	Мандарины порциями	100,00	40,00	0,80	0,30	8,10	0,06	38,00	0,01	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10	
	Чай с лимоном	200,00	59,16	0,16	0,03	15,20	0,00	2,80	0,00	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04	
	Итого	500,00	589,78	37,32	22,80	74,34	0,16	41,48	0,13	0,97	393,15	454,59	58,76	1,23	
Обед	Огурцы свежие	60,00	8,40	0,48	0,60	1,56	0,02	6,00	0,01	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	
	Суп картофельный с макарон.изделиями с мясом	250,00	140,02	6,33	3,20	20,82	0,18	15,70	0,44	1,45	16,63	65,32	24,60	1,00	
	Пюре картофельное	200,00	220,37	4,24	10,94	26,34	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37,00	1,32	
	Рыба припущенная с соусом	80,00	51,88	8,78	1,18	2,06	0,05	0,28	0,02	0,30	23,33	91,56	22,01	0,40	
	Компот из изюма	200,00	108,83	0,36	0,00	28,06	0,03	0,00	0,00	0,10	15,87	25,59	8,33	0,60	
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47	
	Кондитерское изделие	50,00													
Итого	880,00	627,50	22,91	16,44	95,12	0,49	28,90	0,70	2,20	124,21	336,94	105,98	4,15		
День 4 (Четверг)															
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	Каша из риса и пшена с маслом	230,00	287,80	7,56	13,31	61,07	0,11	1,42	0,07	0,23	139,49	171,61	39,87	0,84	
	сыр порциями	30,00	108,00	6,90	7,17	0,00	0,01	0,21	0,08	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	
	Чай с сахаром	200,00	56,85	0,10	0,03	14,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44	
	Итого	500,00	547,85	17,60	20,83	95,50	0,16	1,63	0,15	0,42	411,49	347,61	55,97	1,58	
Обед	Салат из сырых овощей	60,00	54,52	0,73	0,05	13,22	0,04	3,45	0,90	0,22	18,63	33,92	20,23	0,53	
	Щи из свежей капусты с картоф. С мясом со сметаной	250,00	114,78	5,19	6,41	7,93	0,13	21,98	0,41	2,40	40,33	48,27	21,38	0,75	
	Рис отварной	200,00	266,90	4,91	8,14	47,83	0,03	0,00	0,04	0,38	3,48	82,62	25,56	0,69	
	Гуляш из свинины	100,00	295,46	11,09	25,54	2,85	0,01	0,73	0,01	2,28	3,85	9,11	3,12	0,17	
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47	
	Сок фруктовый	200,00	132,00	0,59	0,00	34,00	0,01	5,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого	850,00	961,66	25,23	40,66	122,11	0,24	31,68	1,36	5,28	70,49	192,88	75,93	2,61	
День 5 (Пятница)															
	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	Каша пшеничная на молоке	220,00	302,21	11,14	11,81	67,88	0,15	2,31	0,06	0,84	229,32	270,21	49,88	2,04	
	Бутерброд с маслом сливочным	40,00	146,20	2,36	8,49	14,66	0,03	0,00	0,04	0,13	8,40	22,50	4,20	0,35	
	Какао с молоком	200,00	143,00	3,97	3,42	26,08	0,04	1,30	0,02	0,01	125,12	116,20	31,00	0,98	
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44	
	Итого	500,00	686,61	20,51	24,04	128,06	0,26	3,61	0,12	1,02	370,84	434,91	90,68	3,81	
Обед	Салат из огурцов и помидоров	60,00	44,88	0,59	3,87	2,30	0,03	10,02	0,00	1,87	18,00	20,48	9,71	0,44	
	Рассольник Ленинградский со сметаной и мясом	250,00	151,62	5,70	6,55	16,62	0,16	7,39	0,44	2,42	42,92	49,66	25,71	0,95	
	Жаркое по-домашнему из куриного филе	230,00	256,86	23,48	7,19	24,90	0,52	9,55	1,40	0,74	18,82	36,72	34,07	1,42	
	Компот из свежих яблок	200,00	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,60	0,00	0,16	4,00	3,20	0,80	0,40	
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47	
	Яблоки св.порциями	100,00	45,00	0,40	0,40	9,80	0,03	4,00	0,01	0,40	10,00	8,00	2,00	1,00	
	Итого	880,00	705,32	33,05	18,69	97,77	0,77	32,55	1,87	3,30	70,04	200,04	177,93	6,66	
День 6 (Суббота)															
			Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	

М.П. «Муниципальное учреждение «ОЗдоровительный лагерь»

М.П. «Муниципальный округ

Подпись: _____

Степанов Н.С.

20 г.

Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200,00	123,55	5,04	4,44	27,36	0,06	0,65	0,03	0,26	123,42	104,40	16,56	0,36
	Бутерброд с повидлом	60,00	156,70	2,40	4,39	27,11	0,05	0,10	0,02	0,44	10,90	29,40	11,30	0,87
	Компот из кураги	200,00	124,18	1,08	0,00	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44
	Итого	500,00	499,63	11,56	9,15	105,24	0,17	1,58	0,17	1,88	175,40	189,99	55,17	2,33
Обед	Помидоры свежие	50,00	11,50	0,55	0,10	1,90	0,03	12,50	0,00	0,35	7,00	13,00	10,00	0,45
	Щи из свежей капусты с картоф. С мясом со сметаной	250,00	114,78	5,19	6,41	7,93	0,13	21,98	0,41	2,40	40,33	48,27	21,38	0,75
	Макароны отварные	200,00	267,03	7,26	6,52	43,61	0,07	0,00	0,03	1,12	5,54	52,04	9,30	1,09
	Шницель с томатным соусом	110,00	157,87	6,64	10,99	8,31	0,02	6,81	0,11	0,66	4,97	13,47	7,77	0,38
	Компот из изюма	200,00	108,83	0,36	0,00	28,06	0,03	0,00	0,00	0,10	15,87	25,59	8,33	0,60
Хлеб Дарницкий		40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47
Итого		850,00	758,01	22,72	24,54	106,09	0,30	41,29	0,55	4,63	77,91	171,33	62,42	3,74
День 7 (Понедельник)														
Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша молоч. рисовая с маслом	220,00	246,87	5,88	8,35	37,49	0,05	1,26	0,05	0,23	119,89	151,39	34,49	0,53
	Бутерброд с маслом сливочным	40,00	218,20	6,96	13,27	14,66	0,04	0,14	0,09	0,23	184,40	122,50	11,20	0,55
	Какао с молоком	200,00	143,00	3,97	3,42	26,08	0,04	1,30	0,02	0,01	125,12	116,20	31,00	0,98
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44
	Итого	500,00	703,27	19,85	25,36	97,67	0,17	2,70	0,16	0,51	437,41	416,09	82,29	2,50
Обед	Салат из белокочанной капусты	60,00	51,64	0,89	3,05	5,39	0,02	21,60	0,12	1,39	24,34	17,98	9,85	0,33
	Суп картофельный с горохом мясом	250,00	144,92	8,67	3,35	19,57	0,30	13,78	0,44	1,42	34,72	87,88	36,42	2,05
	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	359,91	11,64	8,70	57,26	0,28	0,00	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
	Тефтели рубленные с о смет том соусом	110,00	171,04	5,32	12,61	8,43	0,01	0,92	0,02	0,54	5,74	7,33	1,85	0,10
	Чай с лимоном	200,00	59,16	0,16	0,03	15,20	0,00	2,80	0,00	0,01	2,80	1,54	0,84	0,04
Хлеб Дарницкий		40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47
Итого		860,00	884,67	29,40	28,26	122,13	0,63	39,10	0,61	4,18	91,87	410,27	238,84	9,18
День 8 (Вторник)														
Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Запеканка творожная со сгущ. молоком	200,00	490,62	36,36	22,47	51,04	0,10	0,68	0,12	0,76	355,35	436,05	46,92	1,09
	Чай с сахаром	200,00	56,85	0,10	0,03	14,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Груша св. порциями	100,00	42,00	0,40	0,30	9,50	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30
	Итого :	500,00	589,47	36,86	22,80	75,53	0,12	5,68	0,12	1,16	374,35	452,05	58,92	3,39
	Огурцы свежие	60,00	8,40	0,48	0,60	1,56	0,02	6,00	0,01	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36
Обед	Борщ с капустой картофелем со смет.	250,00	127,13	5,43	6,37	12,81	0,11	11,79	0,43	2,44	42,92	49,66	24,95	1,07
	Рагу из свинины	220,00	456,40	15,36	34,64	21,85	0,12	7,75	0,55	4,75	20,38	79,59	34,96	1,30
	Компот из смеси сухофруктов	200,00	126,05	0,57	0,00	32,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47
	Итого	770,00	815,98	24,56	42,13	84,71	0,27	25,54	0,99	7,25	81,30	173,41	73,95	3,20
День 9 (Среда)														
Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша молочная пшеница с маслом	250,00	357,31	11,65	12,47	90,40	0,22	1,57	0,06	0,26	161,58	247,84	65,80	1,73
	Масло сливочное порц.	10,00	74,80	0,08	8,25	0,08	0,00	0,00	0,04	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
	Кофейный напиток с молоком	200,00	146,30	3,30	2,73	24,96	0,04	1,30	0,02	0,00	120,00	90,00	14,00	0,10
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44
	Итого	500,00	673,61	18,07	23,77	134,88	0,30	2,87	0,12	0,40	291,98	366,84	85,40	2,29
Обед	Салат из огурцов и помидоров	60,00	44,88	0,59	3,87	2,30	0,03	10,02	0,00	1,82	11,09	20,48	9,71	0,44
	Щи из свежей капусты	250,00	114,78	5,19	6,41	7,93	0,13	21,98	0,41	2,40	40,33	48,27	21,38	0,75
	Гуляш из свинины	100,00	295,46	11,09	25,54	2,85	0,01	0,73	0,01	2,28	3,85	9,11	3,12	0,17
	Макароны отварные	200,00	267,03	7,26	6,52	43,61	0,07	0,00	0,03	1,12	5,54	52,04	9,30	1,09
	Компот из кураги	200,00	124,18	1,08	0,00	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
Хлеб Дарницкий		40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47
Мандарины порциями		100,00	40,00	0,80	0,30	8,10	0,06	38,00	0,01	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10
Итого		950,00	984,33	28,73	43,16	112,40	0,34	71,56	0,58	8,96	133,09	196,05	81,86	3,68
День 10 (Четверг)														
Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша манная на молоке жидкая	230,00	279,53	9,95	12,20	58,62	0,11	2,55	0,07	0,59	241,23	205,47	33,23	0,55
	сыр порциями	30,00	108,00	6,90	7,17	0,00	0,01	0,21	0,08	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30
	Какао с молоком	200,00	143,00	3,79	3,42	26,08	0,04	1,30	0,02	0,01	125,12	116,20	31,00	0,98
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44
	Итого	500,00	625,73	23,68	23,11	104,14	0,20	4,06	0,17	0,79	638,35	497,67	80,33	2,27
Обед	Салат из сырых овощей	60,00	54,52	0,73	0,05	13,22	0,04	3,45	0,90	0,22	18,63	33,92	20,23	0,53
	Суп крестьянский с крупой мясом	250,00	129,64	5,66	5,41	14,35	0,12	18,06	0,40	2,42	23,50	50,10	20,75	0,65
	Плов из филе куриного	220,00	229,16	12,77	10,29	2,49	0,27	1,78	0,83	4,55	9,71	13,17	6,61	0,22
	Чай с лимоном	200,00	59,16	0,16	0,03	15,20	0,00	2,80	0,00	0,10	15,87	25,59	8,33	0,60
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47
Кондитерское изделие		50,00												
Итого		820,00	570,48	22,04	16,30	61,54	0,45	25,29	2,13	7,29	71,91	141,74	61,56	2,47
День 11 (Пятница)														
Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша полбяная молочная с маслом	200,00	281,63	8,95	11,38	35,33	0,03	1,24	0,06	0,10	115,41	87,69	13,20	0,11
	Бутерброд с повидлом	60,00	170,20	3,15	4,49	29,30	0,05	0,08	0,02	0,09	11,30	28,85	6,65	0,64
	Чай с сахаром	200,00	56,85	0,10	0,03	14,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44
	Итого	500,00	603,88	15,24	16,22	99,06	0,12	1,32	0,08	0,23	134,71	142,54	25,45	1,19
Обед	Салат витаминный	60,00	57,22	0,93	3,67	5,36	0,02	9,30	0,20	1,69	15,03	17,82	8,88	0,27
	Суп картофельный с макарон. изделиями с мясом	250,00	140,02	6,33	3,20	20,82	0,18	15,70	0,44	1,45	16,63	65,32	24,60	1,00
	Птица тушенная в смет.соусе	100,00	164,25	14,43	10,54	2,85	0,51	0,02	0,36	0,96	8,47	6,35	0,96	0,05
	Пюре картофельное	200,00	220,37	4,24	10,94	26,34	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37,00	1,31
	Компот из изюма	200,00	108,83	0,36	0,00	28,06	0,03	0,00	0,00	0,00	15,87	25,59	8,33	0,60
Хлеб Дарницкий		40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47
Яблоки св.порциями		100,00	45,00	0,40	0,40	9,80	0,03	4,00	0,04	0,40	10,00	3,00	2,00	1,00
Итого		950,00	833,69	29,41	29,27	109,51	0,98	35,94	1,24	5,85	120,58	252,35	87,41	4,71
День 12 (Суббота)														
Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша пшеничная на молоке	220,00	302,21	11,14	11,81	67,88	0,15	2,31	0,09	0,24	119,89	151,39	34,49	0,53
	Бутерброд с маслом сливочным	40,00	218,20	6,96	13,27	14,66	0,04	0,14	0,09	0,23	184,40	122,50	11,20	0,55
	Итого	260,00	520,41	18,10	25,08	82,54	0,19	2,45	0,18	0,52	304,29	273,89	45,69	1,08

Завтрак	Сок фруктовый	200,00	132,00	0,59	0,00	34,00	0,01	5,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40,00	95,20	3,04	0,32	19,44	0,04	0,00	0,00	0,04	8,00	26,00	5,60	0,44
	Итого	500,00	747,61	21,73	25,40	135,98	0,24	7,97	0,15	1,11	421,72	418,71	66,68	3,03
Обед	Огурцы свежие	60,00	8,40	0,48	0,60	1,56	0,02	6,00	0,01	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36
	Суп картофельный с горохом, с мясом	250,00	144,92	8,67	3,35	19,57	0,30	13,78	0,44	1,42	34,72	87,88	36,42	2,05
	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	359,91	11,64	8,70	57,26	0,28	0,00	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
	Шницель с томатным соусом	110,00	157,87	6,64	10,99	8,31	0,02	6,81	0,11	0,66	4,97	13,47	7,77	0,38
	Компот из смеси сухофруктов	200,00	126,05	0,57	0,00	32,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб Дарницкий	40,00	98,00	2,72	0,52	16,28	0,02	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47
	Итого	860,00	895,15	30,72	24,16	135,19	0,64	26,59	0,59	2,96	77,76	422,09	242,47	9,45

