

Перспективное меню завтраков, обедов и полдников
для организации горячего питания в общеобразовательных учреждениях
муниципального района «Корочанский район»
в 2024-2025 учебном году
 Возрастная категория: 7-11 лет
 Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Холодная закуска: огурец консервированный	40	0,33	0,04	1,13	6,23	19 *
	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	18,58	33,1	3,52	386,2	210
	Фрукт порционно/яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	338
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61	376
	Батон Пшеничный	40	2,67	0,53	13,73	70,4	
Итого за завтрак		580	22,18	34,12	43,19	565,83	
Обед	Салат из квашенной капусты	60	1,03	3	5,08	51,42	47*
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	4,22	13,22	118,6	102
	Гуляш из куриного филе	90	11,295	11,691	3,609	164,25	260
	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	3,51	36,63	195,78	297(ЯС)
	Чай с лимоном	200/4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
Итого за обед	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
		570	24,745	23,121	97,279	709,05	
Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,22	0	24,42	98,56	377
Итого за подник		300	13,3	6,06	74	404,56	
День 2							
Завтрак	Макароны отварные с сыром	200	11,16	10,28	31,78	264	206
	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,24	14,8	70,50	
	Кофейный напиток на молоке	200	2,28	3,2	24,66	132,48	
Итого за завтрак		430	16,24	13,72	71,24	466,98	
Обед	Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,05	5,13	50,13	52
	Суп картофельный с крупной гречневой	200	2,36	2,6	14,8	92,16	101
	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,29	7,06	22,21	165,54	312
	Рыба тушеная с овощами	90	8,7	4,73	3,67	91,5	4/7
	Компот из смеси фруктов	200	0,22	0	24,42	98,56	376
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
Итого за обед	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
		770	19,59	18,08	93,75	614,39	
	Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306
Кефир		200	5,8	5	8	100,2	386
Итого за подник		300	18,88	11,06	57,58	406,20	
День 3							
Завтрак	Повидло	30	0,15	0	17,85	71,7	б/н
	Залепокани из творога	170	29,02	18,24	28,34	394,18	54-1х-20
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61	376
	Батон пшеничный	40	2,67	0,53	13,73	70,4	ПР
Итого за завтрак		440	32,04	18,82	74,93	597,28	
Обед	Салат из квашенной капусты	60	1,03	3	5,08	51,42	47*
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,28	3,84	8,98	75	110
	Плов с птицей	240	22,36	26,14	47,23	513,6	291
	Компот из свежих яблок и лимона	200	0,16	0,16	27,9	113,6	342
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
Итого за обед		710	27,96	30,78	107,63	818,70	
Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306	
	Чай с лимоном	200/4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
Итого за подник		100	13,34	6,12	64,8	368,50	
День 4							
Завтрак	Фрукт порционно	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338
	Гуляш из куриного филе	90	11,295	11,691	3,609	164,25	260
	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	3,51	36,63	195,78	297(ЯС)
	Чай с лимоном						

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Холодная закуска: огурец консервированный	40	0,33	0,04	1,13	6,23	19 *
	Омлет натуральный с маслом сливочным	250	23,23	41,38	4,4	482,75	210
	Фрукт порционно/яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	338
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61	376
	Батон Пшеничный	40	2,67	0,53	13,73	70,4	
Итого за завтрак		630	26,83	42,4	44,07	662,38	
Обед	Салат из квашенной капусты	100	1,71	5	8,46	85,7	47*
	Суп картофельный с бобовыми	250/10	5,49	5,28	16,33	134,75	102
	Гуляш из куриного филе	100	12,55	12,99	4,01	182,25	260
	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,32	4,21	43,96	234,94	297(ЯС)
	Чай с лимоном	200/4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
Итого за обед		30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
Подпинок							
Итого за подпинок		0	0	0	0	0	
День 2							
Завтрак	Макароны отварные с сыром	200	11,16	10,28	31,78	264	206
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,50	
	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	24,66	132,48	
Итого за завтрак		430	16,24	13,72	71,24	466,98	
Обед	Салат из свеклы с маслом растительным	100	1,43	5,08	8,55	85,68	52
	Суп картофельный с крупой гречневой	250	2,95	3,07	18,47	115,19	101
	Рыба тушеная с овощами	100	22,21	11,65	2,99	205,7	4/7
	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	3,95	8,47	26,65	198,65	312
	Компот из смеси фруктов	200	0,22	0	24,42	98,56	376
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
Итого за обед		40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
Итого за обед		900	34,92	28,91	104,6	820,28	
Подпинок							
Итого за подпинок		0	0	0	0	0,00	
День 3							
Завтрак	Повидло	30	0,15	0	17,85	71,7	6/н
	Запеканка из творога	200	34,14	21,46	33,34	463,74	54-1г-20
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61	376
Итого за завтрак	Батон пшеничный	200	2,67	0,53	13,73	70,4	ПР
		470	37,16	22,04	79,93	666,84	
		100	1,71	5	8,46	85,7	47*
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,8	11,23	93,75	110
	Плов с птицы	240	22,36	26,14	47,23	513,6	291
	Компот из свежих яблок и лимона	200	0,16	0,16	27,9	113,6	342
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
	Итого за обед		760	28,28	31,74	109,88	837,45
Подпинок							
Итого за подпинок		0	0	0	0	0,00	
День 4							
Завтрак	Фрукт порционно	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338
	Гуляш из куриного филе	100	12,55	12,99	4,01	182,25	260
	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,32	4,21	43,96	234,94	297(ЯС)
	Чай с лимоном	200/4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,8	ПР
Итого за завтрак		420	20,57	17,88	78,86	391,24	
Обед	Рассольник "Ленинградский" с крупой перловой	250	2,6	6,1	17	133,7	96
	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	3,95	8,47	26,65	198,65	312

Итого за завтрак		100	0,4	0,3	10,3	45,5	338
Обед	Рассольник "Ленинградский" с крупной перловой	290	7,3	4,19	81,83	397,58	
	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,29	7,06	22,21	165,54	312
	Биштекс рубленый (детский)	90	16,7	23,3	4,3	293,4	266
	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,22		24,42	98,56	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
Итого за обед		770	27,61	41,24	92,67	852,4	
Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306	
	Чай с лимоном	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
Итого за подник		100	13,34	6,12	64,8	368,5	
День 5							
Завтрак	Сыр твердо-мягкий порционно с м.д.ж. 45 %	20	4,64	6,8	0,02	79,8	15
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	7,23	9,81	28,8	225,2	173
	Какао с молоком	200	3,5	3,7	25,5	149,3	382
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	88,8	
	Фрукт порционно/аблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	
		560	18,81	21,03	83,8	585,1	
		700	22,25	21,75	113,28	715,9	
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свежкы с маслом растительным	60	0,86	3,05	5,13	50,13	52
	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	2,1	2,1	15,5	90	138/2
	Котлета куриная рубленая	90	13,7	5,2	9,1	138,42	295
	Чай с лимоном	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	5,7	3,43	36,45	199,5	203
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
Итого за обед		1270	49,03	36,23	218,2	1372,95	
Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306	
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	20	76	648
Итого за подник		300	13,08	6,06	69,58	382,00	
Неделя 2							
Завтрак	Холодная закуска: огурец консервированный	40	0,33	0,04	1,13	6,23	19 *
	Сыр твердо-мягкий порционно с м.д.ж. 45%	20	4,64	6,8	0,02	79,8	15
	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	18,58	33,1	3,52	386,2	210
	Фрукт порционно / Апельсин 1 шт	100	0,9	0,2	8,1	35,8	341
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,2	0,05	15,01	61	648
	Батон пшеничный	40	2,67	0,53	13,73	70,4	ПР
		600	27,32	40,72	41,51	639,43	
Обед	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,28	3,84	8,98	75	110
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,57	4,19	32,32	193,27	173
	Гуляш из куриного филе	90	11,295	11,691	3,609	164,25	260
	Сок фруктовый	200	0	0	20	76	648
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР
Итого за обед		770	24,445	25,701	93,049	696,42	
Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306	
	Чай с лимоном	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
Итого за подник		100	13,34	6,12	64,8	368,5	
День 2							
Завтрак	Макароны отварные с сыром	200	11,16	10,28	31,78	264	206
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,50	
		200	0,12	0,02	13,7	55,9	377
	Чай с лимоном	430	13,56	10,54	60,28	390,4	
Обед	Винегрет овощной	60	0,81	3,7	4,61	54,96	45
	Суп-лапша с птицей отварной	200	6,9	6,95	18,76	165,19	113
	Капуста тушеная	150	2,77	4,84	10,78	97,76	139
	Птица, порционная запечённая	90	19	10,87	0,17	174,53	293
	Компот из смеси фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113,00	376
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,50	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,40	69,60	
Итого за обед		590	38,82	27,44	93,89	779,07	
Подник							
Итого за подник							
День 3							
Завтрак	Повидло	30	0,15	0	17,85	71,7	6/н
		200	17,92	20,6	43,2	429,51	222
	Запеканка творожно-рисовая с маслом сливочным	200	0,2	0,05	15,01	61	376
	Чай с сахаром	40	2,67	0,53	13,73	70,4	ПР
	Батон пшеничный	440	20,79	21,18	71,94	560,91	
Обед	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,63	2,63	19,38	112,5	138 (2)
	Жаркое по-домашнему	280	20	21,01	35,71	411,9	529
	Салат из квашенной капусты	100	1,71	5	8,46	85,7	47*
	Чай с лимоном	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,68	69,6	
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	
Итого за обед		700	29	29	102	789	
Подник							
Итого за подник							
День 4							
Завтрак	Фрукт порционно	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338
	Гуляш из куриного филе	100	12,55	12,99	4,01	182,25	260

Итого за подник		0	0	0	0	0		
День 5								
Завтрак	Сыр твердо-мягкий порционно с м.д.ж. 45 %	20	4,64	6,8	0,02	79,8	15	
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	9,038	12,263	36	290,51	173	
	Какао с молоком	200	3,5	3,7	25,5	149,3	382	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	88,8		
	Фрукт порционно/яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42		
Итого за завтрак		610	20,618	23,483	91	650,41		
Обед		750	24,058	24,203	120,48	781,21		
	Салат из свежкы с маслом растительным	100	1,43	5,08	8,55	85,68	52	
	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,63	2,63	19,38	112,5	138/2	
	Котлета куриная рубленая	100	15,24	5,8	10,16	153,8	295	
	Чай с лимоном	180	4,32	4,21	43,96	234,94	377	
	Макаронные изделия с маслом сливочным	200/4	0,26	0,06	15,22	62,5	203	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР	
Итого за обед		1450	52,098	42,623	241,27	1547,13		
Подник								
Итого за подник								
Неделя 2		0	0	0	0	0,00		
День 1	Холодная закуска: огурец консервированный	40	0,33	0,04	1,13	6,23	19 *	
	Завтрак	Сыр твердо-мягкий порционно с м.д.ж. 45%	20	4,64	6,8	0,02	79,8	15
		Омлет натуральный с маслом сливочным	250	23,23	41,38	4,4	482,75	210
		Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61	376
		Батон пшеничный	40	2,67	0,53	13,73	70,4	ПР
Итого за завтрак		550	31,07	48,8	34,29	700,18		
	Обед	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115
		Борщ с капустой и картофелем	250	2,21	3,31	15,93	102,36	110
		Гуляш из куриного филе	100	12,55	12,99	4,01	182,25	260
		Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,88	5,03	38,78	231,92	173
		Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	20	76	648
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР
Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР		
Итого за обед		860	27,94	27,31	106,86	780,43		
Подник								
Итого за подник								
День 2		0	0	0	0	0		
Завтрак	Макароны отварные с сыром	200	11,16	10,28	31,78	264	206	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,50		
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,7	55,9	377	
Итого за завтрак		430	13,56	10,54	60,28	390,4		
	Обед	Винегрет овощной	40	0,33	0,04	1,13	6,23	45
		Суп-лапша с птицей отварной	250/15	8,71	8,77	23,67	208,5	113
		Птица, порционная запечённая	100	21,1	12,08	0,19	193,93	293
		Капуста тушеная	180	3,32	5,81	12,94	117,31	139
		Компот из смеси фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113,00	376
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,50	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,40	69,60			
Итого за обед		590	38,82	27,44	93,89	779,07		
Подник								
Итого за подник								
День 3		0	0	0	0	0,00		
Завтрак	Повидло	30	0,15	0	17,85	71,7	6/н	
		200	17,92	20,6	43,2	429,51	222	
	Запеканка творожно-рисовая с маслом сливочным	200	0,2	0,05	15,01	61	376	
	Чай с сахаром	40	2,67	0,53	13,73	70,4	ПР	
	Батон пшеничный	440	20,79	21,18	71,94	560,91		
Итого за завтрак		250	2,63	2,63	19,38	112,5	138 (2)	
	Обед	Жаркое по-домашнему	280	20	21,01	35,71	411,9	529
		Салат из квашенной капусты	100	1,71	5	8,46	85,7	47*
		Чай с лимоном	2000/4	0,26	0,06	15,22	62,5	377
		Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,68	69,6	
		Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	
		Итого за обед		700	29	29	102	789
Подник								
Итого за подник								
День 4		0	0	0	0	0,00	0	
Завтрак	Фрукт порционно	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	
	Гуляш из куриного филе	100	12,55	12,99	4,01	182,25	260	

	Чай с лимоном	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	377	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,68	69,6		
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9		
Итого за обед		570	30	31	82	725		
Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306	474,72	
	Компот из смеси сухофруктов С-витаминный	200	0,22	0	24,42	98,56	323,2	
Итого за подник		300	13,3	6,06	74	404,56	323,2	
День 4								
Завтрак	Фрукт порционно	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	
	Гуляш из куриного филе	90	11,295	11,691	3,609	164,25	260	
	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	3,51	36,63	195,78	297(ИС)	
	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	24,66	132,48		
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,8	ПР	
Итого за завтрак		390	9,44	7,03	80,97	422,06		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	76	124	
	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,29	7,06	22,21	165,54	312	
	Рыба тушеная с овощами	90	8,7	4,73	3,67	91,5	4/7	
	Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,05	5,13	50,13	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР	
	Чай с сахаром	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	376	
Итого за обед		570	18,67	20,04	76,55	562,17		
Подник	Булочка	65	4,16	8,14	33,8	225,34		
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	20	76	648	
Итого за подник		265	4,16	8,14	53,8	301,34		
День 5								
Завтрак	Сыр твердо-мягкий порционно с м.д.ж. 45 %	20	4,64	6,8	0,02	79,8	15	
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,3	12,5	54,3	345,3	173	
	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	24,66	132,48		
	Батон пшеничный	40	2,67	0,53	13,73	70,4		
	Фрукт порционно	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	
Итого за завтрак		560	17,81	23,33	103,01	673,48		
Обед	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115	
	Суп картофельный с вермишелью	200	2,16	2,8	13,96	94,6	103	
	Котлета куриная рубленая	90	13,7	5,2	9,1	138,42	295	
	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	5,52	4,52	26,45	168,56	203	
	Сок фруктовый	200	0	0	20	76	389	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР	
Итого за обед		770	26,68	18,5	97,65	665,48		
Подник	Булочка	100	13,08	6,06	49,58	306		
	Чай с лимоном	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	377	
Итого за подник		100	13,34	6,12	64,8	368,5		

	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,32	4,21	43,96	234,94	297(ИС)	
	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	24,66	132,48	377	
Итого за завтрак		40	3,04	0,32	19,68	93,8	ПР	
		420	10,16	7,73	88,3	461,22		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	76	124	
	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	3,95	8,47	26,65	198,65	312	
	Рыба тушеная с овощами	100	22,21	11,65	2,99	205,7	4/7	
	Салат из свеклы с маслом растительным	100	1,43	5,08	8,55	85,68	52	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР	
	Чай с сахаром	200//4	0,26	0,06	15,22	62,5	376	
Итого за обед		650	33,41	30,4	83,73	745,03		
Подник								
Итого за подник		0	0	0	0	0,00		
День 5								
Завтрак	Сыр твердо-мягкий порционно с м.д.ж. 45 %	20	4,64	6,8	0,02	79,8	15	
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,3	12,5	54,3	358,9	173	
	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	24,66	132,48		
	Фрукт порционно	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	
	Батон пшеничный	40	2,67	0,53	13,73	70,4		
Итого за завтрак		540	13,17	16,53	102,99	607,28		
Обед	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115	
	Суп картофельный с вермишелью	250	12,4	11,1	31,5	275,6	103	
	Котлета куриная рубленая	100	15,24	5,8	10,16	153,8	295	
	Макаронные изделия с маслом сливочным	180	6,84	4,116	43,74	239,364	203	
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	87	389	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	69,6	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	46,9	ПР	
Итого за обед		860	40,78	27,196	133,74	943,664		
Подник								
Итого за подник		0	0	0	0	0		