



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Понедельник
Неделя: 1
Сезон:
Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,14	1,24	0,04	0,45	132	175	36	1,5
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,03	0	10	0,2	22	77	5	1
Итого за 2-й Завтрак			20	2,25	3,54	33	181,2	0,17	1,24	10,04	0,65	154	252	41	2,5
Обед															
98*	Суп картофельный с рисом	250	24	3,5	5,5	21,19	151,49	0,02	4,08	0	1,32	17,15	20,72	9,91	0,44
254*	Сосиски отварные	100	48	8,3	20,6	0,4	268,52	0,1	29,8	0,1	0,2	35,1	124,3	16	0,7
331	Макаронные изделия отварные	180	15	6,7	5,7	39,5	250,86	0,1	14,7	0,3	6	44	216	46,7	2,7
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,02	51,4	0,01	0,5	21	23	16	0,7
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0,1	0	0	0,8	5,8	6,7	27,9	1,6
Итого за Обед			105	21,70	32,40	122,59	925,07	0,34	99,98	0,41	8,82	123,05	390,72	116,51	6,14
Итого за день			125	23,95	35,94	155,59	1106,27	0,51	101,22	10,45	9,47	277,05	642,72	157,51	8,64



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Вторник

Сезон:

Неделя: 1

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,10	0,70	0,20	2,20	262,00	379,00	46,00	2,19
2*	Бутерброд с джемом	40	10	1,3	4,6	21,6	132,36	0,09	0	0,04	0,8	12,6	44,8	7,7	0,56
2-й Завтрак			25	1,9	4,7	67,3	308,36	0,19	0,7	0,24	3	274,6	423,8	53,7	2,75
Обед															
95*	Борщ с капусты, картофелем и со сметаной	250/5	25	3,2	5,6	12,1	112	0,4	0,28	3,96	0,1	0	0,1	1,96	0,01
312*	Птица, тушенная в сметанном соусе	100	47	13,1	16,5	3,6	215	0,2	9,5	19,5	1,7	10,3	144	27	0,8
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180	20	4,3	5,3	49	245	0	3,3	0	4	9,6	21,5	6	0,4
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,2	4,6	0,03	0,1	41,3	75,5	29,9	1,2
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1
Итого за Обед			100,00	23,20	27,90	95,50	710,20	0,81	217,68	23,65	5,90	74,20	244,10	67,86	3,41
Итого за день			125	25,1	32,6	162,8	1018,56	1	218,38	23,89	8,9	348,8	667,9	121,56	6,16



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
				День: Среда Неделя: 1 Сезон: 12-18 Возраст:											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
430*	Чай с повидлом	200	5	0,3	0,1	11	43	0,8	0,9	0,03	1,8	168,3	141	22,1	0,8
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,1	1,5	0,1	0,2	125	119	18,9	0,4
2-й Завтрак			20	2,55	3,64	29	164,2	0,9	2,4	0,13	2	293,3	260	41	1,2
Обед															
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	250/5	22	11,4	10,2	19,7	216,29	0	21,8	0,01	1,8	36,1	26,3	12,3	0,5
314/366*	Биточки рубленые из птицы с соусом молочным	80/50	45	14,8	14,6	20,2	393,6	0,1	13	28,6	0,1	16,8	59,2	17,1	0,7
323*	Рис отварной	180	20	4,6	7,3	48,2	256,3	0,19	12	5,36	2,9	19	227	15	5
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,04	0	0	0,71	9,2	30,6	6,5	0,7
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0	51,6	0	0,1	7	4	4	1
Итого за Обед			105,00	34,00	32,70	149,60	1120,39	0,33	98,40	33,97	5,61	88,10	347,10	54,90	7,90
Итого за день			125	36,55	36,34	178,60	1284,59	1,23	100,80	34,10	7,61	381,40	607,10	95,90	9,10



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
																5
День: Четверг Неделя: 1 Сезон: 12-18 Возраст:																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
2-й Завтрак																
431*	Чай с сахаром и лимоном	200	8	0,3	0	15,2	61	0,1	0	0,2	3,6	102	25	245	4,5	
3*	Бутерброд с сыром	30	14	4,5	4,5	7,4	88	0,07	12	0,1	0,6	15	37	9	0,6	
Итого за 2-й Завтрак			22	4,8	4,5	22,6	149	0,17	12	0,3	4,2	117	62	254	5,1	
Обед																
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	24	6,7	6	17,2	149,33	0	6,2	0,2	0,07	22,9	112	21,3	1,4	
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/50	40	17,5	12,4	27	194	0,1	14,4	11,8	1,8	16	89,3	17,5	0,8	
335*	Картофельное пюре	180	19	4	6,3	26,5	178,59	0,05	6,4	0,2	0,5	97,6	123,2	20,8	1,6	
433*	Какао с молоком	200	17	2,9	2,6	24,8	134,2	0,03	0	0,1	0,4	4	73,2	22,8	0,7	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0,02	51,4	0,01	0,5	21	23	16	0,7	
Итого за Обед			103,00	33,70	27,80	111,30	734,32	0,20	78,40	12,31	3,27	161,50	420,70	98,40	5,20	
Итого за день			125	38,5	32,3	133,9	883,32	0,37	90,4	12,61	7,47	278,5	482,7	352,4	10,3	



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Пятница

Сезон:

Неделя: 1

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	1,1	0	35,6	6,5	151,2	327,6	25,2	3,6
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,1	0	0,2	2	235	347	41	1,9
Итого за 2-й Завтрак			30	2,85	3,64	63,7	297,2	1,2	0	35,8	8,5	386,2	674,6	66,2	5,5
Обед															
100*	Суп картофельный с вермишелью	250	20	11,2	10,2	9,7	286	0,03	5,40	0	2,60	10,99	23,03	7,40	0,30
283/364*	Тефтели мясные с соусом молочным	100	47	11,63	9,67	48,4	328	0,1	23,5	0	0,7	44,9	60	21,2	1,2
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180	20	4,3	5,3	49	245	0	0	4,5	1,3	38,9	172	17,4	0,3
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,2	6,8	0,05	0,3	62,7	113	38,7	1,5
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1
Итого за Обед			95,00	29,73	25,67	137,90	997,20	0,33	38,70	4,55	4,90	164,89	377,03	89,70	3,40
Итого за день			125	32,58	29,31	201,60	1294,40	1,53	38,70	40,35	13,40	551,09	1051,63	155,90	8,90



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Суббота

Неделя: 1

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й завтрак															
430*	Чай с повидлом	200	5	0,3	0,1	11	43	0,05	0	0,1	0,8	93	83	9	0,8
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,1	0	0,2	2	235	347	41	1,9
Итого за 2-й Завтрак			20	2,55	3,64	29	164,2	0,15	0	0,3	2,8	328	430	50	2,7
Обед															
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	22	11,4	10,2	19,7	216,29	0,02	4,08	0	1,32	17,15	20,72	9,91	0,44
211*	Плов из птицы	180	75	22,6	23	47,5	478	0,1	16,5	0	0	81,8	42	18,8	1
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,06	9	0,08	2,4	41	144	19	1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0,1	0	30	0,3	83,8	92	28	0,6
Итого за Обед			105,00	36,60	33,70	98,00	832,49	0,28	29,58	30,08	4,02	223,75	298,72	75,71	3,04
Итого за день			125	39,15	37,34	127	996,69	0,43	29,58	30,38	6,82	551,75	728,72	125,71	5,74



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Понедельник
Неделя: 2
Сезон:
Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,14	1,24	0,04	0,45	132	175	36	1,5
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,03	0	10	0,2	22	77	5	1
Итого за 2-й Завтрак			20	2,25	3,54	33	181,2	0,17	1,24	10,04	0,65	154	252	41	2,5
Обед															
98*	Суп картофельный с рисом	250	24	3,5	5,5	21,19	151,49	0	21,8	0,01	1,8	36,1	26,3	12,3	0,5
254*	Сосиски отварные	100	48	8,3	20,6	0,4	268,52	0,1	8,1	0,1	0,3	31,2	102	16,2	0,7
331	Макаронные изделия отварные	180	15	6,7	5,7	39,5	250,86	0,1	1,3	0	4,6	26,1	122	18,7	2,8
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,04	0	0	0,71	9,2	30,6	6,5	0,7
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0,02	51,4	0,01	0,5	21	23	16	0,7
Итого за Обед			105,00	21,70	32,40	122,59	925,07	0,26	82,60	0,12	7,91	123,60	303,90	69,70	5,40
Итого за день			125	23,95	35,94	155,59	1106,27	0,43	83,84	10,16	8,56	277,6	555,9	110,7	7,9



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Вторник

Сезон:

Неделя: 2

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,1	0	0,2	3,6	102	25	245	4,5
2*	Бутерброд с джемом	40	10	1,3	4,6	21,6	132,36	0,09	0	0,04	0,8	12,6	44,8	7,7	0,56
Итого за 2-й Завтрак			25	1,9	4,7	67,3	308,36	0,19	0	0,24	4,4	114,6	69,8	252,7	5,06
Обед															
99*	Суп картофельный с фасолью со сметаной	250/5	27	6,8	6,9	16,7	155,62	0	4,5	0	2	26,2	23,7	9,6	0,4
314/366*	Биточки рубленые из птицы с соусом молочным	80/50	45	14,8	14,6	20,2	393,6	0,2	7,3	0,1	0,3	7,1	78,3	22	0,9
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180	20	4,3	5,3	49	245	0,5	11,2	0	2,2	23,3	173,1	43,8	2,4
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,01	50,13	0	0,1	8	5	3	0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0,1	0	0	0,8	5,8	6,7	27,9	1,6
Итого за Обед			100,00	28,50	27,30	116,70	932,42	0,81	73,13	0,10	5,40	70,40	286,80	106,30	5,30
Итого за день			125	30,4	32	184	1240,78	1	73,13	0,34	9,8	185	356,6	359	10,36



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Среда

Сезон:

Неделя: 2

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
431*	Чай с сахаром и лимоном	200	8	0,3	0	15,2	61	0,8	0,9	0,03	1,8	168,3	141	22,1	0,8
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,1	1,5	0,1	0,2	125	119	18,9	0,4
Итого за 2-й Завтрак			23	2,55	3,54	33,2	182,2	0,9	2,4	0,13	2	293,3	260	41	1,2
Обед															
100*	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	20	4,4	3,2	49	186	0,03	5,40	0	2,60	10,99	23,03	7,40	0,30
257*	Печень по-строгановски	100	44	16,74	11,2	8,19	200,56	0,1	16,1	0	1,3	40,6	74,8	23,1	1,3
323*	Рис отварной	180	20	4,6	7,3	48,2	256,3	0,19	12	5,36	2,9	19	227	15	5
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,1	0	0,03	0,3	13,8	92	28	0,6
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0	51,6	0	0,1	7	4	4	1
Итого за Обед			102,00	28,94	22,30	166,89	897,06	0,42	85,10	5,39	7,20	91,39	420,83	77,50	8,20
Итого за день			125	31,49	25,84	200,09	1079,26	1,32	87,50	5,52	9,20	384,69	680,83	118,50	9,40



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Четверг

Сезон:

Неделя: 2

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,10	0,70	0,20	2,20	262,00	379,00	46,00	2,19
3*	Бутерброд с сыром	30	15	4,5	4,5	7,4	88	0,09	0	0,04	0,8	12,6	44,8	7,7	0,56
Итого за 2-й Завтрак			30	5,1	4,6	53,1	264	0,19	0,7	0,24	3	274,6	423,8	53,7	2,75
Обед															
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	26	6,7	6	17,2	149,33	0	4,9	15	2,2	88,1	90,9	13,9	0,8
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/50	41	17,5	12,4	27	194	0,1	4,6	0,1	0,2	24,5	18,3	13,3	0,9
335*	Картофельное пюре	180	20	4	6,3	26,5	178,59	0,06	9	0,08	2,4	41	144	19	1
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,1	0	30	0,3	83,8	92	28	0,6
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0	51,6	0	0	32	29,2	21	0,6
Итого за Обед			95,00	30,80	25,20	101,50	660,12	0,26	70,10	45,18	5,10	269,40	374,40	95,20	3,90
Итого за день			125	35,90	29,80	154,60	924,12	0,45	70,80	45,42	8,10	544,00	798,20	148,90	6,65



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Пятница

Сезон:

Неделя: 2

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
430*	Чай с повидлом	200	5	0,3	0,1	11	43	1,1	0	35,6	6,5	151,2	327,6	25,2	3,6
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,1	0	0,2	2	235	347	41	1,9
Итого за 2-й Завтрак			20	2,55	3,64	29	164,2	1,2	0	35,8	8,5	386,2	674,6	66,2	5,5
Обед															
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	22	11,4	10,2	19,7	216,29	0	5,4	0	2,6	10,5	22,8	7,4	0,4
312*	Птица, тушеная в сметанном соусе	100	45	13,1	16,5	3,6	215	0,1	11	0,1	1,7	27,3	82,5	21,3	1,1
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180	20	4,3	5,3	49	245	0,06	9	0,08	2,4	41	144	19	1
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,03	0	0,1	0,4	4	73,2	22,8	0,7
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1
Итого за Обед			105,00	32,00	32,60	133,80	930,49	0,19	28,40	0,28	7,10	90,20	331,50	75,50	3,30
Итого за день			125	34,55	36,24	162,80	1094,69	1,39	28,40	36,08	15,60	476,40	1006,10	141,70	8,80



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Суббота

Сезон:

Неделя: 2

Возраст: 12-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й Завтрак															
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176	0,05	0	0,1	0,8	93	83	9	0,8
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2	0,1	0	0,2	2	235	347	41	1,9
Итого за 2-й Завтрак			30	2,85	3,64	63,7	297,2	0,15	0	0,3	2,8	328	430	50	2,7
Обед															
95*	Борщ с капусты, картофелем и со сметаной	250/5	25	3,2	5,6	12,1	112	0,09	4,20	0,02	1,50	31,80	82,20	20,40	1,38
275/364*	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	80/50	47	17,3	9,1	17,5	283	0,1	18,1	118	0	74,9	59,8	19,6	0,9
331	Макаронные изделия отварные	180	15	6,7	5,7	39,5	250,86	0,2	5,5	0,03	3,5	17,5	175	27,5	2,5
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60	0,03	0	0,1	0,4	4	73,2	22,8	0,7
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	2,6	0,5	15,8	78,2	0,01	55,4	0	0,1	5	8,1	2,1	0,4
Итого за Обед			95	29,80	20,90	99,90	784,06	0,43	83,20	118,15	5,50	133,20	398,30	92,40	5,88
Итого за день			125	32,65	24,54	163,60	1081,26	0,58	83,20	118,45	8,30	461,20	828,30	142,40	8,58
Итого за 12 дней			1500	384,77	388,19	1980,17	13110,21	10,24	1005,95	367,75	113,23	4717,48	8406,70	2030,18	100,53
Итого среднее за день			125	32,1	32,3	165,0	1092,5	0,9	83,8	30,6	9,4	393,1	700,6	169,2	8,4