

**Государственное бюджетное
профессиональное образовательное
учреждение «Агротехнический
техникум» с. Дивное**

**МЕНЮ
двухнедельное**

2024 год

Утверждаю:

Директор ГБОУ АТ с.Дивное

А.А. Петровский

«26» апреля 2024г.



Меню составлено согласно

«Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях» под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи принт, 2015

Ассортиментный перечень приготавливаемой продукции столовой ГБПОУ АТ с. Дивное

Первые блюда

1. Суп картофельный с мясными фрикадельками
2. Суп картофельный с горохом
3. Суп картофельный с клецками
4. Суп картофельный с макаронными изделиями
5. Рассольник «Ленинградский»
6. Борщ с капустой и картофелем
7. Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная

Вторые блюда

1. Рис отварной
2. Картофельное пюре
3. Каша рассыпчатая гречневая
4. Каша рассыпчатая перловая
5. Каша рассыпчатая пшеничная
6. Каша рассыпчатая рисовая
7. Птица отварная
8. Макароны отварные с маслом
9. Плов из птицы
10. Жаркое по-домашнему
11. Голубцы ленивые
12. Тефтели мясные (2 вариант) с соусом сметанным
13. Котлеты
14. Птица отварная
15. Гуляш
16. Соус сметанный с томатом
17. Икра кабачковая консервированная
18. Зеленый горошек консервированный
19. Икра свекольная
20. Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами
21. Капуста тушеная
22. Салат из квашеной капусты
23. Овощи натуральные свежие/соленые
24. Пирожки печеные из дрожжевого теста
25. Булочка сдобная
26. Оладьи с повидлом

- 27. Омлет натуральный
- 28. Сыр (порциями)
- 29. Масло сливочное 72,5%

Напитки

- 1. Чай с сахаром
- 2. Чай с лимоном
- 3. Компот из смеси сухофруктов
- 4. Какао с молоком
- 5. Кисель

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минер. вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	1 день													
	Завтрак													
401	Оладьи с повидлом	150/15	33,64	22,81	20,52	421,20	0,13	0,45	102,6	0,00	280,44	410,58	46,80	1,39
349	Компот из смеси с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	Обед													
96	Рассольник «Ленинградский»	250	2,82	5,29	11,98	142,25	0,00	8,38	0,00	0,00	31,15	0,00	24,18	0,93
171	Каша рассыпчатая (гречневая)	200	11,5	8,12	51,52	325,0	0,14	0,00	1,54	3,42	19,6	29,54	1,9	1,6
260	Гуляш	150	14,55	16,79	2,89	221,0	0,17	0,92	0,00	0,00	21,81	194,69	22,03	3,06
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	11,1	0,00	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	5,13	0,93	24,93	128	0,02	0,2	0,02	0,7	22,0	29,33	7,0	0,02
	Ужин													
309	Макароны отварные с маслом	200	17,54	18,7	115,86	673,02	0,7	0,00	0,00	10,62	3,1	146,74	27,4	3,1
268	Котлеты	100	16,5	24,2	14,32	344,0	0,10	0,34	28,75	0,00	43,04	166,38	55,78	2,8
331	Соус сметанный с томатом	40	0,72	1,96	2,8	32,04	0,00	0,56	0,00	0,00	11,68	0,00	3,92	0,16
358	Кисель	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,6	0,00	0,18
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,6	0,01	0,11	39,0	0,00	132	75,00	5,25	0,15
14	Масло сливочное 72,5% ж	10	0,00	8,20	0,10	75,0	0,00	0,00	59,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	2 день													
	Завтрак													
210	Омлет натуральный	140	14,42	23,8	2,24	240	0,00	0,28	0,00	0,00	89,2	0,00	18,74	2,6
121	Икра кабачковая консерв	70	0,60	2,35	3,85	39,00	0,00	4,8	0,00	0,00	16,00	0,00	6,5	0,4
349	Компот из смеси с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	Обед													
108	Суп картофельный с клецками	250/65	7,29	5,7	16,99	148,5	0,15	12,24	4,95	0,00	31,9	129,96	40,01	1,61
128	Картофельное пюре	200/10	4,34	12,82	25,18	241,0	0,00	24,92	0,00	0,00	58,32	0,00	38,36	1,44
278	Тесто на мясные (2 вариант) с	100/25	9,48	9,8	9,94	156,7	0,00	0,55	0,00	0,00	18,6	0,00	19,86	0,83

3 день													
№	Наименование	Единица измерения	Количество	Цена	Стоимость	№	Наименование	Единица измерения	Количество	Цена	Стоимость	№	Наименование
47	соусом сметан.		100	1,58	4,99	7,66	83,20	0,02	25,0	0,00	0,00	41,60	30,60
358	Салат из квашеной капусты		200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,6
ПР	Кисель		80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт		50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3
ПР	Хлеб ржано-пшеничный												
291	Ужин												
291	Плов из птицы		75/150	20,30	17,00	35,69	377,00	0,06	1,01	48,00	0,00	45,10	199,30
131	Зеленый горошек консервир		100	3,1	0,20	6,5	40,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном		200/15/7	0,13	0,02	15,2	62,0	0,00	2,83	0,00	0,00	14,2	0,00
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт		60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3
3 день													
Завтрак													
297	Голубцы ленивые		230	16,77	10,74	24,06	160,06	0,00	23,79	0,00	0,00	71,25	0,00
376	Чай с сахаром		200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	11,1	0,00
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт		60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3
Обед													
82	Борщ с капустой и картофелем		250	2,60	5,12	10,93	138,75	0,05	10,68	0,00	0,00	51,73	0,00
171	Каша рассыпчатая (перловая)		200	5,94	5,8	42,28	244,8	0,041	0,00	0,00	0,00	25,7	206,54
260	Гуляш		150	14,55	16,79	2,89	221,0	0,17	0,92	0,00	0,00	21,81	194,69
139	Капуста тушеная		100	2,04	3,68	7,89	77,0	9,63	17,08	0,17	0,15	58,75	31,15
349	Компот из смеси с/ф		200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт		80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00
ПР	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3
Ужин													
171	Каша гречневая рассыпчатая		200	11,5	8,12	51,52	325,0	0,14	0,00	1,54	3,42	19,6	29,54
278	Тефтели мясные (2 вариант) с соусом сметан.		100/25	9,48	9,8	9,94	156,7	0,00	0,55	0,00	0,00	18,6	0,00
54	Икра свекольная		100	0,9	4,7	5,9	69,6	0,046	5,51	0,00	0,00	18,15	0,00
358	Кисель		200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт		60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00
ПР	Хлеб ржаной		50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3
4 день													
Завтрак													
174	Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная (рисовая)		200/10	3,09	4,07	36,98	198,0	0,03	0,00	20,00	0,00	5,90	67,0
15	Сыр (порциями)		15	3,48	4,43	0,00	54,6	0,01	0,11	39,0	0,00	132	75,00

14	Масло сливочное 72,5% ж	10	0,	8,20	0,10	75,0	0,00	0,00	59,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62,0	0,00	2,83	0,00	0,00	14,2	0,00	2,4	0,36
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	Обед													
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,23	5,81	0,00	0,00	38,08	87,18	35,30	2,03
128	Картофельное пюре	200/10	4,34	12,82	25,18	241,0	0,00	24,92	0,00	0,00	58,32	0,00	38,36	1,44
290	Птица отварная	100	22,40	18,23	7,03	281,25	0,08	0,68	53,75	0,00	53,75	172,75	29,88	2,21
331	Соус сметанный с томатом	40	0,72	1,96	2,8	32,04	0,00	0,56	0,00	0,00	11,68	0,00	3,92	0,16
70,71	Овощи натур. свежие/соленые	100	1,1	0,20	3,80	22,00	0,00	17,5	0,00	0,00	14,00	0,00	20,00	0,90
382	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20	0,04	1,30	0,01	0,00	122,00	90,00	14,00	0,56
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	Ужин													
171	Каша рассыпчатая пшеничная	200	8,8	7,64	50,52	306,00	0,25	0,00	0,00	2,00	22,18	179,24	63,12	2,06
260	Гуляш	150	14,55	16,79	2,89	221	0,17	0,92	0,00	0,00	21,81	194,69	22,03	3,06
376	чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	11,1	0,00	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	5 день													
	Завтрак													
171	Каша рассыпчатая (рисовая)	200	4,8	5,76	50,04	271,4	57,1	0,00	0,18	2,00	7,08	103,88	33,94	1,48
229	Рыба, туш в томатн соусе с овощ	120/75	18,03	10,21	8,49	195,00	0,00	4,36	0,01	0,00	67,74	310,0	77,70	1,25
358	Кисель	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	Обед													
104	Суп картофельный с мясн. фрик.	250/35	7,29	5,70	16,99	148,50	0,15	148,50	4,95	0,00	31,90	129,96	40,01	1,61
259	Жаркое по-домашнему	80/160	27,53	7,47	21,95	265,00	0,21	8,97	24,00	0,00	31,10	337,00	65,70	4,03
454	Пирожки печеные из дрож.теста	60	3,5	3,75	34,77	187,0	0,05	0,03	28,00	0,00	12,40	34,50	13,20	0,87
349	Компот из смеси с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	Ужин													
128	Картофельное пюре	200/10	4,34	12,82	25,18	241,0	0,00	24,92	0,00	0,00	58,32	0,00	38,36	1,44
268	Котлеты	100	15,55	11,55	15,70	228,65	0,10	0,15	28,75	0,00	43,75	166,38	32,13	1,5
47	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20	0,02	25,0	0,00	0,00	41,60	30,60	14,2	0,58
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	11,1	0,00	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52

171	Каша рассыпчатая (перловая)	200	5,5	5,8	42,28	244,8	0,041	0,00	0,00	0,00	0,00	25,7	206,54	25,32	1,16
260	Гуляш	150	14,55	16,79	2,89	221	0,17	0,92	0,00	0,00	0,00	21,81	194,69	22,03	3,06
121	Икра кабачковая консерв	70	0,60	2,35	3,85	39,00	0,00	4,8	0,00	0,00	0,00	16,00	0,00	6,5	0,4
358	Кисель	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	0,00	63,87	109,3	35,0	2,45
	8 день														
	Завтрак														
297	Голубцы ленивые	230	16,77	10,74	24,06	160,06	0,00	23,79	0,00	0,00	0,00	71,25	0,00	52,37	1,94
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,1	0,00	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржаной	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	0,00	63,87	109,3	35,0	2,45
	Обед														
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,23	5,81	0,00	0,00	0,00	38,08	87,18	35,30	2,03
128	Картофельное пюре	200/10	4,34	12,82	25,18	241,0	0,00	24,92	0,00	0,00	0,00	58,32	0,00	38,36	1,44
268	Котлеты	100	15,55	11,55	15,70	228,65	0,10	0,15	28,75	0,00	0,00	43,75	166,38	32,13	1,5
81	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20	0,02	25,0	0,00	0,00	0,00	41,60	30,60	14,2	0,58
349	Компот из смеси с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,01	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	0,00	63,87	109,3	35,0	2,45
	Ужин														
309	Макароны отварные с маслом	200	17,54	18,7	115,86	673,02	0,7	0,00	0,00	10,62	0,00	3,1	146,74	27,4	3,1
278	Тефтели мясные (2 вариант) с соусом сметан.	100	9,48	9,8	9,94	156,7	0,00	0,55	0,00	0,00	0,00	18,6	0,00	19,86	0,83
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,6	0,01	0,11	39,0	0,00	0,00	132	75,00	5,25	0,15
14	Масло сливочное 72,5% ж	10	0,00	8,20	0,10	75,0	0,00	0,00	59,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62,0	0,00	2,83	0,00	0,00	0,00	14,2	0,00	2,4	0,36
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	0,00	63,87	109,3	35,0	2,45
	9 день														
	Завтрак														
174	Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная	200/10	3,09	4,07	36,98	198,0	0,03	0,00	20,00	0,00	0,00	5,90	67,0	21,8	0,47
349	Компот из смеси с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	0,00	63,87	109,3	35,0	2,45
	Обед														
103	Суп картоф. с мак:рон. издел	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	0,00	0,00	24,60	66,65	27,00	1,09
171	Каша рассыпчатая (рисовая)	200	4,8	5,76	50,04	271,4	57,1	0,00	0,18	2,00	0,00	7,08	103,88	33,94	1,48

229	Рыба, туш в томатн соусе с овощ	120/75	1	10,21	8,49	195,00	0,00	4,36	0,01	0,00	67,74	310,0	77,70	1,25
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	11,1	0,00	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	<i>Ужин</i>													
291	Плов из птицы	75/150	20,30	17,00	35,69	377,00	0,06	1,01	48,00	0,00	45,10	199,30	47,50	2,19
70,71	Овощи натур. свежие/соленые	100	1,1	0,20	3,80	22,00	0,00	17,5	0,00	0,00	14,00	0,00	20,00	0,90
349	Компот из смеси с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	10 день													
	<i>Завтрак</i>													
401	Оладьи с повидлом	160/40	33,64	22,81	20,52	421,20	0,13	0,45	102,6	0,00	280,44	410,58	46,80	1,39
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	0,00	0,03	0,00	0,00	11,1	0,00	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	<i>Обед</i>													
104	Суп картофельный с мясн. фрик.	250/35	7,29	5,70	16,99	148,50	0,15	148,50	4,95	0,00	31,90	129,96	40,01	1,61
171	Каша рассыпчатая (пшеничная)	200	8,8	7,64	50,52	306,00	0,25	0,00	0,00	2,00	22,18	179,24	63,12	2,06
260	Гуляш	150	14,55	16,79	2,89	221	0,17	0,92	0,00	0,00	21,81	194,69	22,03	3,06
292	Булочка слобная	100	53,0	46,0	84,0	347	8,0	0,00	0,00	0,00	312,0	821,0	126,0	11,0
70,71	Овощи натур. свежие/соленые	100	1,1	0,20	3,80	22,00	0,00	17,5	0,00	0,00	14,00	0,00	20,00	0,90
349	Компот из смеси с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,56	1,12	1,04	40,48	0,16	0,00	0,00	0,00	26,4	0,00	0,00	3,36
ПР	Хлеб ржаной	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45
	<i>Ужин</i>													
309	Макароны отварные с маслом	200	17,54	18,7	115,86	673,02	0,7	0,00	0,00	10,62	3,1	146,74	27,4	3,1
268	Котлеты	100	15,55	11,55	15,70	228,65	0,10	0,15	28,75	0,00	43,75	166,38	32,13	1,5
81	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20	0,02	25,0	0,00	0,00	41,60	30,60	14,2	0,58
358	Кисель	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
ПР	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,92	0,78	0,78	30,36	0,12	0,00	0,00	0,00	19,8	0,00	0,00	2,52
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,33	0,6	20,9	102,4	0,45	0,35	0,00	0,275	63,87	109,3	35,0	2,45