

Школа

-	Отд./корп		
---	-----------	--	--

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	йогурт	ГП	Йогурт 2,5 % жирности	125	33,8	120,6	3,75	3,12	19,37
	сыр	ГП	Сыр Дружба 1 шт	17,5	15,26	52,85	1,50	4,90	0,56
	2 блюдо	ТТК№61	Блинчики со сгущенным молоком 170/30	200	45,99	394	14,53	14,65	68,45
	хлеб	ГП	Батон пшеничный	20	2,09	78,6	2,2	0,87	17,4
	напиток	261**	Чай с сахаром	200	1,77	40	0,07	0,2	10,01
Завтрак 2									
Обед	закуска	19**	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	36,25	70,00	0,96	6,07	3,64
	1 блюдо	ТТК№62	Суп-лапша с курицей 250/25	275	20,44	168,86	5,52	8,62	12,78
	2 блюдо	184**	Котлеты домашние 95/5	100	58,33	313,33	13,33	23,64	11,74
	гарнир	210**	Пюре картофельное	180	37,86	163,80	3,67	5,76	24,53
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,03	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	241**	Компот из смеси сухофруктов	180	5,27	118,80	0,59	0,09	28,80
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	53,4	120,00	6,00	6,40	9,40
Полдник	бутерброд	ТТК№68	Горячий бутерброд с сыром и помидорами	50	30,9	254,00	6,40	9,60	15,84
	напиток	266*	Какао с молоком	200	19,65	118,00	4,08	3,54	17,58
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	16**	Салат из свежих огурцов	100	32,36	66,00	0,75	6,00	2,33
	2 блюдо	189**	Фрикадельки из говядины в соусе 50/50	100	37,86	141,00	8,63	8,24	8,10
	гарнир	303*	Каша вязкая гречневая	180	14,71	174,60	5,49	6,00	24,62
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	ГП	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200	24,44	42,00	1,00	0,00	20,00
	кондитерское изделие	ГП	Вафли «золотце моё»	15	6,12	79,50	0,75	4,50	9,00
Завтрак 2									
Обед	закуска	47*	Салат из квашеной капусты	100	23,08	85,70	1,70	5,00	8,45
	1 блюдо	108*	Суп картофельный с клёцками	250	21,35	143,75	3,56	4,59	18,79
	2 блюдо	ТТК№69	Жаркое по -домашнему (свинина) 90/160	250	87,97	547,00	17,57	42,14	38,52
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	ТТК№70	Компот из красной смородины	180	13,60	98,50	0,27	0,09	22,30
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
Полдник	2 блюдо	ТТК№71	Макароны отварные с сыром	180	55,77	334,00	17,60	9,07	42,33
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,92	44,40	1,60	0,24	9,80
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	23	1,75	57,50	1,76	0,21	12,88
	напиток	261**	Чай с сахаром	180	1,6	36	0,06	0,18	9,01
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	53,4	120,00	6,00	6,40	9,40

Школа							День		
	Отд./корп								
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	75*	Икра свекольная	100	16,64	185,30	2,37	0,01	22,87
	2 блюдо	ТТК №72	Рыбные палочки	100	110,02	266,00	11,16	14,65	16,67
	гарнир	210**	Пюре картофельное	180	37,86	163,80	3,67	5,76	24,53
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	262**	Чай с лимоном	200	3,56	62,00	0,13	0,02	15,20
Завтрак 2									
Обед	закуска	18**	Салат из свежих помидоров	100	26,88	77	1,10	6,12	4,57
	1 блюдо	62**	Борщ с капустой и картофелем	250	16,97	102,50	1,80	4,92	10,93
	2 блюдо	ТТК №73	Гуляш из говядины 50/50	100	74,35	150,00	7,15	7,78	4,67
	гарнир	303*	Каша пшеничная вязкая	180	13,99	189,60	4,80	6,00	28,73
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	ТТК №74	Компот из абрикосов	180	13,58	98,50	0,27	0,09	22,30
	кондитерское изделие	ГП	Вафли «золотце моё»	15	6,12	79,50	0,75	4,50	9,00
Полдник	кондитерское изделие	ГП	Печенье «Антика»	26	14,40	120,00	2,00	4,50	17,00
	напиток	ГП	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200	24,44	42,00	1,00	0,00	20,00
	фрукты	231**	Яблоки свежие	130	14,2	61,10	0,52	0,52	12,74

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54**	Помидоры свежие	100	36,64	22,00	1,10	0,20	3,80
	2 блюдо	ТТК №67	Котлеты Южные	100	47,4	298,00	12,70	21,7	13,96
	гарнир	207**	Макароны отварные с маслом	180	19,96	201,60	6,62	5,42	31,73
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	261**	Чай с сахаром	200	1,77	40,00	0,07	0,20	10,01
Завтрак 2									
Обед	закуска	54**	Огурцы свежие	100	35,51	12,00	0,70	0,10	1,90
	1 блюдо	78**	Суп картофельный с горохом	250	14,15	147,50	5,5	5,28	16,53
	2 блюдо	ТТК№75	Плов из говядины 85/165	250	135,11	561,00	27,92	28,51	49,50
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	ТТК№78	Напиток из шиповника с сахаром	180	7,78	58,70	0,54	0,18	16,48
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	21,71	47,00	0,40	0,30	10,30
Полдник	2 блюдо	ТТК№76	Блинчики с молоком сгущённым 170/30	200	45,99	394,00	14,53	14,65	68,45
	напиток	386*	Кефир 1шт 200гр	200	42,90	100,00	5,80	5,00	8,00

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	омлет	144**	Омлет натуральный	200	87,59	368	20,19	30,48	3,68
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,92	44,40	1,60	0,24	11,00
	хлеб	ГП	Батон пшеничный	20	2,09	78,6	2,2	0,87	17,4
	кондитерское изделие	ГП	Пряники	34	5,30	139,04	2,05	3,40	25,16
	напиток	264**	Кофейный напиток с молоком	200	14,98	50,00	3,16	2,68	15,94
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
Завтрак 2									
Обед	закуска	54-21з	Кукуруза консервированная	100	40,73	52,17	2,00	0,33	10,17
	1 блюдо	72**	Рассольник ленинградский	250	24,52	105,00	2,02	5,1	12,00
	2 блюдо	ТТК№77	Котлеты из куриного филе	100	61,22	260,00	15,84	15,22	17,13
	гарнир	210**	Пюре картофельное	180	37,86	163,80	3,67	5,76	24,53
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	7,07	102,60	0,14	0,14	25,09
Полдник	бутерброд	3*	Бутерброд с сыром 60/10/30	100	55,05	314,00	11,60	16,60	29,66
	напиток	262**	Чай с лимоном	180	3,21	55,80	0,12	0,01	13,68
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
	кондитерское изделие	ГП	Вафли «золотце моё»	15	6,12	79,50	0,75	4,50	9,00

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54**	Огурцы свежие	100	35,51	12,00	0,70	0,10	1,90
	2 блюдо	187**	Тефтели мясные (говядина)65/35	100	46,01	149,09	8,37	8,77	9,06
	гарнир	303*	Каша вязкая гречневая	180	14,71	174,60	5,49	6,00	24,62
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,92	44,40	1,60	0,24	9,80
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,29	75,00	2,30	0,27	16,80
	напиток	261**	Чай с сахаром	180	1,60	36,00	0,06	0,18	9,01
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
	кондитерское изделие	ГП	Вафли «золотце моё»	30	12,24	159,00	1,50	9,00	18,00
Завтрак 2									
Обед	закуска	36**	Салат из свеклы с сыром	100	24,54	131,00	4,67	9,38	7,19
	1 блюдо	66**	Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)250/25	275	27,16	87,50	1,78	4,95	7,90
	2 блюдо	ТТК№37	Мясо тушеное (говядина) с соусом 50/50	100	78,22	251,55	15,94	20,97	3,45
	гарнир	207**	Макароны отварные с маслом	180	19,96	201,60	6,62	5,42	31,73
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	36	3,45	61,49	2,45	0,43	12,10
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	ТТК№70	Компот из красной смородины	200	15,11	109,44	0,30	0,10	24,78
	кондитерское изделие	ГП	Печенье «Антика»	26	14,40	120,00	2,00	4,50	17,00
Полдник	яйцо	143**	Яйцо отварное	40	16,50	56,60	4,80	4,00	0,30
	сыр	11**	Сыр порциями	15	16,70	54,00	3,48	4,43	0,00
	масло	10**	Масло сливочное	5	8,51	33,00	0,04	3,63	0,07
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	34	3,26	58,07	2,31	0,41	11,42
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	34	2,61	79,71	2,52	0,31	16,69
	напиток	ТТК№78	Напиток из шиповника с сахаром	200	8,63	65,22	0,60	0,20	18,32
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	21,71	47,00	0,40	0,30	10,30

Школа	-					Отд./корп		День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	сыр	11**	Сыр порциями	10	10,86	36,00	2,32	2,95	0,00	
	масло	10**	Масло сливочное	5	8,51	33,00	0,04	3,63	0,07	
	2 блюдо	182	Каша рисовая молочная вязкая200/10	210	24,49	211,32	3,05	5,20	38,04	
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70	
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40	
	напиток	262**	Чай с лимоном	200	3,56	62,00	0,13	0,01	16,68	
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80	
Завтрак 2										
Обед	закуска	ГП	Икра кабачковая	100	22,20	77,51	1,20	4,72	7,70	
	1 блюдо	78**	Суп картофельный с горохом	250	14,15	147,50	5,5	5,28	16,53	
	2 блюдо	ТТК №67	Котлеты Южные	100	47,4	298,00	12,70	21,7	13,96	
	гарнир	207**	Макароны отварные с маслом	180	19,96	201,60	6,62	5,42	31,73	
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60	
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00	
	напиток	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	7,07	102,60	0,14	0,14	25,09	
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	53,4	120,00	6,00	6,40	9,40	
Полдник	бутерброд	ТТК№68	Горячий бутерброд с сыром и помидорами	50	30,9	254,00	6,40	9,60	15,84	
	напиток	264**	Кофейный напиток с молоком	200	14,98	50,00	3,16	2,68	15,94	
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	21,71	47,00	0,40	0,30	10,30	

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	100	7,83	76,00	1,38	4,50	7,67
	2 блюдо	ТТК№77	Котлеты из куриного филе	100	61,22	260,00	15,84	15,22	17,13
	гарнир	210**	Пюре картофельное	180	37,86	163,80	3,67	5,76	24,53
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	ГП	Сок в ассортименте	180	11,12	37,80	0,90	0,00	18,00
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	53,4	120,00	6,00	6,40	9,40
Завтрак 2									
Обед	закуска	19**	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	36,25	70,00	0,96	6,07	3,64
	1 блюдо	62**	Борщ с капустой и картофелем	250	16,97	102,50	1,80	4,92	10,93
	2 блюдо	ТТК №72	Рыбные палочки	100	110,02	266,00	11,16	14,65	16,67
	гарнир	305*	Рис припущенный	180	22,83	239,94	4,37	5,16	44,00
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	241**	Компот из смеси сухофруктов	180	5,27	118,80	0,59	0,09	28,80
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
Полдник									
	2 блюдо	144**	Омлет натуральный	200	87,59	368,00	20,19	30,48	3,68
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	ТТК№70	Компот из красной смородины	180	13,6	98,50	0,27	0,09	22,30

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сыр	11**	Сыр порциями	10	10,86	36,00	2,32	2,95	0,00
	масло	10**	Масло сливочное	5	8,51	33,00	0,04	3,63	0,07
	2 блюдо	ТТК№80	Запеканка из творога со сметаной 180/20	200	103,45	370,00	25,72	19,40	28,78
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,40	55,50	2,00	0,30	13,75
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	33	2,50	82,50	2,53	0,30	18,48
	напиток	264**	Кофейный напиток с молоком	180	13,48	45,00	2,84	2,41	14,35
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
Завтрак 2									
Обед	закуска	47*	Салат из квашеной капусты	100	23,08	85,70	1,70	5,00	4,76
	1 блюдо	108*	Суп картофельный с клёцками	250	21,35	143,75	3,56	4,59	18,79
	2 блюдо	318*	Филе птицы тушеное в соусе 50/50	100	60,69	102,60	14,29	4,60	2,94
	гарнир	303*	Каша вязкая гречневая	180	14,71	174,60	5,49	6,00	24,62
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	ГП	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200	24,44	42,00	1,00	0,00	20,00
	кондитерское изделие	ГП	Печенье «Антика»	26	14,40	120,00	2,00	4,50	17,00
Полдник	яйцо	143**	Яйцо отварное	40	16,50	56,60	4,80	4,00	0,30
	бутерброд	1*	Бутерброд с маслом сливочным 60/20	80	38,66	250,24	4,35	13,51	27,50
	напиток	262**	Чай с лимоном	180	3,21	55,80	0,12	0,01	15,20
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	21,71	47,00	0,40	0,30	10,30

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	18**	Салат из свежих помидоров	100	26,88	77	1,10	6,12	4,57
	2 блюдо	ТТК№82	Плов из курицы 80/170	250	93,98	440,62	21,18	14,08	44,67
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	261**	Чай с сахаром	200	1,77	40,00	0,07	0,20	10,01
Завтрак 2									
Обед	закуска	306*	Горошек консервированный	100	36,6	59,2	2,88	2,72	5,78
	1 блюдо	66**	Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)250/25	275	27,16	87,50	1,78	4,95	7,9
	2 блюдо	187**	Тефтели мясные (говядина)65/35	100	46,01	149,09	8,37	8,77	9,06
	гарнир	210**	Пюре картофельное	180	37,86	163,80	3,67	5,76	24,53
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	7,07	102,60	0,14	0,14	25,09
	мучные изделия	287**	Ватрушка с творогом	75	20,72	202,00	9,22	5,48	29,18
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	21,71	47,00	0,40	0,30	10,30
Полдник	кондитерское изделие	ГП	Печенье «Антика»	26	14,40	120,00	2,00	4,50	17,00
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	53,4	120,00	6,00	6,40	9,40
	фрукты	231**	Яблоки свежие	130	14,20	61,10	0,52	0,52	12,74

Школа	-			Отд./корп			День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	47*	Салат из квашеной капусты	100	23,08	85,70	1,70	5,00	4,76
	2 блюдо	ТТК №73	Гуляш из говядины 50/50	100	74,35	150,00	7,15	7,78	4,67
	гарнир	303*	Каша вязкая гречневая	180	14,71	174,6	5,49	6,0	24,62
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,88	66,60	2,40	0,36	14,70
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	100,00	3,07	0,36	22,40
	напиток	262**	Чай с лимоном	200	3,56	62,00	0,13	0,01	16,89
Завтрак 2									
Обед	закуска	16**	Салат из свежих огурцов	100	32,36	66,00	0,75	6,00	2,33
	1 блюдо	72**	Рассольник ленинградский	250	24,52	105,00	2,02	5,1	12
	2 блюдо	184**	Котлеты домашние 95/5	100	58,33	313,33	13,33	23,64	11,74
	гарнир	207**	Макароны отварные с маслом	180	19,96	201,60	6,62	5,42	31,73
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,84	88,80	3,20	0,48	19,60
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	ТТК№74	Компот из абрикосов	180	13,58	98,50	0,27	0,09	22,30
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
Полдник	2 блюдо	ТТК№61	Блинчики со стуженным молоком 170/30	200	45,99	394,00	14,53	14,65	68,45
	напиток	ТТК№78	Напиток из шиповника с сахаром	180	7,78	58,70	0,54	0,18	16,48

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	75*	Икра свекольная	100	16,64	185,30	2,37	0,01	22,87
	2 блюдо	189**	Фрикадельки из говядины в соусе 50/50	100	37,86	141,00	8,63	8,24	8,10
	гарнир	303*	Каша пшеничная вязкая	180	13,99	189,60	4,80	6,00	28,73
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,44	25,62	1,02	0,18	5,04
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	46,89	1,48	0,18	9,82
	напиток	ГП	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200	24,44	42	1	0,0	20
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	10,92	47,00	0,40	0,40	9,80
	кондитерское изделие	ГП	Печенье «Антика»	26	14,40	120,00	2,00	4,50	17,00
Завтрак 2									
Обед	закуска	18**	Салат из свежих помидоров	100	26,88	77,00	1,10	6,12	4,57
	1 блюдо	ТТК№62	Суп-лапша с курицей 250/25	275	20,44	168,86	5,52	8,62	12,78
	2 блюдо	ТТК№82	Плов из курицы 80/170	250	93,98	440,62	21,18	14,08	44,67
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	41	3,91	70,03	2,79	0,49	13,78
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,84	125,00	3,83	0,45	28,00
	напиток	ТТК№70	Компот из красной смородины	200	15,11	109,44	0,30	0,10	24,78
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	21,71	47,00	0,40	0,30	10,30
Полдник	2 блюдо	ТТК№71	Макаронны отварные с сыром	180	55,77	334,00	17,60	9,07	42,33
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	24	2,29	53,28	1,92	0,29	11,76
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,30	75,00	2,30	0,27	16,80
	напиток	ТТК№74	Компот из абрикосов	180	13,58	98,50	0,27	0,09	22,30
	кондитерское изделие	ГП	Вафли «золотце моё»	15	6,12	79,50	0,75	4,50	9,00