



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы

Понедельник - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Масло сливочное (порциями) \\Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г. Энергетическая ценность 66,00 Ккал\\	10	
2	Макароны отварные с сыром \\Белки - 10,53 г, Жиры - 9,60 г, Углеводы - 38,13 г. Энергетическая ценность 281,06 Ккал\\	200	
3	Какао с молоком сгущенным \\Белки - 3,15 г, Жиры - 2,97 г, Углеводы - 20,07 г. Энергетическая ценность 120,06 Ккал\\	180	
4	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 1,58 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 9,66 г. Энергетическая ценность 47,00 Ккал\\	20	
6	Фрукты свежие \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	150	
7			
8	Итого	580	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из свежих помидоров и огурцов \\Белки - 0,96 г, Жиры - 6,08 г, Углеводы - 3,65 г. Энергетическая ценность 70,70 Ккал\\	100	
2	Борщ с капустой и картофелем \\Белки - 1,80 г, Жиры - 4,92 г, Углеводы - 10,93 г. Энергетическая ценность 103,75 Ккал\\	250	
3	Каша гречневая с птицей \\Белки - 18,12 г, Жиры - 17,75 г, Углеводы - 47,50 г. Энергетическая ценность 422,25 Ккал\\	250	
4	Чай с апельсином \\Белки - 0,17 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 13,53 г. Энергетическая ценность 55,43 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\\	60	
7			
8	Итого	900	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Вторник - 1 (возраст 12 лет и старше)



ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Яйца вареные \\Белки - 5,08 г, Жиры - 4,60 г, Углеводы - 0,28 г. Энергетическая ценность 63,00 Ккал\\	40	
2	Овощное рагу с мясом \\Белки - 14,51 г, Жиры - 15,90 г, Углеводы - 24,37 г. Энергетическая ценность 298,31 Ккал\\	240	
3	Чай с сахаром \\Белки - 0,20 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 26,80 Ккал\\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
6	Кондитерские изделия \\Белки - 2,55 г, Жиры - 3,39 г, Углеводы - 20,91 г. Энергетическая ценность 124,20 Ккал\\	30	
7			
8	Итого	570	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из белокочанной капусты с морковью \\Белки - 1,40 г, Жиры - 4,60 г, Углеводы - 10,30 г. Энергетическая ценность 88,00 Ккал\\	100	
2	Суп картофельный с крупой \\Белки - 1,97 г, Жиры - 2,71 г, Углеводы - 12,11 г. Энергетическая ценность 85,75 Ккал\\	250	
3	Гуляш \\Белки - 10,83 г, Жиры - 13,76 г, Углеводы - 4,17 г. Энергетическая ценность 167,71 Ккал\\	100	
4	Рис отварной \\Белки - 4,38 г, Жиры - 6,45 г, Углеводы - 44,02 г. Энергетическая ценность 251,64 Ккал\\	180	
5	Кисель фруктовый \\Белки - 0,10 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 27,58 г. Энергетическая ценность 108,00 Ккал\\	180	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\\	60	
8	Итого	910	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы



Среда - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Огурец в нарезке \Белки - 0,80 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 2,50 г. Энергетическая ценность 14,10 Ккал\	100	
2	Рыба в яйце запеченная \Белки - 20,34 г, Жиры - 9,84 г, Углеводы - 3,72 г. Энергетическая ценность 184,80 Ккал\	120	
3	Картофельное пюре \Белки - 3,68 г, Жиры - 5,76 г, Углеводы - 24,53 г. Энергетическая ценность 164,70 Ккал\	180	
4	Чай с сухофруктами \Белки - 0,37 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 12,18 г. Энергетическая ценность 51,00 Ккал\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6	Хлеб пшеничный \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
7			
8	Итого	660	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из моркови с сахаром \Белки - 1,30 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 14,60 г. Энергетическая ценность 65,00 Ккал\	100	
2	Суп из овощей \Белки - 1,59 г, Жиры - 4,99 г, Углеводы - 9,15 г. Энергетическая ценность 95,25 Ккал\	250	
3	Котлеты \Белки - 16,70 г, Жиры - 12,60 г, Углеводы - 16,83 г. Энергетическая ценность 247,52 Ккал\	100	
4	Пюре из гороха \Белки - 15,89 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 40,83 г. Энергетическая ценность 279,35 Ккал\	180	
5	Компот из смеси сухофруктов \Белки - 0,45 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 17,82 г. Энергетическая ценность 72,90 Ккал\	180	
6	Хлеб ржано-пшеничный \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
7	Хлеб пшеничный \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
8	Итого	890	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы



Четверг - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Салат из свежей капусты с огурцом, зеленым горошком Белки - 0,70 г, Жиры - 4,90 г, Углеводы - 11,90 г. Энергетическая ценность 94,50 Ккал\	100	
2	Тефтели из птицы с рисом Белки - 14,97 г, Жиры - 16,16 г, Углеводы - 10,21 г. Энергетическая ценность 246,25 Ккал\	100/30	
3	Каша вязкая гречневая Белки - 5,49 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 24,62 г. Энергетическая ценность 174,60 Ккал\	180	
4	Чай с лимоном и сахаром Белки - 0,30 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,70 г. Энергетическая ценность 27,90 Ккал\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6	Хлеб пшеничный Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\	30	
7			
8	Итого	660	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из свеклы отварной Белки - 1,60 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 11,00 г. Энергетическая ценность 104,00 Ккал\	100	
2	Щи из свежей капусты с картофелем Белки - 1,77 г, Жиры - 4,95 г, Углеводы - 7,90 г. Энергетическая ценность 89,75 Ккал\	250	
3	Плов из отварной птицы Белки - 13,70 г, Жиры - 23,34 г, Углеводы - 35,11 г. Энергетическая ценность 394,90 Ккал\	200	
4	Сок фруктовый или овощной Белки - 0,54 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 29,34 г. Энергетическая ценность 122,76 Ккал\	180	
5	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
6	Хлеб пшеничный Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\	60	
7			
8	Итого	830	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы

Пятница - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Сыр полутвердый (порциями) Белки - 3,48 г, Жиры - 4,43 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 54,00 Ккал	15	
2	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным Белки - 6,05 г, Жиры - 8,00 г, Углеводы - 34,99 г. Энергетическая ценность 235,50 Ккал	200/5	
3	Чай фруктовый с яблоками Белки - 0,12 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,16 г. Энергетическая ценность 45,30 Ккал	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал	20	
5	Хлеб пшеничный Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал	40	
6	Фрукты свежие Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал	150	
7			
8	Итого	630	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из сырых овощей Белки - 1,09 г, Жиры - 6,04 г, Углеводы - 3,78 г. Энергетическая ценность 73,90 Ккал	100	
2	Суп картофельный с горохом Белки - 5,49 г, Жиры - 5,27 г, Углеводы - 16,54 г. Энергетическая ценность 148,25 Ккал	250	
3	Мясо-крупяные шарики Белки - 15,25 г, Жиры - 12,88 г, Углеводы - 17,66 г. Энергетическая ценность 247,68 Ккал	100	
4	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом Белки - 3,78 г, Жиры - 5,94 г, Углеводы - 16,47 г. Энергетическая ценность 192,92 Ккал	180	
5	Напиток витаминный Белки - 0,41 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 18,45 г. Энергетическая ценность 76,77 Ккал	180	
6	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал	40	
7	Хлеб пшеничный Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,15 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал	50	
8	Итого	900	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ



Понедельник - 2 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

Наименование блюд	Выход	Цена, руб
1 Сыр полутвердый (порциями) Белки - 3,38 г, Жиры - 4,43 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 54,00 Ккал	15	
2 Каша вязкая молочная пшеница с маслом сливочным Белки - 8,55 г, Жиры - 8,30 г, Углеводы - 45,95 г. Энергетическая ценность 292,50 Ккал	200/5	
3 Кофейный напиток с молоком Белки - 3,42 г, Жиры - 3,15 г, Углеводы - 10,06 г. Энергетическая ценность 82,08 Ккал	180	
4 Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал	20	
5 Хлеб пшеничный Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал	40	
6 Фрукты свежие Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал	150	
7		
8 Итого	610	
Стоимость		68,44

ОБЕД

1 Салат витаминный Белки - 1,57 г, Жиры - 6,02 г, Углеводы - 8,79 г. Энергетическая ценность 95,70 Ккал	100	
2 Борщ с капустой и картофелем Белки - 1,80 г, Жиры - 4,92 г, Углеводы - 10,93 г. Энергетическая ценность 103,75 Ккал	250	
3 Биточки Белки - 16,70 г, Жиры - 12,60 г, Углеводы - 16,83 г. Энергетическая ценность 247,52 Ккал	100	
4 Макароны изделия отварные Белки - 6,52 г, Жиры - 5,42 г, Углеводы - 31,73 г. Энергетическая ценность 202,14 Ккал	180	
5 Чай с апельсином Белки - 0,17 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 13,53 г. Энергетическая ценность 55,43 Ккал	200	
6 Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,76 г. Энергетическая ценность 51,96 Ккал	40	
7 Хлеб пшеничный Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,15 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал	50	
8 Итого	920	
Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Вторник - 2 (возраст 12 лет и старше)



ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Огурец в нарезке \\Белки - 0,80 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 2,50 г. Энергетическая ценность 14,10 Ккал\\	100	
2	Гуляш \\Белки - 10,83 г, Жиры - 13,76 г, Углеводы - 4,17 г. Энергетическая ценность 167,71 Ккал\\	100	
3	Картофельное пюре \\Белки - 4,09 г, Жиры - 6,40 г, Углеводы - 27,25 г. Энергетическая ценность 183,00 Ккал\\	200	
4	Чай с сухофруктами \\Белки - 0,37 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 12,18 г. Энергетическая ценность 51,00 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
7			
8	Итого	660	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из белокочанной капусты с морковью \\Белки - 1,40 г, Жиры - 4,60 г, Углеводы - 10,30 г. Энергетическая ценность 88,00 Ккал\\	100	
2	Суп картофельный с горохом \\Белки - 5,49 г, Жиры - 5,27 г, Углеводы - 16,54 г. Энергетическая ценность 148,25 Ккал\\	250	
3	Рагу из птицы \\Белки - 17,50 г, Жиры - 7,00 г, Углеводы - 21,00 г. Энергетическая ценность 217,40 Ккал\\	200	
4	Сок фруктовый или овощной \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 32,60 г. Энергетическая ценность 136,40 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\\	60	
7			
8	Итого	850	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы

Среда - 2 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Яйца вареные Белки - 5,08 г, Жиры - 4,60 г, Углеводы - 0,28 г. Энергетическая ценность 63,00 Ккал\	40	
2	Макароны отварные с сыром Белки - 13,16 г, Жиры - 12,00 г, Углеводы - 47,66 г. Энергетическая ценность 351,33 Ккал\	250	
3	Чай с сахаром Белки - 0,20 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 26,80 Ккал\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
5	Хлеб пшеничный Белки - 1,58 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 9,66 г. Энергетическая ценность 47,00 Ккал\	20	
6	Кондитерские изделия Белки - 1,70 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 13,94 г. Энергетическая ценность 82,80 Ккал\	20	
7			
8	Итого	550	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат витаминный с кукурузой Белки - 2,60 г, Жиры - 6,22 г, Углеводы - 22,15 г. Энергетическая ценность 154,90 Ккал\	100	
2	Щи из свежей капусты с картофелем Белки - 1,77 г, Жиры - 4,95 г, Углеводы - 7,90 г. Энергетическая ценность 89,75 Ккал\	250	
3	Птица, тушенная в соусе с овощами Белки - 13,65 г, Жиры - 15,98 г, Углеводы - 17,17 г. Энергетическая ценность 267,20 Ккал\	200	
4	Кисель абрикосовый Белки - 0,13 г, Жиры - 0,04 г, Углеводы - 19,47 г. Энергетическая ценность 78,76 Ккал\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
6	Хлеб пшеничный Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\	60	
7			
8	Итого	850	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат-Питания"
Зиновьева Л.М.
Согласовано
Директор школы

Четверг - 2 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Масло сливочное (порциями) \Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г. Энергетическая ценность 66,00 Ккал\	10	
2	Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным \Белки - 9,15 г, Жиры - 8,30 г, Углеводы - 45,03 г. Энергетическая ценность 291,50 Ккал\	200/5	
3	Чай фруктовый с яблоками \Белки - 0,12 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,16 г. Энергетическая ценность 45,30 Ккал\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
5	Хлеб пшеничный \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
6	Фрукты свежие \Белки - 0,64 г, Жиры - 0,64 г, Углеводы - 15,68 г. Энергетическая ценность 75,20 Ккал\	160	
7			
8	Итого	635	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Салат из свеклы отварной \Белки - 1,60 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 11,00 г. Энергетическая ценность 104,00 Ккал\	100	
2	Суп картофельный с макаронными изделиями \Белки - 2,69 г, Жиры - 2,84 г, Углеводы - 17,46 г. Энергетическая ценность 118,25 Ккал\	250	
3	Рыба в яйце запеченная \Белки - 16,95 г, Жиры - 8,20 г, Углеводы - 3,10 г. Энергетическая ценность 154,00 Ккал\	100	
4	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом \Белки - 4,20 г, Жиры - 6,60 г, Углеводы - 18,30 г. Энергетическая ценность 214,36 Ккал\	200	
5	Компот из смеси сухофруктов \Белки - 0,45 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 17,82 г. Энергетическая ценность 72,90 Ккал\	180	
6	Хлеб ржано-пшеничный \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
7	Хлеб пшеничный \Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 28,98 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\	60	
8	Итого	930	
	Стоимость		74,93

Повар:



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зинovieва Л.М.

Согласовано
Директор школы



Пятница - 2 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Помидор в нарезке \\Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 3,80 г. Энергетическая ценность 21,40 Ккал\\	100	
2	Котлеты \\Белки - 16,70 г, Жиры - 12,60 г, Углеводы - 16,83 г. Энергетическая ценность 247,52 Ккал\\	100	
3	Макаронные изделия отварные \\Белки - 6,62 г, Жиры - 5,42 г, Углеводы - 31,73 г. Энергетическая ценность 202,14 Ккал\\	180	
4	Чай с лимоном и сахаром \\Белки - 0,30 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,70 г. Энергетическая ценность 27,90 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
7			
8	Итого	640	
	Стоимость		68,44

ОБЕД

1	Икра из кабачков \\Белки - 1,80 г, Жиры - 8,90 г, Углеводы - 7,70 г. Энергетическая ценность 119,00 Ккал\\	100	
2	Суп крестьянский с крупой \\Белки - 1,78 г, Жиры - 5,03 г, Углеводы - 12,70 г. Энергетическая ценность 103,25 Ккал\\	250	
3	Овощное рагу с мясом \\Белки - 14,51 г, Жиры - 15,90 г, Углеводы - 24,37 г. Энергетическая ценность 298,31 Ккал\\	240	
4	Сок фруктовый или овощной \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 32,60 г. Энергетическая ценность 136,40 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,15 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\\	50	
7			
8	Итого	880	
	Стоимость		74,93

Повар: