

"СОГЛАСОВАНО"

Директор  
МАОУ Гимназия №1  
Г.А. Лисицына  
01  
09  
2025 г.

Генеральный директор ООО "АПЕТИТ"

Ю.М. Липантьева

2025 г.

**Меню основного организованного питания  
учащихся средних образовательных учреждений г. Калининграда и Калининградской области**

**возрастная категория от 12 лет  
2025-2026 г.**

*(на период распространения энтеровирусной инфекции)*

Наименование блюда	№ рецептур	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe

**01 день понедельник (1)**

**Завтрак**

1	Каша рисовая молочная с маслом 1/250	1721	250	5,925	8,469	40,599	262,314	0,128	1,381	0,051	0,375	153,869	221,816	59,743	0,965
2	Хлеб пшеничный с сыром 20/20	3112	40	6,560	5,240	10,400	115,000	0,088	0,140	0,042	0,118	200,025	120,026	19,200	0,720
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>590</b>	<b>14,949</b>	<b>15,320</b>	<b>79,478</b>	<b>515,590</b>	<b>0,252</b>	<b>37,306</b>	<b>0,108</b>	<b>0,700</b>	<b>458,879</b>	<b>413,738</b>	<b>99,983</b>	<b>3,049</b>

**Обед**

1	Суп с рисом и томатом на бульоне 1/250	1275	250	5,539	8,110	21,747	182,139	0,118	8,943	0,007	2,513	36,780	90,905	34,673	1,212
2	Биточек мясной запеченный в соусе 1/100	1815	100	14,190	19,682	16,216	298,761	0,405	1,020	0,032	3,711	16,927	98,068	15,580	0,997
3	Макаронны отварные с маслом 1/200	1669	200	9,201	6,041	61,295	336,350	0,150		0,028	1,914	25,722	79,986	14,516	1,477
4	Кисель фруктово-ягодный 1/200	1670	200	0,072		31,720	127,168					8,424	0,005	1,800	0,037
5	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>32,603</b>	<b>34,433</b>	<b>162,177</b>	<b>1 089,019</b>	<b>0,856</b>	<b>9,963</b>	<b>0,067</b>	<b>8,885</b>	<b>97,791</b>	<b>327,203</b>	<b>95,969</b>	<b>6,153</b>
<b>Всего:</b>				<b>47,552</b>	<b>49,753</b>	<b>241,655</b>	<b>1 604,609</b>	<b>1,108</b>	<b>47,269</b>	<b>0,175</b>	<b>9,586</b>	<b>556,620</b>	<b>740,942</b>	<b>195,951</b>	<b>9,202</b>

**02 день вторник (2)**

**Завтрак**

1	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	1728	250	20,774	26,805	37,388	473,887	0,779	43,312	0,400	4,721	49,615	249,316	71,415	3,072
---	-----------------------------------	------	-----	--------	--------	--------	---------	-------	--------	-------	-------	--------	---------	--------	-------

1	Котлета мясная запеченная в соусе 1/100	1696	100	13,960	19,577	16,409	297,664	0,454	1,073	0,032	3,428	14,250	88,031	20,378	1,411
2	Макаронные отварные с маслом 1/200	1669	200	9,201	6,041	61,295	336,350	0,150		0,028	1,914	25,722	79,986	14,516	1,477
3	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205		0,000	0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
4	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>26,281</b>	<b>26,148</b>	<b>118,745</b>	<b>815,435</b>	<b>0,810</b>	<b>1,133</b>	<b>0,060</b>	<b>5,437</b>	<b>52,563</b>	<b>173,031</b>	<b>60,058</b>	<b>5,227</b>

<b>Обед</b>															
1	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
2	Плов с курицей 1/300	1443	300	27,337	25,994	70,006	623,314	0,370	5,101	0,480	6,263	71,982	447,509	183,804	3,380
3	Компот из ягод зам 1/200	1658	200	0,160	17,020	68,720		0,012	2,000		0,120	13,000	4,006	3,700	0,147
4	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
5	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>36,219</b>	<b>35,283</b>	<b>128,577</b>	<b>976,729</b>	<b>0,633</b>	<b>36,169</b>	<b>0,695</b>	<b>9,545</b>	<b>151,887</b>	<b>557,995</b>	<b>241,539</b>	<b>7,446</b>
<b>Всего:</b>				<b>62,420</b>	<b>61,431</b>	<b>247,262</b>	<b>1 791,605</b>	<b>1,437</b>	<b>37,301</b>	<b>0,755</b>	<b>14,982</b>	<b>204,450</b>	<b>731,027</b>	<b>301,597</b>	<b>12,673</b>

<b>05 день пятница (1)</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Запеканка из творога с кисельным ягодным соусом 1/150/50	1755	200	24,442	17,658	54,786	475,834	3,213	1,901	0,082	2,756	227,611	314,029	35,965	1,002
2	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
3	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>28,257</b>	<b>18,294</b>	<b>104,927</b>	<b>697,38</b>	<b>3,473</b>	<b>38,961</b>	<b>0,082</b>	<b>3,061</b>	<b>267,202</b>	<b>338,381</b>	<b>73,895</b>	<b>4,757</b>

<b>Обед</b>															
1	Суп гороховый на бульоне 1/250	1764	250	9,197	8,289	19,656	190,015	0,236	11,553	0,207	2,540	53,968	108,442	40,885	2,309
2	Тефтели мясная в соусе 1/100	1323	100	14,037	17,158	13,681	265,298	0,448	1,461	0,032	2,237	19,933	125,387	24,657	1,136
3	Картофельное пюре с маслом 1/200	1720	200	4,390	6,509	29,381	193,665	0,206	34,590	0,034	0,241	62,140	129,780	43,998	1,641
4	Компот из яблок 1/200	1690	200	0,080		16,960	68,160	0,006	2,000		0,040	12,200	2,206	3,700	0,487
5	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>31,304</b>	<b>32,556</b>	<b>110,878</b>	<b>861,738</b>	<b>1,079</b>	<b>49,604</b>	<b>0,267</b>	<b>5,833</b>	<b>128,658</b>	<b>414,043</b>	<b>145,100</b>	<b>8,254</b>
<b>Всего:</b>				<b>59,252</b>	<b>50,220</b>	<b>222,720</b>	<b>1 579,863</b>	<b>4,585</b>	<b>93,789</b>	<b>0,350</b>	<b>8,893</b>	<b>398,991</b>	<b>752,424</b>	<b>218,995</b>	<b>13,011</b>

<b>06 день понедельник (2)</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Каша овсяная молочная с маслом 1/250	1694	250	8,138	10,344	36,099	270,039	0,170	1,381	0,051	1,275	158,369	221,816	64,618	1,528

## Обед

1	Шчи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
2	Жаркое по-домашнему с курицей 1/300	1702	300	26,249	26,120	43,964	515,933	0,375	53,476	0,480	5,832	61,362	313,471	140,796	3,813
3	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	116	200	0,000	0,000	22,400	89,603	0,040	1,800	0,695	9,094	143,067	435,752	202,831	10,191
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123	0,039	0,057	0,038	0,038	0,039	12,300	1,080
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060	58,200	0,690	9,900	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>34,972</b>	<b>35,409</b>	<b>107,915</b>	<b>890,230</b>	<b>0,666</b>	<b>84,343</b>	<b>0,695</b>	<b>9,094</b>	<b>143,067</b>	<b>435,752</b>	<b>202,831</b>	<b>10,191</b>
<b>Всего:</b>				<b>62,003</b>	<b>69,453</b>	<b>149,373</b>	<b>1 470,587</b>	<b>0,879</b>	<b>120,757</b>	<b>1,082</b>	<b>16,787</b>	<b>600,713</b>	<b>923,401</b>	<b>265,881</b>	<b>15,547</b>

## 09 день четверг (4)

## Завтрак

1	Биточек мясной запеченный в соусе 1/100	1815	100	14,190	19,682	16,216	298,761	0,405	1,020	0,032	3,711	16,927	98,068	15,580	0,997
2	Макаронны отварные с маслом 1/200	1669	200	9,201	6,041	61,295	336,350	0,150	79,986	0,028	1,914	25,722	79,986	14,516	1,477
3	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205	0,065	0,095	0,063	0,063	0,065	20,500	1,800
4	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	4,950	0,000	12,528	4,950	4,950	4,664	0,539
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>26,512</b>	<b>26,253</b>	<b>118,552</b>	<b>816,532</b>	<b>0,760</b>	<b>1,080</b>	<b>0,060</b>	<b>5,720</b>	<b>55,240</b>	<b>183,069</b>	<b>55,260</b>	<b>4,813</b>

## Обед

1	Суп с рисом и томатом на бульоне 1/250	1275	250	5,539	8,110	21,747	182,139	0,118	8,943	0,007	2,513	36,780	90,905	34,673	1,212
2	Каша гречневая с курицей 1/300	1115	300	30,058	26,366	55,313	578,782	0,404	4,876	0,480	10,567	52,581	387,437	232,342	6,571
3	Компот из ягод з/м 1/200	1658	200	0,160	0,300	17,020	68,720	0,012	2,000	0,120	0,120	13,000	4,006	3,700	0,147
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123	0,039	0,057	0,038	0,038	0,039	12,300	1,080
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060	58,200	0,690	9,900	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>39,358</b>	<b>35,077</b>	<b>125,280</b>	<b>974,241</b>	<b>0,717</b>	<b>15,818</b>	<b>0,487</b>	<b>13,947</b>	<b>112,299</b>	<b>540,586</b>	<b>300,315</b>	<b>10,360</b>
<b>Всего:</b>				<b>65,869</b>	<b>61,330</b>	<b>243,832</b>	<b>1 790,773</b>	<b>1,477</b>	<b>16,898</b>	<b>0,548</b>	<b>19,667</b>	<b>167,538</b>	<b>723,654</b>	<b>355,575</b>	<b>15,174</b>

## 10 день пятница (2)

## Завтрак

1	Запеканка творожная Золотистая 1/200	1717	200	22,175	21,150	69,380	556,570	0,137	0,450	0,197	1,330	173,118	282,400	32,082	1,570
2	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
3	Фрукты свежие по сезону (в) 1/150	518	150	0,975	0,150	13,425	58,950	0,053	52,500	0,300	0,300	37,500	25,500	16,500	1,875
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>23,315</b>	<b>21,336</b>	<b>97,996</b>	<b>677,266</b>	<b>0,210</b>	<b>55,010</b>	<b>0,197</b>	<b>1,640</b>	<b>225,146</b>	<b>313,950</b>	<b>53,846</b>	<b>4,015</b>

## Обед

1	Суп картофельный с рыбой 1/250	342	250	7,249	5,532	16,626	145,291	0,110	11,553	0,203	2,445	40,068	122,414	31,373	0,980
---	--------------------------------	-----	-----	-------	-------	--------	---------	-------	--------	-------	-------	--------	---------	--------	-------

2	Мясо курицы тушеное в соусе 1/100	1255	100	17,638	13,436	2,860	202,916	0,058	1,999	0,100	1,306	14,832	127,226	63,404	1,106
3	Каша гречневая с маслом 1/200	1680	200	9,170	6,825	47,698	288,897	0,302	4,725	0,028	4,725	29,340	212,204	141,868	4,764
4	Компот из изюма 1/200	1201	200	0,495		26,220	106,860	0,030				21,000	19,356	8,200	0,497
5	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>35,986</b>	<b>29,540</b>	<b>121,494</b>	<b>895,778</b>	<b>0,634</b>	<b>20,567</b>	<b>0,343</b>	<b>9,278</b>	<b>132,852</b>	<b>472,066</b>	<b>270,357</b>	<b>10,288</b>
<b>Всего:</b>				<b>60,931</b>	<b>51,056</b>	<b>224,105</b>	<b>1 599,644</b>	<b>1,174</b>	<b>61,797</b>	<b>0,743</b>	<b>14,733</b>	<b>229,068</b>	<b>835,810</b>	<b>447,721</b>	<b>16,504</b>

**13 день среда (3)**

**Завтрак**

1	Омлет с кукурузой 1/200/30	17	230	16,860	20,644	5,738	276,188	0,090	1,882	0,307	5,040	128,560	274,801	23,900	3,092
2	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>580</b>	<b>22,649</b>	<b>22,806</b>	<b>64,692</b>	<b>554,614</b>	<b>0,348</b>	<b>55,167</b>	<b>0,321</b>	<b>5,442</b>	<b>246,058</b>	<b>355,263</b>	<b>70,940</b>	<b>6,881</b>

**Обед**

1	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	1438	250	5,772	8,849	18,651	177,335	0,098	12,843	0,222	2,850	43,263	85,812	27,945	1,359
2	Коплета рыбная запеченная в белом соусе 1/100	1767	100	13,141	11,126	25,024	252,800	0,101	1,080	0,027	3,807	35,544	174,584	35,913	1,406
3	Картофельное пюре с маслом 1/200	1720	200	4,390	6,509	29,381	193,665	0,206	34,590	0,034	0,241	62,140	129,780	43,998	1,641
4	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	116	200	0,000	0,000	22,400	89,603	0,040	1,800		0,020	14,000	14,000	8,000	2,800
5	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>26,904</b>	<b>27,085</b>	<b>126,656</b>	<b>858,003</b>	<b>0,628</b>	<b>50,313</b>	<b>0,283</b>	<b>7,665</b>	<b>164,884</b>	<b>462,415</b>	<b>145,256</b>	<b>9,635</b>
<b>Всего:</b>				<b>49,553</b>	<b>49,890</b>	<b>191,348</b>	<b>1 412,617</b>	<b>0,976</b>	<b>105,479</b>	<b>0,604</b>	<b>13,107</b>	<b>410,942</b>	<b>817,678</b>	<b>216,196</b>	<b>16,517</b>

**14 день четверг (3)**

**Завтрак**

1	Коплета мясная запеченная в соусе 1/100	1696	100	13,960	19,577	16,409	297,664	0,454	1,073	0,032	3,428	14,250	88,031	20,378	1,411
2	Макаронные отварные с маслом 1/200	1669	200	9,201	6,041	61,295	336,350	0,150		0,028	1,914	25,722	79,986	14,516	1,477
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
4	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>26,281</b>	<b>26,148</b>	<b>118,745</b>	<b>815,435</b>	<b>0,810</b>	<b>1,133</b>	<b>0,060</b>	<b>5,437</b>	<b>52,563</b>	<b>173,031</b>	<b>60,058</b>	<b>5,227</b>

**Обед**

1	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	1454	250	5,182	9,459	10,188	146,615	0,076	18,833	0,222	2,462	49,418	52,242	22,185	1,029
---	---	------	-----	-------	-------	--------	---------	-------	--------	-------	-------	--------	--------	--------	-------

2	Уляш из курицы 1/100	1716	100	17,598	13,447	2,911	203,054	0,059	1,751	1,312	12,150	125,972	62,730	1,116
3	Макарони отварные с маслом 1/200	1669	200	9,201	6,041	61,295	336,350	0,150		1,914	25,722	79,986	14,516	1,477
4	Кисель фруктово-ягодный 1/200	1670	200	0,072		31,720	127,168				8,424	0,005	1,800	0,037
5	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123		0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060		0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
	<b>Итого:</b>		<b>810</b>	<b>35,594</b>	<b>28,776</b>	<b>137,476</b>	<b>951,267</b>	<b>0,460</b>	<b>30,819</b>	<b>6,467</b>	<b>114,001</b>	<b>314,244</b>	<b>133,081</b>	<b>6,208</b>
	<b>Всего:</b>			<b>52,756</b>	<b>45,972</b>	<b>212,453</b>	<b>1 474,582</b>	<b>0,753</b>	<b>68,125</b>	<b>8,067</b>	<b>577,330</b>	<b>727,982</b>	<b>237,939</b>	<b>9,819</b>

**17 день вторник (4)**

**Завтрак**

1	Котлета мясная запеченная в соусе 1/100	1696	100	13,960	19,577	16,409	297,664	0,454	1,073	3,428	14,250	88,031	20,378	1,411
2	Каша гречневая с маслом 1/200	1680	200	9,170	6,825	47,698	288,897	0,302		4,725	29,340	212,204	141,868	4,764
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060		12,528	4,950	4,664	0,539
4	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205		0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
	<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>26,250</b>	<b>26,932</b>	<b>105,149</b>	<b>767,982</b>	<b>0,962</b>	<b>1,133</b>	<b>8,248</b>	<b>56,181</b>	<b>305,250</b>	<b>187,410</b>	<b>8,514</b>

**Обед**

1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	1587	250	5,647	8,077	16,731	162,202	0,080	9,053	2,650	33,218	46,268	18,860	1,036
2	Рагу овощное с мясом 1/300	1731	300	24,729	31,780	36,452	530,742	0,839	68,163	5,822	94,863	268,085	80,703	3,455
3	Компот из изюма 1/200	1201	200	0,495		26,220	106,860	0,030			21,000	19,356	8,200	0,497
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123		0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060		0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
	<b>Итого:</b>		<b>810</b>	<b>34,471</b>	<b>40,457</b>	<b>110,602</b>	<b>944,405</b>	<b>1,132</b>	<b>77,216</b>	<b>9,219</b>	<b>159,018</b>	<b>391,947</b>	<b>137,163</b>	<b>7,419</b>
	<b>Всего:</b>			<b>60,721</b>	<b>67,389</b>	<b>215,751</b>	<b>1 712,387</b>	<b>2,094</b>	<b>78,348</b>	<b>17,467</b>	<b>215,199</b>	<b>697,197</b>	<b>324,573</b>	<b>15,933</b>

**18 день среда (4)**

**Завтрак**

1	Омлет с кукурузой 1/200/30	17	230	16,860	20,644	5,738	276,188	0,090	1,882	5,040	128,560	274,801	23,900	3,092
2	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
3	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205		0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000	0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
	<b>Итого:</b>		<b>580</b>	<b>22,324</b>	<b>22,756</b>	<b>60,217</b>	<b>534,964</b>	<b>0,330</b>	<b>37,667</b>	<b>5,342</b>	<b>233,558</b>	<b>346,763</b>	<b>65,440</b>	<b>6,256</b>

**Обед**

1	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1439	250	5,082	8,679	13,516	152,505	0,061	18,568	2,500	57,743	55,042	27,485	1,491
2	Тефтели куриная в соусе 1/100	1770	100	15,637	14,731	12,824	246,423	0,087	2,487	2,788	18,973	138,274	62,398	1,236
3	Картофельное пюре с маслом 1/200	1720	200	4,390	6,509	29,381	193,665	0,206	34,590	0,241	62,140	129,780	43,998	1,641

3	Компот из яблок 1/200	1690	200	0,080		16,960	68,160	0,006	2,000		0,040	12,200	2,206	3,700	0,487
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>810</b>	<b>33,731</b>	<b>41,455</b>	<b>103,376</b>	<b>921,519</b>	<b>1,191</b>	<b>83,042</b>	<b>0,695</b>	<b>8,947</b>	<b>139,443</b>	<b>409,666</b>	<b>143,433</b>	<b>7,752</b>
<b>Всего:</b>				<b>59,283</b>	<b>58,590</b>	<b>202,092</b>	<b>1 572,812</b>	<b>3,206</b>	<b>121,940</b>	<b>0,800</b>	<b>9,939</b>	<b>392,549</b>	<b>723,439</b>	<b>214,791</b>	<b>12,484</b>