

Согласовано

*С.В. Мухоморова*  
 И.О. Мурашова С.В. Мухоморова Д.Ю.

Примерное меню приготавливаемых блюд для обеспечения питания (завтрак, обед) обучающихся в г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области

Утверждено  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 С.Н. Ашихмин

с 7 до 11 лет в образовательных учреждениях г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области

Наименование	Технологическая и нормативная документация/ сборник рецептов	№ рецептур или технологический код карты	Выход в г/п.	Пищевая ценность										Минеральные вещества										Витамины			
				Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Ме	Fe	P	В1	С	А	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Ме	Fe	P	В1	С	А		

Понедельник Первая неделя

Завтрак														
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (т.е. сгущенная) с маслом сливочным	2017	173	210	7,04	10,42	22,12	193,64	158,65	57,64	1,41	66,37	0,21	0,53	17,67
Сыр (пошехонский)	2017	15	15	3,48	4,43	0,00	54,60	132,00	5,25	0,15	75,00	0,01	0,11	39,00
Ватрушечки с начинкой из:	к/к	к/к	60	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00
Чай с сахаром	2017	376	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00
Джем/Повидло	к/к	к/к	20	0,10	0,00	14,32	57,68	2,40	1,80	0,08	3,60	0,00	0,48	0,00
Итого:			505,00	15,56	15,45	79,42	474,20	312,85	84,49	2,70	197,17	0,32	1,12	56,67

Обед

Завтрак														
Суп картофельный с бобовыми и курой отварной	2017	102	200	4,39	4,22	13,06	107,80	30,46	22,24	1,62	69,74	0,18	4,65	0,00
Курочка отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Печень по-Строгановски	2017	255	90	9,93	10,11	3,17	166,50	29,92	15,72	4,27	215,39	0,18	7,61	321,33
Греча отварная рассыпчатая	2017	302	130	3,83	5,17	35,84	230,45	12,98	29,46	3,95	108,50	0,10	0,00	0,02
Томатный свежий соус	2017	71	60	2,16	4,04	1,01	48,79	13,80	7,00	0,42	12,00	0,00	14,40	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Компот из смеси сухофруктов	2017	349	200	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,00	0,18	3,60	0,01	1,08	0,00
Итого:			770	26,28	25,54	107,26	807,13	111,26	93,02	12,08	483,33	0,63	27,74	323,63
Итого за день:			1275,00	41,84	40,99	186,68	1281,33	424,11	177,51	14,78	680,50	0,95	28,85	380,30

Вторник Первая неделя

Завтрак														
Запеканка творожная с соусом молочным сладким № 327	2017	223/327	200	12,45	11,28	35,76	295,06	264,41	38,68	0,91	330,96	0,06	0,29	103,74
Ватрушечки с начинкой из:	к/к	к/к	30	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	0,33	26,10	0,05	0,00	0,00
Напиток кофейный на молоке	2017	379	200	3,60	2,67	29,20	155,20	138,67	6,80	0,22	82,40	0,07	1,17	6,84
Джем/Повидло	2017	338	100	0,80	5,50	4,30	67,10	17,30	3,90	0,20	21,20	0,00	1,80	0,00
Итого:			530	19,22	19,75	83,75	587,50	447,28	59,28	1,66	460,66	0,18	3,26	110,58

Обед

Завтрак														
Суп картофельный с макарошками изюмными	2017	112	200	2,15	3,67	13,71	83,80	19,68	18,60	0,87	21,32	0,09	6,60	18,24
Курочка отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	2017	239/326	90	11,99	12,05	8,67	188,90	187,30	21,10	0,59	77,70	0,06	0,82	296,15
Рис отварной	2017	304	130	3,67	5,42	36,67	210,11	19,77	13,11	0,00	17,60	0,05	0,00	0,15
Салат витаминный (2 варианта)	2017	49	60	1,56	3,73	13,29	92,94	44,89	23,67	0,29	12,87	0,16	3,67	21,37
Чай с сахаром и лимоном	2017	377	200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,4	0,38	4,4	0	2,83	0
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Итого:			770	25,43	26,89	112,01	776,82	303,39	97,48	3,77	207,99	0,52	13,92	338,19
Итого за день:			1300	44,65	46,64	195,76	1364,32	750,67	156,76	5,43	668,65	0,70	17,18	448,77

Вторник Первая неделя

*С.В. Мухоморова*

**Среда Первая неделя**

	Завтрак		Обед		Ужин		Итого							
	2017	2017	2017	2017	2017	2017	2017	2017						
Каша молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом сливочным	175	210	10,44	13,54	15,33	221,10	188,6	26,7	0,75	157,3	0,12	1,2	0,00	92,34
Биток пшеничный №5	к/к	60,00	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00	0,00
Щеңеңе заїжжоне	к/к	30	0,57	1,62	9,62	124,35	12,3	4,5	0,3	26,1	0,03	0	22,23	
Напиток из плодов шиповника	2017	200	0,68	0,28	17,98	77,12	21,33	3,44	0,63	3,44	0,01	19,00	0,00	
Итого:		500	16,43	16,04	71,91	562,85	206,03	54,44	2,34	239,04	0,26	20,20	114,57	
					<b>Обед</b>									
Борщ с капустой и картофелем	2017	82	200,00	1,45	3,93	10,19	82,00	35,50	10,96	0,43	33,94	0,03	5,23	0,00
Куря отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Плов из пшени	2017	291	200	18,12	17,73	42,00	411,55	45,10	47,50	2,19	143,30	0,06	1,01	248,03
Салат из моркови с яблоками	2017	59	60,00	0,65	0,11	5,17	14,57	14,57	2,25	0,65	26,40	0,03	3,75	0,00
Чай с сахаром	2017	376	200,00	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00	
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00	
Итого:		730,00	26,35	23,77	100,78	705,18	118,87	79,31	5,31	277,74	0,28	9,99	250,31	
<b>Итого за день:</b>		<b>1230,00</b>	<b>42,78</b>	<b>39,81</b>	<b>172,69</b>	<b>1268,03</b>	<b>324,90</b>	<b>133,75</b>	<b>7,65</b>	<b>516,78</b>	<b>0,54</b>	<b>30,19</b>	<b>364,88</b>	

**Четверг Первая неделя**

	Завтрак		Обед		Ужин		Итого							
	2017	2017	2017	2017	2017	2017	2017	2017						
Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	2017	181	210	9,52	4,17	35,46	201,70	202,17	7,90	0,47	38,60	0,04	0,00	36,72
Бутерброд с сыром	3	2017	40	4,9	11,55	17,10	193	106,00	4,80	0,12	0,09	0,06	0,11	39,00
Чай с сахаром и лимоном	2017	377	200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,4	0,38	4,4	0	2,83	0
Апельсин	2017	338	100	0,90	0,20	8,10	37,80	34,00	13,00	0,30	18,33	0,04	26,00	0,00
Итого:		550	15,45	15,94	70,91	474,18	356,22	28,10	1,27	61,42	0,14	28,94	75,72	
					<b>Обед</b>									
Суп из овсяей	2017	99	200	1,68	5,98	9,35	98,37	25,71	23,02	0,07	69,47	0,11	6,80	0,00
Куря отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Колбаса, говяжья, шинцели с соусом №32	2017	268332	90	12,00	10,64	11,66	172,12	163,88	12,77	1,08	43,19	0,10	0,10	241,65
Картофель отварной с маслом растительным	2017	125	150	2,86	4,32	23,01	142,35	14,64	19,33	1,16	109,97	0,15	21,00	21,00
Салат из отварной свеклы	2017	52	60	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	0,8	24,38	0,01	5,7	0
Компот из свежих яблок	2017	342	200	0,20	0,20	22,30	110,00	12,00	0,00	0,80	2,40	0,02	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00	
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00	
Итого:		770	23,53	26,79	100,76	738,57	255,02	86,26	5,55	323,71	0,55	33,60	264,93	
<b>Итого за день:</b>		<b>1320</b>	<b>38,98</b>	<b>42,73</b>	<b>171,67</b>	<b>1212,75</b>	<b>611,24</b>	<b>114,56</b>	<b>6,82</b>	<b>385,13</b>	<b>0,69</b>	<b>62,54</b>	<b>340,65</b>	

**Пятница Первая неделя**

	Завтрак		Обед		Ужин		Итого							
	2017	2017	2017	2017	2017	2017	2017	2017						
Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным	2017	183	210	7,21	11,58	7,86	203,00	193,70	43,10	1,32	147,70	0,15	0,00	22,80
Биток пшеничный №5	к/к	60	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00	
Какое на молоке	2017,00	382,00	200	3,52	3,72	25,49	145,20	122,00	14,00	0,56	39,00	0,04	1,30	0,01
Джем/Повидло	к/к	30	0,15	0	17,48	86,52	3,6	2,7	0,12	5,4	0	0,72	0	
Итого:		500	15,62	15,90	79,81	575,00	333,10	79,60	2,66	244,30	0,29	2,02	22,81	
					<b>Обед</b>									
Рассоление Ленинградский со сметаной	2017	96	210	2,48	5,00	24,08	211,54	21,16	20,72	0,78	57,56	0,08	6,03	0,00
Куря отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	2017	239326	90	11,97	12,05	8,67	188,90	187,30	21,10	0,59	77,70	0,06	0,82	296,15
Щоре картофельное	2017	312	150	3,06	20,45	36,98	137,25	27,75	1,01	56,60	0,14	9,37	23,50	
Салат из квашеной капусты	2017	47	5,10	1,03	3,01	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	
Чай с сахаром	2017	376	200,00	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	
Хлеб пшеничный	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00	
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00	
Итого:		780	24,69	26,86	101,72	776,70	300,61	95,81	4,82	286,41	0,45	28,15	323,93	
<b>Итого за день:</b>		<b>1280</b>	<b>40,31</b>	<b>42,76</b>	<b>181,53</b>	<b>1351,70</b>	<b>633,71</b>	<b>175,41</b>	<b>7,48</b>	<b>530,71</b>	<b>0,74</b>	<b>30,17</b>	<b>346,74</b>	
<b>Среднее значение за неделю:</b>		<b>1281</b>	<b>41,71</b>	<b>42,58</b>	<b>181,67</b>	<b>1295,63</b>	<b>548,93</b>	<b>151,56</b>	<b>8,43</b>	<b>556,35</b>	<b>0,72</b>	<b>33,79</b>	<b>376,27</b>	

**Пятница Первая неделя**

**Понедельник Вторая неделя**

Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом	2017	173	210	5,63	8,80	24,90	195,20	192,20	23,06	1,18	117,00	0,17	0,54	21,42
Напиток кофейный на молоке	2017	379	200	3,60	2,67	29,20	155,20	158,67	6,80	0,22	82,40	0,07	1,17	6,84
Длинное варенье	2017	209	40	5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	4,80	1,00	76,80	0,03	0,00	0,11
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к	60,00	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00
Итого:			510	19,07	16,67	83,38	553,68	386,67	54,46	3,06	328,40	0,37	1,71	28,37

**Обед**

Суп карповый с бобовыми	2017	102	200	2,12	4,22	13,06	107,80	30,46	22,24	1,62	69,74	0,18	4,65	0,00
Куря отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Плов из птицы	2017	291	200	18,12	17,73	42,00	411,55	45,10	47,50	2,19	143,30	0,06	1,01	248,03
Салат из соевых орехов	2008	17	60	0,52	3,07	1,57	35,88	13,97	8,06	0,37	16,94	0,01	3,33	0,00
Компот из смеси сухофруктов	2017	349	200	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,00	0,18	3,60	0,01	1,08	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Итого:			730	26,73	27,02	110,81	808,82	113,63	96,40	6,00	307,68	0,42	10,07	250,31
<b>Итого за день:</b>			<b>1240</b>	<b>45,80</b>	<b>43,69</b>	<b>194,19</b>	<b>1362,50</b>	<b>500,30</b>	<b>150,86</b>	<b>9,06</b>	<b>636,08</b>	<b>0,79</b>	<b>11,78</b>	<b>278,68</b>

**Вторник Вторая неделя**

Запеканка рисовая с творогом и с соусом молочным сладким №327	2017	188	180	9,09	4,28	32,27	195,60	156,38	27,26	0,96	144,73	0,07	1,57	23,42
Каша на молоке	2017	382	200	3,52	3,72	25,49	145,20	122,00	14,00	0,56	39,00	0,04	1,30	0,01
Бутерброд с сыром	3	2017	40	4,90	11,55	17,10	193,00	106,00	4,80	0,12	0,09	0,06	0,11	39,00
Апельсин	2017	100	100	0,90	0,20	8,10	37,80	34,00	13,00	0,30	18,33	0,04	26,00	0,00
Итого:			520	18,41	19,75	82,96	571,60	418,38	59,06	1,94	202,15	0,21	28,98	64,43

**Обед**

Борщ Сибирский со сметаной	2017	63	210	3,42	1,51	7,85	81,33	71,61	18,13	1,12	22,71	0,08	9,95	8,40
Тедгети на куря в соусе №331	2017	297/331	90	9,33	14,59	9,87	205,64	49,00	12,40	1,13	209,30	0,10	0,40	212,37
Макаронные изделия отварные	2017	202	150	5,52	4,52	26,45	168,45	4,86	21,12	1,11	37,17	0,06	0,00	67,00
Салат витаминный (2 варианта)	2017	49	60	1,56	3,73	13,29	92,94	44,89	23,67	0,29	12,87	0,16	3,67	21,37
Чай с сахаром	2017	376	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Итого:			770	23,85	24,99	100,88	715,08	190,16	91,92	5,31	341,85	0,53	14,02	309,14
<b>Итого за день:</b>			<b>1290</b>	<b>42,26</b>	<b>44,74</b>	<b>183,84</b>	<b>1286,68</b>	<b>608,54</b>	<b>150,98</b>	<b>7,45</b>	<b>544,00</b>	<b>0,74</b>	<b>43,00</b>	<b>373,57</b>

**Вторник Вторая неделя**

**Понедельник Вторая неделя**



Среды Вторая неделя													
Завтрак													
Каша вязкая молочная рисовая с маслом	2017	174	210	10,46	15,30	23,02	265,87	195,00	43,06	0,47	67,00	0,03	22,80
Чай с сахаром и лимонном	2017	377	200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,40	0,38	4,40	0,00	2,83
Джем/Повидло	к/к	к/к	30	0,15	0	21,48	86,52	3,6	2,7	0,12	5,4	0	0,72
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к	60,00	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00
Итого:			500	15,48	15,92	83,73	534,35	226,45	67,96	1,63	129,00	0,13	3,55
Обед													
Суп картофельный	2017	97	200	1,87	2,26	13,31	81,00	20,68	14,90	0,94	61,44	0,11	1,60
Рыба отварная	2017	226	20	3,51	0,48	0,06	18,50	3,38	2,60	0,14	34,40	0,02	0,07
Берегатов из кури	2017	290	90	10,35	12,12	5,36	170,58	38,9	13,4	0,91	13,6	0,05	1,44
Пюре картофельное	2017	312	150	3,06	4,80	20,45	137,25	36,98	27,75	1,01	56,60	0,14	9,37
Салат из отварной свеклы	2017	52	60	0,86	3,65	8,08	66,37	21,09	12,54	0,8	24,58	0,01	5,7
Напиток цитрусовый	2008	436	200	0,18	0,02	27,46	94,58	16,3	4,1	0,18	4,4	0,26	25,5
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00
Хлеб ржанно-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00
Итого:			780	23,65	23,97	104,14	707,00	151,13	91,89	5,44	254,82	0,71	43,68
Итого за день:			1280	39,13	39,89	187,87	1241,35	377,58	159,85	7,07	383,82	0,74	47,23
Четверг Вторая неделя													
Завтрак													
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев с/т с/рульсо с маслом сливочным	2017	173	210	7,04	10,42	19,12	193,64	158,65	57,64	1,41	66,37	0,21	0,53
Сыр (топлим)	2017	15	15,00	3,48	4,43	0,00	54,60	132,00	5,25	0,15	75,00	0,01	0,11
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к	60,00	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00
Печенье заглажное	к/к	к/к	20	0,38	1,08	6,41	35,27	8,20	3,00	0,20	17,40	0,02	0,00
Напиток кофейный на молоке	2017	379	200	3,6	2,67	29,2	155,2	158,67	6,8	0,22	82,4	0,07	1,17
Итого:			505,00	19,24	19,20	83,71	578,99	471,32	92,49	2,64	293,37	0,41	1,81
Обед													
Пи из кашеной капусты с картофелем и сметаной	2017	92	210	1,31	2,22	5,02	65,20	37,86	16,34	0,62	35,42	0,02	4,86
Кура отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00
Котлета, блячок, шинши с соусом №332	2017	268/322	90	12,00	10,64	11,66	172,12	163,88	12,77	1,08	43,19	0,10	241,65
Капуста тушенная	2017	321	150	2,78	6,48	34,52	213,53	21,96	28,96	1,73	119,59	0,23	31,50
Томаты свежие порционно	2017	71	60	2,16	4,04	1,01	48,79	13,80	7,00	0,42	12,00	0,00	14,40
Компот на свежик яблок	2017	342	200	0,20	0,20	22,30	110,00	12,00	0,80	0,80	2,40	0,02	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00
Хлеб ржанно-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00
Итого:			780	24,38	25,58	103,93	769,03	267,20	83,67	6,29	286,70	0,53	50,86
Итого за день:			1285,00	43,62	44,78	187,64	1348,02	738,52	176,16	8,93	580,07	0,94	52,67
Пятница Вторая неделя													
Завтрак													
Каша молочная жидкая из протечной крупы с маслом сливочным	2017	183	210	7,21	11,58	7,86	203,00	193,70	43,10	1,32	147,70	0,15	0,00
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к	60	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00
Кавно на молоке	2017,00	382,00	200	3,52	3,72	25,49	145,20	122,00	14,00	0,56	39,00	0,04	1,30
Джем/Повидло	к/к	к/к	30	0,15	0	17,48	86,52	3,6	2,7	0,12	5,4	0	0,72
Итого:			500	15,62	15,90	79,81	575,00	333,10	79,60	2,66	244,30	0,29	2,02
Обед													
Суп картофельный	2017	97	200	1,87	2,26	13,31	81,00	20,68	14,90	0,94	61,44	0,11	1,60
Кура отварная	2017	228	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00
Котлета рыбная (Минтай) с соусом №326	2017	229/326	90	11,99	12,05	8,67	188,90	187,30	21,10	0,59	77,70	0,06	0,82
Рис отварной	2017	304	150	3,67	5,42	36,67	210,11	19,77	13,11	0,00	17,60	0,05	0,00
Салат из кашеной капусты	2017	47	60	1,03	3,01	5,1	51,62	31,47	7,64	0,4	20,45	0,01	11,93
Чай с сахаром и лимонном	2017	377	200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,4	0,38	4,4	0	2,83
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00
Хлеб ржанно-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00
Итого:			770,00	24,62	24,76	103,42	732,70	290,97	77,75	3,95	255,69	0,39	17,18
Итого за день:			1270,00	40,24	40,66	183,23	1307,70	624,07	157,35	6,61	499,99	0,68	321,40
Среднее значение за неделю:			1273,00	42,21	42,75	187,35	1309,25	569,80	159,04	7,82	528,79	0,78	34,77
Итого за день:			1277,00	41,96	42,67	184,51	1307,44	556,36	151,94	8,04	553,70	0,73	36,19