



Согласовано  
Директор школы №



## Примерное десятидневное меню, завтрак с 12 лет и старше на сумму **52,60**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Углево-ды,	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины *								
			всего	всего	г		К	Са	Mg	P	Fe	A,мкг	B	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	B2	PP	HЭ	C,мг
1 день																				
Завтрак с 12 и старше (52,60)																				
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	8,64	6,36	36,84	229,18	175,8	117,1	18,64	109,84	0,49	24	20	44,5	0,65	0,07	0,14	0,47	2,01	0,52
3/13	Горячий бутерброд с сыром (80гр)	80	7,64	11,99	27,97	250,51	85,6	143,57	22,93	122,26	1,24	79	47,18	88,2	1,11	0,08	0,07	0,74	2,59	0,04
2	Хлеб пшеничный	25,4	1,68	0,17	11,91	56,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'</b>			<b>18,05</b>	<b>18,54</b>	<b>82,66</b>	<b>559,65</b>	<b>261,6</b>	<b>260,84</b>	<b>41,57</b>	<b>232,09</b>	<b>1,75</b>	<b>103</b>	<b>67,18</b>	<b>132,7</b>	<b>1,76</b>	<b>0,15</b>	<b>0,21</b>	<b>1,2</b>	<b>4,6</b>	<b>0,56</b>
2 день																				
Завтрак с 12 и старше (52,60)																				
11/4	Каша пшениная (жидкая) молочная с маслом сливочным	250	7,28	10,01	41,40	340,92	207,7	121	42,51	165,21	1,12	27	29,67	51,38	0,19	0,16	0,14	0,62	2,73	0,52
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,78	56	22	4,8	76,8	1	100	24	104	0,24	0,03	0,18	0,08	1,44	0
4/13	Сыр (порциями)	11	2,55	3,25	0,00	40,07	9,68	96,8	3,85	55	0,11	28,6	18,7	31,68	0,06	0	0,03	0,02	0,67	0,08
2	Хлеб пшеничный	58,5	3,87	0,38	27,44	130,98	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,05	7,25	29,48	9,89	2,53	0,68	1,23	0,06	0	0,54	0,12	0,01	0	0	0,01	0,01	0,96
<b>Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'</b>			<b>18,99</b>	<b>18,29</b>	<b>76,36</b>	<b>604,24</b>	<b>283,3</b>	<b>242,33</b>	<b>51,84</b>	<b>298,24</b>	<b>2,29</b>	<b>155,6</b>	<b>72,91</b>	<b>187,18</b>	<b>0,49</b>	<b>0,19</b>	<b>0,35</b>	<b>0,73</b>	<b>4,85</b>	<b>1,56</b>
3 день																				
Завтрак с 12 и старше (52,60)																				
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	8,98	9,26	36,45	257,01	261	130,88	62,87	209	1,55	27	23	50,13	0,78	0,18	0,16	0,45	2,88	0,52
3/13	Горячий бутерброд с сыром (70гр)	70	6,51	11,59	20,38	212,16	66,54	140,34	18,08	109,76	0,95	79	47,18	88,2	0,86	0,06	0,06	0,54	2,14	0,04
2	Хлеб пшеничный	40,2	2,66	0,26	18,85	90,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'</b>			<b>18,24</b>	<b>21,14</b>	<b>81,62</b>	<b>582,27</b>	<b>327,7</b>	<b>271,39</b>	<b>80,96</b>	<b>318,76</b>	<b>2,51</b>	<b>106</b>	<b>70,18</b>	<b>138,33</b>	<b>1,64</b>	<b>0,23</b>	<b>0,22</b>	<b>0,99</b>	<b>5,02</b>	<b>0,56</b>
4 день																				
Завтрак с 12 и старше (52,60)																				
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	3,35	7,35	13,71	122,94	198,2	117,51	16,29	88,96	0,17	24	20	44,5	0,05	0,03	0,14	0,2	0,81	4,58
11/3	Печенье а ассортименте	35	4,90	4,73	32,10	188,50	38,5	10,15	7	31,5	0,74	3,5	2,8	3,85	1,23	0,03	0,02	0,25	0,67	0
4/13	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,43	8,8	88	3,5	50	0,1	26	17	28,8	0,05	0	0,03	0,02	0,61	0,07
2	Хлеб пшеничный	61,7	4,08	0,41	28,94	138,15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,10	134,77	182,1	110,63	26,97	101,09	0,9	12	8,64	22,12	0,01	0,03	0,13	0,14	1,07	0,52
<b>Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'</b>			<b>18,29</b>	<b>18,77</b>	<b>98,84</b>	<b>620,78</b>	<b>427,6</b>	<b>326,29</b>	<b>53,76</b>	<b>271,55</b>	<b>1,91</b>	<b>65,5</b>	<b>48,44</b>	<b>99,27</b>	<b>1,34</b>	<b>0,1</b>	<b>0,31</b>	<b>0,6</b>	<b>3,16</b>	<b>5,17</b>
5 день																				

## Завтрак с 12 и старше (52,60)

47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	260	11,18	8,44	50,72	323,66	85,06	118,97	14,79	116,66	1,22	35,88	33,28	66,69	1,4	0,08	0,06	0,63	3,26	0,04
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,78	56	22	4,8	76,8	1	100	24	104	0,24	0,03	0,18	0,08	1,44	0
10	Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,85	2,4	1,92	0	2,4	0,02	32	24	36	0,08	0	0,01	0,01	0,02	0
2	Хлеб пшеничный	55	3,64	0,36	25,80	123,15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

**Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'**

**20,06 19,23 82,84 585,54 143,6 143,06 19,59 195,86 2,25 167,88 81,28 206,69 1,72 0,11 0,24 0,72 4,71 0,04**

6 день

## Завтрак с 12 и старше (52,60)

4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (вязкая)	250	4,96	7,59	11,28	125,10	256,7	167,99	20,55	111,68	0,29	30	25	55,63	0,06	0,05	0,17	0,25	1,01	5,51
4/13	Сыр (порциями)	12	2,78	3,54	0,00	43,72	10,56	105,6	4,2	60	0,12	31,2	20,4	34,56	0,06	0	0,04	0,02	0,73	0,08
11/3	Печенье а ассортименте	45	6,30	6,08	41,27	242,35	49,5	13,05	9	40,5	0,95	4,5	3,6	4,95	1,58	0,04	0,02	0,32	0,86	0
2	Хлеб пшеничный	47,4	3,13	0,31	22,23	106,13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай с молоком (вариант 4)	200	1,62	1,62	12,23	67,45	72,57	58,49	6,65	41,85	0,08	10	4,5	11	0	0,02	0,07	0,04	0,4	0,26

**Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'**

**18,80 19,13 87,01 584,75 389,4 345,13 40,4 254,03 1,43 75,7 53,5 106,14 1,7 0,11 0,3 0,63 3 5,85**

7 день

## Завтрак с 12 и старше (52,60)

17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,24	8,14	33,02	228,53	207,8	144,76	33,85	154,62	0,66	30,3	27,4	56,59	0,18	0,09	0,17	0,52	2,28	0,66
10	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	3	2,4	0	3	0,02	40	30	45	0,1	0	0,01	0,01	0,02	0
16/1	Вафли в ассортименте	45	13,40	13,50	27,45	283,41	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Хлеб пшеничный	35,9	2,37	0,24	16,84	80,38	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
648	Кисель из концентрата	200	0,07	0,00	4,54	17,53	0,13	0,13	0	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0,09

**Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'**

**22,16 29,13 81,98 675,91 210,9 147,29 33,85 157,62 0,69 70,3 57,4 101,59 0,28 0,09 0,18 0,53 2,3 0,76**

8 день

## Завтрак с 12 и старше (52,60)

47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	250	10,75	8,12	48,77	311,21	81,79	114,39	14,22	112,17	1,17	34,5	32	64,13	1,34	0,07	0,06	0,61	3,13	0,04
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,78	56	22	4,8	76,8	1	100	24	104	0,24	0,03	0,18	0,08	1,44	0
10	Масло сливочное	9	0,07	6,53	0,12	59,46	2,7	2,16	0	2,7	0,02	36	27	40,5	0,09	0	0,01	0,01	0,02	0
2	Хлеб пшеничный	52,7	3,48	0,35	24,72	118,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

**Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'**

**19,49 19,61 79,82 574,55 140,7 138,73 19,02 191,67 2,2 170,5 83 208,63 1,67 0,1 0,24 0,7 4,59 0,04**

9 день

## Завтрак с 12 и старше (52,60)

5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	8,64	6,36	36,84	229,18	175,8	117,1	18,64	109,84	0,49	24	20	44,5	0,65	0,07	0,14	0,47	2,01	0,52
3/13	Горячий бутерброд с сыром (80гр)	80	7,64	11,99	27,97	250,51	85,6	143,57	22,93	122,26	1,24	79	47,18	88,2	1,11	0,08	0,07	0,74	2,59	0,04
2	Хлеб пшеничный	25,4	1,68	0,17	11,91	56,87	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

**Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'**

**18,05 18,54 82,66 559,65 261,6 260,84 41,57 232,09 1,75 103 67,18 132,7 1,76 0,15 0,21 1,2 4,6 0,56**



Утверждаю  
ИП Ковалев И.И.



Согласовано  
Директор школы № 2



## Примерное десятидневное меню, обед с 12 лет и старше на сумму 112,60

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины								
			всего	всего			К	Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	B	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	B2	PP	H3	C,мг
1 день																				
Обед с 12 и старше (112,60)																				
14	Икра кабачковая	100	1,79	7,83	9,01	109,30	277,2	36,08	13,05	32,19	0,61	0	736	153	3,1	0,01	0,04	0,32	0,6	2,8
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,21	2,45	23,60	127,39	447,7	18,29	22,93	59,69	1	0	1308,6	242,1	1,24	0,1	0,06	1,02	1,86	6,12
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	6,94	6,33	41,44	243,94	242,3	17,01	121,6	179,39	4,19	24	21,95	28,28	0,57	0,23	0,12	2,29	4,61	0
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант1)	100	15,00	12,92	10,72	218,90	230,8	11,92	18,32	130,45	2,17	0	0	0	2,62	0,06	0,11	3,29	6,42	0,2
593	Соус томатный	20	0,22	0,84	1,35	13,77	19,2	1,14	1,39	2,95	0,06	3,12	127,92	31,85	0,05	0	0,05	0,1	0,4	
2	Хлеб пшеничный	26,4	1,75	0,17	12,38	59,11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	49	7	9,4	31,6	0,78	0	1	0,2	0,28	0,04	0,02	0,14	0,4	0
5	Сок	200	1,00	0,20	20,60	86,48	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,2	0,02	0,02	0,2	0,4	4
<b>Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'</b>			<b>31,21</b>	<b>30,98</b>	<b>127,44</b>	<b>897,57</b>	<b>1506</b>	<b>105,43</b>	<b>194,69</b>	<b>450,28</b>	<b>11,6</b>	<b>27,12</b>	<b>2195,5</b>	<b>455,43</b>	<b>8,06</b>	<b>0,46</b>	<b>0,37</b>	<b>7,31</b>	<b>14,39</b>	<b>13,52</b>
2 день																				
Обед с 12 и старше (112,60)																				
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	100	1,64	6,02	10,00	96,91	212,1	36,01	11,73	25,12	0,48	0	13,33	2,04	2,72	0,02	0,03	0,48	0,65	30,67
4/2	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,18	5,47	17,26	121,45	428,5	40,02	26,88	61,67	1,34	3,78	974,33	209,38	2,39	0,06	0,06	0,66	1,26	6,82
788/7	Вареники с вареной картошкой	230	19,45	18,65	13,91	356,48	1,56	3,08	0,11	1,88	0,02	13,8	13,8	25,88	0,06	0	0,01	0	0,01	0
2	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Хлеб ржаной	44,7	2,95	0,54	18,64	86,44	109,5	15,65	21,01	70,63	1,74	0	2,24	0,45	0,63	0,08	0,04	0,31	0,89	0
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,07	7,49	30,10	29,43	5,12	1,85	3,21	0,06	0	6,75	1,2	0,03	0,01	0	0,03	0,05	3,6
13	Яблоко	170	0,68	0,68	19,72	82,76	472,6	27,2	15,3	18,7	3,74	0	51	8,5	0,34	0,05	0,03	0,51	0,68	17,0
<b>Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'</b>			<b>29,84</b>	<b>31,68</b>	<b>115,78</b>	<b>863,70</b>	<b>1254</b>	<b>127,07</b>	<b>76,88</b>	<b>181,2</b>	<b>7,38</b>	<b>17,58</b>	<b>1061,4</b>	<b>247,44</b>	<b>6,17</b>	<b>0,22</b>	<b>0,17</b>	<b>2</b>	<b>3,54</b>	<b>58,09</b>
3 день																				
Обед с 12 и старше (112,60)																				
24/1	Салат из зеленого горошка с луком (вариант 1)	100	2,47	5,30	10,56	91,36	110,8	21,32	17,84	56,84	0,68	0	205,8	35	2,49	0,09	0,04	0,53	1,04	9,31
17/1	Суп картофельный с рыбными консервами	250	7,90	7,78	29,56	198,67	805,4	84,02	42,14	182,74	1,36	3,6	1222	254,13	1,96	0,15	0,12	2,46	2,99	11,84
4/90	Плов из филе кур (вариант 2)	230	15,69	14,53	51,88	399,73	143,3	23,36	39,96	159,95	1,61	24,15	2166,9	409,68	3,34	0,06	0,09	5,23	10,99	1,11
2	Хлеб пшеничный	49,6	3,28	0,33	23,26	111,05	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	73,5	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,3	0,42	0,05	0,02	0,21	0,6	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'</b>			<b>31,42</b>	<b>28,31</b>	<b>133,71</b>	<b>881,92</b>	<b>1133</b>	<b>139,36</b>	<b>114,03</b>	<b>446,94</b>	<b>4,83</b>	<b>27,75</b>	<b>3596,2</b>	<b>699,11</b>	<b>8,21</b>	<b>0,35</b>	<b>0,27</b>	<b>8,43</b>	<b>15,61</b>	<b>22,26</b>

4 день

Обед с 12 и старше (112,60)

48/1	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	100	1,42	4,11	10,61	100,92	283,1	18,34	20,27	45,51	0,71	0	2031,3	406,14	2,81	0,06	0,04	0,63	1,16	4,12
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	2,87	5,47	18,81	159,42	513,6	29,91	31,92	81,93	2,01	0	13,05	2,28	2,38	0,22	0,07	1,12	2,62	5,4
40/2	Гренки (сухарики)	30	2,57	0,29	15,36	75,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
46/3	Макаронные изделия отварные	200	7,07	3,97	40,48	205,25	75,03	16,64	9,71	53,62	0,99	12	12	22,5	1,07	0,08	0,03	0,66	1,98	0
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	100	12,30	11,74	2,44	164,40	82,35	12,32	10,51	87,83	0,99	31,55	16,3	66,06	0,44	0,03	0,07	4,53	9,23	0,45
3	Хлеб ржаной	44,3	2,92	0,53	18,47	85,67	108,5	15,51	20,82	69,99	1,73	0	2,22	0,44	0,62	0,08	0,04	0,31	0,89	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17	Кеке "Мини-Мафин" ин/уп	33	1,49	6,60	18,48	135,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0,07	0	0	0	0,23	0

Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'

30,73 32,73 130,59 949,93 1063 92,88 93,23 338,88 6,44 43,55 2074,9 497,42 7,39 0,47 0,25 7,25 16,1 9,98

5 день

Обед с 12 и старше (112,60)

5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	80	1,31	4,81	8,00	77,53	169,7	28,8	9,38	20,1	0,38	0	10,66	1,63	2,18	0,02	0,02	0,38	0,52	24,54
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	5,42	18,77	131,17	455,7	26,07	25,94	73,17	0,97	3	1457,2	308,35	2,45	0,08	0,06	1,02	1,84	7,21
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	4,40	46,49	259,10	763,6	42,83	36,55	104,61	1,36	22,5	40,93	30,06	0,21	0,14	0,12	1,6	3,11	6,54
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант1)	100	15,00	12,92	10,72	218,90	230,8	11,92	18,32	130,45	2,17	0	0	0	2,62	0,06	0,11	3,29	6,42	0,2
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,60	1,16	11,23	10,56	4,8	0,85	3,86	0,04	1,8	9,92	7,15	0,04	0	0	0,02	0,09	0,11
2	Хлеб пшеничный	50,7	3,35	0,33	23,78	113,52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	49	7	9,4	31,6	0,78	0	1	0,2	0,28	0,04	0,02	0,14	0,4	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'

27,56 28,74 123,19 873,23 1679 121,6 100,45 363,79 5,73 27,3 1519,7 347,39 7,77 0,34 0,33 6,46 12,37 38,6

6 день

Обед с 12 и старше (112,60)

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,53	5,96	9,32	92,69	252	41,41	17,83	31,89	0,57	0	1896,3	322,25	2,78	0,03	0,04	0,67	0,85	33,86
14/2	Суп картофельный с крупой рисовой и сметаной	250	2,77	5,64	14,35	157,95	423,7	20,16	26,43	70,05	0,87	3,75	974	208,94	2,41	0,08	0,06	1,07	2,03	6,51
170	Пюре гороховое	200	11,70	7,19	23,83	150,71	697,1	84,95	80,27	204,05	6,54	32	30,24	37,92	0,56	0,74	0,16	1,97	6,93	0
36/59	Тефтели из говядины с рисом в соусе томатном (вариант1)	100	9,75	12,51	11,62	232,61	207,5	12,48	17	104,17	1,45	2,34	137,52	42,32	4,81	0,04	0,07	2	4,48	1,16
2	Хлеб пшеничный	50,5	3,34	0,33	23,68	113,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Хлеб ржаной	50,3	3,32	0,60	20,98	97,27	123,2	17,61	23,64	79,47	1,96	0	2,52	0,5	0,7	0,09	0,04	0,35	1,01	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,05	7,25	29,48	9,89	2,53	0,68	1,23	0,06	0	0,54	0,12	0,01	0	0	0,01	0,01	0,96
13	Яблоко	180	0,72	0,72	20,88	87,62	500,4	28,8	16,2	19,8	3,96	0	54	9	0,36	0,05	0,04	0,54	0,72	18

Итого за 'Обед с 12 и старше (112,60)'

32,34 32,00 131,90 961,40 2214 207,94 182,06 510,66 15,4 38,09 3095,1 621,05 11,63 1,04 0,41 6,6 16,03 60,49

7 день

Обед с 12 и старше (112,60)

14	Икра кабачковая	100	1,79	7,83	9,01	109,30	277,2	36,08	13,05	32,19	0,61	0	736	153	3,1	0,01	0,04	0,32	0,6	2,8
4/2	Свекольник со сметаной	250	2,18	5,47	17,26	121,45	428,5	40,02	26,88	61,67	1,34	3,78	974,33	209,38	2,39	0,06	0,06	0,66	1,26	6,82
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,77	2,30	45,96	227,88	267,2	17,34	135,11	197,47	4,64	0	6,39	1,42	0,57	0,26	0,13	2,53	5,11	0
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,85	12,44	9,30	208,78	159,6	40,43	16,93	127,48	1,29	45,44	9,9	58,78	1,33	0,06	0,14	5,23	9,63	0,33
601	Соус сметанный с томатом.	40	0,57	1,19	2,32	22,47	21,11	9,6	1,69	7,71	0,08	3,6	19,84	14,3	0,09	0,01	0,01	0,05	0,18	0,22

