

«Согласовано»

Начальник ЗТО Управления

Роспотребнадзора по Саратовской области

Р.К.Карамов



Директор МБОУ-СОШ №2 города Аркадака

З.Б.Кравцова



Двенадцатидневное меню

горячих школьных обедов

для 5 -11 классов МБОУ-СОШ №2 города

Аркадака Саратовской области

примерное меню - обед

осень-зима на 25
12_дней рублей

День 1

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
82	300/25/10	Борщ на мясном бульоне с капустой и картофелем со сметаной	2,17	5,89	150,3	123	53,26	31,5	63,87	1,43	0,00	0,06	0,12	12,3
202/203	200	Макаронные изделия отварные	7,73	0,1	41,3	206,6	7,6	28	204	1,06	0	0,08	1,7	0,02
243	1/80	Сосиска отварная	8,32	16	16,96	179,2	12,2	16	127,2	1,44	0	0,03	0	0
270	1/200	Чай с лимоном	0,2	0,04	10,2	50	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			20,22	22,03	231,76	623,8	93,46	96	442,57	5,43	0	0,24	2,32	80,32

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
53	1/60	Салат из свеклы и зеленым горошком, т/о	1	2,51	4,49	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0	0,03	0	5,88

101	300	Суп картофельный с крупой (пшено)	2,61	3,4	17,14	109,8	28,8	31,98	81,24	1,15	0	0,13	00	9,9
145	200	Картофель тушеный с луком	4,2	6,9	30,5	201,81	24	44	0	1,6	0	0	0,6	29
	50	Булочка	4,7	5,8	28,2	184	20	12	47	1,45	2	0,07	0,01	0
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	7	8	20	0,03	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			14,91	18,61	103,31	734,87	102,96	123,62	173,42	5,52	2,04	0,29	1,07	51,58

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
104,105	300/25	Суп картофельный с мясными фрикадельками	8,74	6,84	20,38	178,2	57,42	48,01	154,8	1,93	5,94	0,18	0,14	14,8
143	200	Рагу овощное	3,2	5,8	13,73	237	56	43	120	1,6	0	0,2	02.январь	3,3
388	1/200	Напиток из шиповника	0,4	0,2	19	118	7,4	3,6	15,6	0,4	0	0	0	160
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	1/100	Свежие фрукты	0,9	1,45	8,4	38	34	13	23	0,3	0	0,04	0,03	60
Итого			15,04	14,29	74,51	636,2	161,22	124,11	356,9	4,73	5,94	0,47	43832,6	238,1

День 4

№	Выход	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
---	-------	--------------	-------	------	----------	----------------------------	----------------------	--	--	--	----------	--	--	--

реп		блю				тическ ая ценнос ть	Са	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
96	300/25	Рассольник ленинградский на курином бульоне	3,96	8,16	27,12	135,9	28,2	14,76	0	1,56	0	0,12	0	9,96
291	1/230/8 0	Плов из курицы	15,6	20,3	43	301,5	38,3	18	78,6	0,9	0	0,05	1,6	9,1
291	1/200	Кисель	0	0	20	80	7	8	20	0.15	0.04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			21,36	28,46	103,12	582,4	79,9	57,26	142,1	2,96	0	0,23	2,06	25,86

День 5

№ реп	Выход	Наименование блю	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге тическ ая ценнос ть	Минеральные вещества				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
76	1/60	Огурец свежий	0,8	0,1	2,6	14	20	14	42	0,6	0	0,03	0,03	10
87	300 /10	Щи из свежей капусты со сметаной	2,1	5,8	10,18	101,73	41,53	21,36	45,72	0.76	0	0,06	0	17,72
302	200	Каша гречневая рассыпчатая	8,8	9,6	54,9	302,6	1,89	9	161,3	6	0	0,02	0	1,6
	20	Конфета	3	5,18	15	180	1,6	0,02	0,3	0,5	0,01	0,01	0,02	0,01
268	1/200	чай	0,1	0,02	10	35	0.26	1	1	0,01	0	0,02	0,1	0
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			16,6	20,7	105,68	698,33	71,42	61,88	293,82	7,61	0,01	0,19	0,55	29,33

День 6

№ реп	Выход	Наименование блю	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге тическ ая	Минеральные вещества				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	A	B	PP	C

						ценнос ть								
75	1/60	Икра свекольная, т/о	0,72	1,38	4,3	32	18	0,04	0,2	0,6	0	0,2	0	5,15
97	300	Суп картофельный с рыбой	8, 5	5,4	23,04	180	27,44	38,68	135,88	1,32	0,02	0,016	00.январь	23,32
303	200	Каша пшеничная вязкая	8,64	3,85	21,96	144,26	14,66	0,5	135, 88	2,4	2	1,2	2	0
279 вар 2	1/80	Тефтели мясные(говядина)	11,78	12,91	14,9	223	57,8	28,4	141,4	1,27	51	0,07	0	1,13
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			23,54	23,54	93,7	772,26	131,3	92,12	340,98	6,24	53,06	1,546	2,46	36,4

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге тическ ая ценнос ть	Минеральные вещества				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
102	300	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	6,5	6,33	19,59	161,7	45,7	42,3	104,6	2,43	0,27	0	0	7
134	200 /30	Капуста тушеная с мясом	22	5,3	25,2	270	32	75	4	5	0	0	0	8
	1/200	Сок фруктовый	6	0	26	100	14	8	20	28	0,04	0,02	0,06	4
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			36,3	11,63	83,79	596,7	98,1	141,8	172,1	35,93	0,31	0,07	0,46	19

День 8

№ реп	Выход	Наименование блюد	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
102	300	Суп из овощей с фасолью	11,12	10,37	17,52	208,75	67,09	52,55	0	2,64	0	0	0	8,4
246	1/80	Гуляш из отварной говядины	10,28	8,27	2,64	126,00	1,94	0	0	0,76	0	0,04	0	0,40
302	200	Каша перловая рассыпчатая	3,56	3,48	25,37	146,88	15,1	15,19	123,85	0	0	0	0	0
291	1/200	Кисель	0	0	20	80	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			26,76	13,85	75,89	626,63	95,59	92,24	187,35	3,29	0,04	0,06	0,46	15,2

День 9

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
108-109	300	Суп картофельный с клецками	6,6	6,2	18,4	161	42	41	87	2	0,3	0	0	7
21	1/200/50	Каша гороховая с паровой котлетой	28,65	30	25,4	274,8	45	50	120	1,2	50	0	0	0
388	1/200	Напиток из шиповника	0,4	0,2	19	118	7,4	3,6	15,6	0,4	0	0	0	160
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			37,45	36,4	75,8	618,8	100,8	111,1	222,6	4,1	50,3	0,05	0,4	167

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическ ая ценнос- ть	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
83	300	Борщ на мясном бульоне	2,17	5,89	30,3	123	53,26	31,5	63,87	1,43	0	0,06	0,12	12,35
203	200	Макаронные изделия отварные	7,73	0,1	41,3	206,66	0,7	28	204	1,06	0	0,08	1,7	0,02
243	80	Сосиска отварная	8,32	16	16,96	179,2	12,2	16	127,2	1,44	0	0,03	0	0
270	1/200	Чай с лимоном	0,2	0,04	10,2	50	14	4	4	1	0	0,02	0,1	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			20,22	22,03	111,76	623,86	86,56	96	442,57	5,43	0	0,16	2,32	19,17

День 11

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическ ая ценнос- ть	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
76	1/60	Огурец свежий	0,8	0,1	2,6	14	20	14	42	0,6	0	0,03	0,03	10
113/1 14	300	Суп-лапша	2,65	6,07	14,3	144,3	23,6	0,3	0,6	0,7	0,02	0,05	0,015	0,6
302	200	Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом	8,8	9,6	54,9	302,6	1,89	9	161,3	6	0	0,02	0	00.январь
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	10,2	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8

	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			14,65	15,77	95	653,9	58,89	47,8	106,1	7,95	0,06	0,16	0,505	17,4

День 12

№ реп	Выход	Наименование блюد	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
10	1/55/5	Салат из зеленого горошка консервированного с растительным маслом, т/о	0,93	1,65	2	26,13	67,03	0,6	0,03	0,21	0,03	0,03	0,015	3,4
103	1/300	Суп картофельный с макаронными изделиями	1,94	3,48	12,62	90	11,06	6,78	24,56	0,41	0,02	0,03	0,02	1,51
304	1/200	Рис отварной рассыпчатый	3,65	12,83	34,35	271	32,74	28,61	82,28	0,77	0,03	0,03	0,01	0
	фев.00	Печенье сахарное	3,75	49	37,2	208,5	9,12	6,16	20	0,3	0	0,02	0,3	0
	1/200	Сок фруктовый	6	0	26	100	14	8	20	2,8	0,04	0,02	0,06	4
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			18,07	66,96	125,17	760,63	140,35	66,65	190,37	4,99	0,12	0,18	0,805	8,91

Примерное меню - обед (зима-весна)

День 1

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C

						ценнос ть								
20	1/60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,78	24,01	0,34	3,85	12,3	0,14	12,2
97	1/300	Суп картофельный с рыбой	8,5	5,4	23,04	180	27,44	38,68	135,88	1,32	0,02	0,016	2,1	23,32
302	200	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	8,8	9,6	54,9	302,6	1,89	9	161,3	6	0	0,02	0	00.январь
268	1/200	Чай	0,1	0,02	10	35	0,26	1	1	0,01	0	0,02	0,1	0
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			19,66	18,67	102,37	622,98	49,1	72,96	365,69	8,17	3,87	12,406	2,74	35,52

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге тическ ая ценнос ть	Минеральные вещества				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
87	1/300/2 5	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	2,1	5,8	фев.00	108,73	41,59	21,4	45,7	0,76	0	0,06	0	17,72
203	200	Макаронные изделия отварные	7,7	0,1	41	206	7,6	28	204	1,06	0	0,08	1,7	0,02
246	1/80	Гуляш из отварной говядины	10,28	8,27	2,64	126,00	1,94	0	0	0,76	0	0,04	0	0,40

388	1/200	Напиток из шиповника	0,4	0	32	124	8,84	4,86	5,94	1,21	0	0,01	0,01	8,91
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			22,28	14,17	137	629,73	64,43	70,76	299,14	3,53	0	0,12	2,11	26,65

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
96	1/300/25	Рассольник ленинградский	3,96	8,16	27,12	135,9	00.янв	14,76	0	1,56	0	0,12	0	9,96
139	1/200	Капуста тушеная с мясом говядины	26.янв	05.янв	32	270	57,7	20,44	41,5	0,78	0	0	0	53,73
291	1/200	Кисель	0	0	20	80	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			32,36	13,16	92,12	550,9	71,1	59,7	105	2,49	0,04	0,18	0,46	70,49

День 4

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
83	1/300	Борщ с картофелем на мясном бульоне	2,17	5,89	30,3	123	53,26	31,5	63,87	1,43	0	0,06	0,12	12,35
304	1/200	Рис отварной рассыпчатый	4,8	17	45,8	361	43,65	38,22	109,7	1	0,04	0,04	0,02	

245	1/80	Бефстроганов из отварной говядины	15,51	12,43	3,29	187	33,4	0	0	0,99	0	0,03	0	0,01
270	1/200	Чай с лимоном	0,2	0,4	10,2	50	14	4	4	1	0	0,02	0,1	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			24,48	35,72	102,59	786	150,71	90,22	111,37	4,92	0,04	0,2	0,64	19,16

День 5

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
99	1/250	Суп овощной	6,3	5,4	22,3	166	30	20,3	5,5	1	0,02	4,8	0,05	24
203 68	200 50	Макаронные изд.отварные с паровой котлетой	26,3	17	50	360	22	28,2	170,1	0,9	0,04	0,09	2,9	3,2
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			35	22,4	101,8	719	65,4	73	239,1	2,55	0,1	4,95	3,41	34

День 6

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
20	1/60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,78	24,01	0,34	3,85	12,3	0,14	12,2
102	1/300	Суп овощной с фасолью на курином б-не	1,86	4,32	10,15	89	28,62	21,64	51,16	0,81	0,02	0,1	0,06	22,41

291	1/230/80	Плов из курицы	15,6	20,3	43	301,5	38,3	18	78,6	0,9	0	0,05	1,7	9,1
268	1/200	чай	0,1	0,02	10	35	0,26	1	1	0,01	0,04	0,02	0,06	0
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			19,82	28,29	77,58	530,88	86,43	64,92	198,27	2,56	3,91	12,52	2,36	43,71

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
104/105	1/3000/25	Суп с мясом	7,29	5,7	16,99	148,5	31,9	40,01	129,96	1,61	4,95	0,15	0,12	12,34
302246	1/200.50	каша гречневая Гуляш	16,88	15,47	43,84	353,3	3,36	6	121	5,26	0	0,06	0	1,6
291	1/200	Кисель	0	0	20	80	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0.,	0
Итог			25,97	21,17	93,83	646,8	48,66	70,51	314,46	7,52	4,99	0,27	0,18	20,74

День 8

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
	1/60	Огурец консервированный	0,78	0,1	1,6	13	23	14	24	0,6	0	0	0,2	5
94	1/300	Суп картофель	6,3	5,4	22,34	166,8	30,45	20,28	51,88	1,12	0,02	4,8	0,04	19
202	1/150/5	Вермишель отварная с маслом	7,7	0,08	31	246	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,15

	100	Свежие фрукты	0,9	1,45	8,4	38	34	13	23	3	0	0,04	0,03	60
268	1/200	Чай	0,1	0,02	10	40	0,26	1	1	0,01	0,04	0,02	0,1	0
	1/60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			17,58	7,05	86,34	568,8	99,81	85,78	296,38	6,03	0,06	4,97	2,07	84,15

День 9

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
75	1/60	Икра свекольная, т/о	0,72	1,38	4,3	32	18	0,04	0,2	0,6	0	0,2	0	5,15
103	300	Суп макарон-й	2,3	4,1	15,14	108	13,27	8,1	29,47	5	0,02	0,04	0,02	1,8
199	1/200	Гороховое пюре	5,6	6,4	46,4	281	54,5	32,7	80	1,3	0,04	0,2	0	0
279	1/80	Тефтели мясные	11,78	12,91	14,9	223	57,8	28,4	141,4	1,27	51	0,07	0,00	1,13
349	1/200	Компот сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			22,8	24,79	110,24	837	156,97	93,74	314,57	8,82	51,06	0,57	0,48	14,88

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
23	1/60	Салат из свежей помидоры с луком и растительным маслом	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,78	24,01	0,34	3,85	12,3	0,14	12,2
88	1/300	Щи с капустой и	2,1	5,8	10,18	101,73	41,6	21,36	45,72	0,76	0	0,06	0	17,72

		картофелем на курином бульоне												
304	1/200	Рис отварной рассыпчатый	4,8	17	45,8	361	43,65	38,22	109,7	1	0,04	0,04	0,02	0
	1/200	Сок фруктовый	6	0	26	100	14	8	20	2,8	0,04	0,02	0,06	4
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			15,16	26,45	96,41	668,11	118,76	91,86	242,93	5,4	3,93	12,43	0,62	33,92

День 11

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
10	1/60	Горошек консервированный с растительным маслом, т/о	0,93	1,65	2	26,13	67,03	0,06	0,03	0,21	0,03	0,03	0,15	3,4
96	1/300/2 5	Рассольник ленинградский	3,96	8,16	27,12	135,9	28,2	14,76	0	1,56	0	0,12	0	9,96
203	150	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,015
243	1/80	Сосиска отварная	8,32	16	16,96	179,2	12,2	16	127,2	1,44	0	0,03	0	0
270	1/200	Чай с лимоном	0,2	0,04	10,2	50	14	4	4	1	0	0,02	0,1	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итог			21,01	25,93	100,28	611,23	133,53	72,32	327,73	5,51	0,03	0,31	1,95	20,175

День 12

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C

						ть								
113/1 14	300	Суп-лапша	2,6	6	14	144,3	236,4	0,3	0,6	0,7	0,02	0,06	0,2	0,6
134	200	Капуста тушеная с мясом говядины	23	20.январь	24	280	30	60	3	4	0	0	0	7
349	1/200	Компот сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			28	26	67,5	617,3	279,8	84,8	67,1	5,35	0,06	0,12	0,66	13,8