

**Меню**  
для обучающихся 5-11 х классов с 01.03.2020г



| № рецептуры*                 | Название блюда                            | Масса       | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Эн. ценность   |
|------------------------------|-------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Понедельник, 1 неделя</b> |                                           |             |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>               |                                           |             |              |              |               |                |
| 54-20к-2020                  | Каша жидкая молочная гречневая            | 250         | 8,88         | 7,25         | 33,25         | 234,13         |
| 54-23гн-2020                 | Кофейный напиток с молоком                | 200         | 3,90         | 2,90         | 11,20         | 86,00          |
| Пром.                        | Батон йодированный                        | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                      | 20          | 1,30         | 0,20         | 7,90          | 39,10          |
| Пром.                        | Масло сливочное                           | 10          | 0,06         | 8,25         | 0,09          | 75,00          |
| Пром.                        | Фрукт (банан)                             | 200         | 1,50         | 0,50         | 21,00         | 97,00          |
|                              | <b>Итого за завтрак</b>                   | <b>710</b>  | <b>17,95</b> | <b>19,39</b> | <b>87,81</b>  | <b>602,03</b>  |
| <b>Обед</b>                  |                                           |             |              |              |               |                |
| 54-3з-2020                   | Помидор в нарезке                         | 100         | 1,17         | 0,17         | 3,83          | 21,33          |
| 54-8с-2020                   | Суп гороховый                             | 250         | 5,30         | 5,03         | 19,90         | 146,00         |
| 54-11г-2020                  | Картофельное пюре                         | 180         | 3,84         | 6,24         | 23,76         | 167,28         |
| 54-6м-2020                   | Биточек из говядины                       | 90          | 16,44        | 15,72        | 14,88         | 265,56         |
| 463 2013 г.                  | Томатный с овощами                        | 50          | 0,60         | 2,06         | 3,73          | 35,80          |
| 54-1хн-2020                  | Компот из сухофруктов                     | 200         | 0,50         |              | 19,80         | 81,00          |
| пром.                        | Хлеб пшеничный                            | 30          | 2,30         | 0,25         | 14,75         | 70,30          |
| пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|                              | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>930</b>  | <b>32,09</b> | <b>29,76</b> | <b>112,50</b> | <b>845,92</b>  |
|                              | <b>Итого за день</b>                      | <b>1640</b> | <b>50,04</b> | <b>49,15</b> | <b>200,31</b> | <b>1447,95</b> |
|                              |                                           |             | <b>56%</b>   | <b>53%</b>   | <b>52%</b>    | <b>53%</b>     |
| <b>Вторник, 1 неделя</b>     |                                           |             |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>               |                                           |             |              |              |               |                |
| 54-1о-2020                   | Омлет натуральный                         | 200         | 16,93        | 24,00        | 4,40          | 300,67         |
| 54-2гн-2020                  | Чай с сахаром                             | 200         | 0,20         | 0,00         | 6,40          | 26,80          |
| Пром.                        | Батон йодированный                        | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                      | 20          | 1,30         | 0,20         | 7,90          | 39,10          |
| Пром.                        | Масло сливочное                           | 10          | 0,06         | 8,25         | 0,09          | 75,00          |
| Пром.                        | Фрукт (яблоко)                            | 200         | 0,78         | 0,78         | 19,56         | 88,78          |
|                              | <b>Итого за завтрак</b>                   | <b>660</b>  | <b>21,58</b> | <b>33,52</b> | <b>52,72</b>  | <b>601,15</b>  |
| <b>Обед</b>                  |                                           |             |              |              |               |                |
| 54-2з-2020                   | Огурец в нарезке                          | 100         | 0,83         | 0,17         | 2,50          | 14,17          |
| 54-18с-2020                  | Свекольник со сметаной                    | 250         | 2,25         | 5,35         | 13,33         | 110,38         |
| 54-6г-2020                   | Рис отварной                              | 180         | 4,32         | 5,76         | 43,68         | 244,20         |
| 54-14р-2020                  | Котлета рыбная любительская               | 100         | 14,22        | 4,56         | 6,78          | 124,78         |
| 54-4соус-2020                | Соус сметанный натуральный                | 30          | 0,87         | 4,95         | 1,98          | 55,83          |
| 54-2хн-2020                  | Компот из кураги                          | 200         | 1,00         | 0,10         | 15,70         | 66,90          |
| пром.                        | Хлеб пшеничный                            | 60          | 4,60         | 0,50         | 29,50         | 140,60         |
| пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|                              | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>950</b>  | <b>30,05</b> | <b>21,68</b> | <b>125,31</b> | <b>815,50</b>  |
|                              | <b>Итого за день</b>                      | <b>1610</b> | <b>51,63</b> | <b>55,20</b> | <b>178,04</b> | <b>1416,65</b> |
|                              |                                           |             | <b>57%</b>   | <b>61%</b>   | <b>198%</b>   | <b>1574%</b>   |
| <b>Среда, 1 неделя</b>       |                                           |             |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>               |                                           |             |              |              |               |                |
| 54-11г-2020                  | Картофельное пюре                         | 200         | 4,27         | 6,93         | 26,40         | 185,87         |
| 54-5м-2020                   | Котлета из курицы                         | 70          | 13,44        | 2,99         | 9,43          | 117,97         |
| 54-3гн-2020                  | Чай с лимоном и сахаром                   | 200         | 0,30         | 0,10         | 7,10          | 30,00          |
| пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                      | 45          | 2,93         | 0,45         | 17,78         | 87,98          |
| Пром.                        | Хлеб пшеничный                            | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                      | 10          | 0,06         | 8,25         | 0,09          | 75,00          |
| пром.                        | Масло сливочное                           | 10          | 0,06         | 8,25         | 0,09          | 75,00          |
|                              | <b>Итого за завтрак</b>                   | <b>555</b>  | <b>23,30</b> | <b>19,01</b> | <b>75,16</b>  | <b>567,62</b>  |
| <b>Обед</b>                  |                                           |             |              |              |               |                |
|                              |                                           |             |              | <b>0,00</b>  |               |                |
| 54-8з-2020                   | Помидор в нарезке                         | 100         | 1,17         | 0,17         | 3,83          | 21,33          |
| 54-11с-2020                  | Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая) | 250         | 2,18         | 0,00         | 13,50         | 119,38         |
| 54-1г-2020                   | Макароны отварные                         | 180         | 6,48         | 0,00         | 39,36         | 236,16         |
| 54-1м-2020                   | Бефстроганов из отварной говядины         | 100         | 15,00        | 0,00         | 2,38          | 209,38         |
| 54-13хн-2020                 | Напиток из шиповника                      | 200         | 0,60         | 0,00         | 15,20         | 65,30          |
| Пром.                        | Хлеб пшеничный                            | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|                              | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>890</b>  | <b>29,68</b> | <b>29,08</b> | <b>100,49</b> | <b>780,99</b>  |
|                              | <b>Итого за день</b>                      | <b>1445</b> | <b>52,98</b> | <b>48,09</b> | <b>175,66</b> | <b>1348,61</b> |
|                              |                                           |             | <b>59%</b>   | <b>52%</b>   | <b>46%</b>    | <b>50%</b>     |

|             |                                          |             |              |              |               |                |
|-------------|------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|             | <b>Четверг, 1 неделя</b>                 |             |              | <b>0,00</b>  |               | <b>1348,61</b> |
|             | <b>Завтрак</b>                           |             |              |              |               |                |
| 54-6г-2020  | Рис отварной                             | 180         | 4,44         | 5,76         | 43,80         | 244,20         |
| 54-3р-2020  | Котлета рыбная (минтай)                  | 100         | 14,60        | 2,60         | 8,60          | 114,20         |
| 54-2гн-2020 | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20         | 0,00         | 6,40          | 26,80          |
| Пром.       | Батон йодированный                       | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.       | Хлеб ржано-пшеничный                     | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
| пром.       | Масло сливочное                          | 10          | 0,06         | 8,25         | 0,09          | 75,00          |
|             | <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>550</b>  | <b>23,56</b> | <b>17,20</b> | <b>85,11</b>  | <b>589,65</b>  |
| -           | <b>Обед</b>                              |             |              |              |               |                |
| 54-1хн-2020 | Зеленый горошек                          | 100         | 2,80         | 0,17         | 5,80          | 36,80          |
| 54-1с-2020  | ПЦи из свежей капусты со сметаной        | 250         | 2,03         | 6,15         | 6,60          | 90,10          |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре                        | 200         | 4,27         | 6,93         | 26,40         | 185,87         |
| 54-25м-2020 | Курица тушеная с морковью                | 120         | 16,92        | 6,84         | 5,28          | 151,68         |
| 54-1хн-2020 | Компот из сухофруктов                    | 200         | 0,50         |              | 19,80         | 81,00          |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.       | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60          | 3,90         | 0,60         | 23,70         | 117,30         |
|             | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>960</b>  | <b>32,72</b> | <b>20,98</b> | <b>101,95</b> | <b>733,55</b>  |
|             | <b>Итого за день</b>                     | <b>1510</b> | <b>56,28</b> | <b>38,18</b> | <b>187,07</b> | <b>1323,20</b> |
|             |                                          |             | <b>63%</b>   | <b>41%</b>   | <b>49%</b>    | <b>49%</b>     |
|             | <b>Пятница, 1 неделя</b>                 |             |              |              |               |                |
|             | <b>Завтрак</b>                           |             |              |              |               |                |
| 54-3г-2020  | Макароны отварные с сыром                | 250         | 13,17        | 11,33        | 47,83         | 346,17         |
| 54-6о-2020  | Яйцо вареное                             | 40          | 4,80         | 4,00         | 0,30          | 56,60          |
| 54-3гн-2020 | Чай с лимоном и сахаром                  | 200         | 0,30         | 0,10         | 7,10          | 30,00          |
| Пром.       | Хлеб ржано-пшеничный                     | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,30         | 0,20         | 14,80         | 70,30          |
|             | <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>550</b>  | <b>22,52</b> | <b>15,93</b> | <b>81,88</b>  | <b>561,72</b>  |
|             | <b>Обед</b>                              |             |              |              |               |                |
| 54-2з-2020  | Огурец в нарезке                         | 100         | 0,83         | 0,17         | 2,50          | 14,17          |
| 54-7с-2020  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 3,15         | 2,70         | 22,65         | 127,50         |
| 54-6г-2020  | Рис отварной                             | 180         | 4,44         | 5,76         | 43,80         | 244,20         |
| 54-18м-2020 | Печень говяжья по-строгановски           | 100         | 16,75        | 15,75        | 6,63          | 236,50         |
| 54-1хн-2020 | Компот из сухофруктов                    | 200         | 0,50         |              | 19,80         | 81,00          |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.       | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60          | 3,90         | 0,60         | 23,70         | 117,30         |
|             | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>920</b>  | <b>31,88</b> | <b>25,26</b> | <b>133,45</b> | <b>891,47</b>  |
|             | <b>Итого за день</b>                     | <b>1470</b> | <b>54,40</b> | <b>41,20</b> | <b>215,33</b> | <b>1453,18</b> |
|             |                                          |             | <b>60%</b>   | <b>45%</b>   | <b>56%</b>    | <b>53%</b>     |

|               |                                |             |              |              |               |                |
|---------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|               | <b>Понедельник, 2 неделя</b>   |             |              |              |               |                |
|               | <b>Завтрак</b>                 |             |              |              |               |                |
| 54-6к-2020    | Каша вязкая молочная пшеничная | 250         | 10,38        | 12,75        | 47,00         | 343,63         |
| 54-23гн-2020  | Кофейный напиток с молоком     | 200         | 3,90         | 2,90         | 11,20         | 86,00          |
| Пром.         | Батон йодированный             | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный           | 20          | 1,30         | 0,20         | 7,90          | 39,10          |
| Пром.         | Сыр                            | 15          | 3,30         | 3,95         |               | 48,90          |
| Пром.         | Фрукт (яблоко)                 | 200         | 0,83         | 0,83         | 19,67         | 88,83          |
|               | <b>Итого за завтрак</b>        | <b>715</b>  | <b>22,02</b> | <b>20,92</b> | <b>100,14</b> | <b>677,26</b>  |
|               | <b>Обед</b>                    |             |              |              |               |                |
| 54-2з-2020    | Огурец в нарезке               | 100         | 0,83         | 0,17         | 2,50          | 14,17          |
| 54-17с-2020   | Суп из овощей                  | 250         | 1,78         | 4,65         | 10,10         | 89,00          |
| 54-11г-2020   | Картофельное пюре              | 180         | 3,84         | 6,24         | 23,76         | 167,28         |
| 54-16м-2020   | Тефтели из говядины с рисом    | 90          | 16,44        | 15,72        | 14,88         | 265,56         |
| 54-4соус-2020 | Соус сметанный натуральный     | 30          | 0,87         | 4,95         | 1,98          | 55,83          |
| 54-32хн-2020  | Компот из свежих яблок         | 200         | 0,20         | 0,10         | 9,90          | 41,60          |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                 | 60          | 4,60         | 0,50         | 29,50         | 140,60         |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный           | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|               | <b>Итого за Обед</b>           | <b>940</b>  | <b>30,51</b> | <b>32,63</b> | <b>104,47</b> | <b>832,69</b>  |
|               | <b>Итого за день</b>           | <b>1655</b> | <b>52,53</b> | <b>53,55</b> | <b>204,61</b> | <b>1509,95</b> |
|               |                                |             | <b>58%</b>   | <b>58%</b>   | <b>53%</b>    | <b>56%</b>     |
|               | <b>Вторник, 2 неделя</b>       |             |              |              |               |                |
|               | <b>Завтрак</b>                 |             |              |              |               |                |
| 54-3г-2020    | Макароны отварные с сыром      | 250         | 13,17        | 11,33        | 47,83         | 346,17         |
| 54-6о-2020    | Яйцо вареное                   | 40          | 4,80         | 4,00         | 0,30          | 56,60          |
| 54-3гн-2020   | Чай с лимоном и сахаром        | 200         | 0,30         | 0,10         | 7,10          | 30,00          |
| Пром.         | Батон йодированный             | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный           | 20          | 1,30         | 0,20         | 7,90          | 39,10          |
| пром.         | Масло сливочное                | 10          | 0,06         | 8,25         | 0,09          | 75,00          |
|               | <b>Итого за завтрак</b>        | <b>550</b>  | <b>21,94</b> | <b>24,17</b> | <b>77,60</b>  | <b>617,67</b>  |
|               | <b>Обед</b>                    |             |              |              |               |                |
| 54-8з-2020    | Помидор в нарезке              | 100         | 1,17         | 0,17         | 3,83          | 21,33          |
| 157-2015      | Уха рыбацкая с горбушей        | 250         | 7,61         | 3,70         | 12,09         | 111,84         |
| 54-6г-2020    | Рис отварной                   | 200         | 4,93         | 6,40         | 48,67         | 271,33         |
| 54-25м-2020   | Курица тушеная с морковью      | 120         | 16,92        | 6,84         | 5,28          | 151,68         |
| 54-1хн-2020   | Компот из сухофруктов          | 200         | 0,50         | 0,00         | 19,80         | 81,00          |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                 | 60          | 4,60         | 0,50         | 29,50         | 140,60         |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный           | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|               | <b>Итого за Обед</b>           | <b>960</b>  | <b>37,68</b> | <b>17,91</b> | <b>131,02</b> | <b>836,43</b>  |
|               | <b>Итого за день</b>           | <b>1305</b> | <b>59,62</b> | <b>42,08</b> | <b>208,61</b> | <b>1454,10</b> |
|               |                                |             | <b>66%</b>   | <b>46%</b>   | <b>54%</b>    | <b>53%</b>     |
|               | <b>Среда, 2 неделя</b>         |             |              |              |               |                |
|               | <b>Завтрак</b>                 |             |              |              |               |                |
| 54-1т-2020    | Запеканка из творога           | 150         | 29,70        | 10,70        | 21,70         | 301,20         |
| Пром.         | Сгущенное молоко               | 50          | 3,95         | 4,35         | 27,20         | 160,50         |
| 54-2гн-2020   | Чай с сахаром                  | 200         | 0,20         | 0,00         | 6,40          | 26,80          |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                 | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.         | Фрукт (яблоко)                 | 200         | 0,83         | 0,83         | 19,67         | 88,83          |
|               | <b>Итого за завтрак</b>        | <b>630</b>  | <b>36,99</b> | <b>16,17</b> | <b>89,34</b>  | <b>648,13</b>  |
|               | <b>Обед</b>                    |             |              |              |               |                |
| 54-28з-2020   | Свекла отварная дольками       | 100         | 1,50         | 0,17         | 8,67          | 42,00          |
| 54-3с-2020    | Рассольник Ленинградский       | 250         | 2,40         | 6,43         | 16,53         | 133,33         |
| 54-11г-2020   | Картофельное пюре              | 180         | 3,84         | 6,24         | 23,76         | 167,28         |
| 54-24м-2020   | Шницель из курицы              | 90          | 17,16        | 3,84         | 12,00         | 151,80         |
| 54-4соус-2020 | Соус сметанный натуральный     | 30          | 0,87         | 4,95         | 1,98          | 55,83          |
| 54-32хн-2020  | Компот из свежих яблок         | 200         | 0,20         | 0,10         | 9,90          | 41,60          |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                 | 60          | 4,60         | 0,50         | 29,50         | 140,60         |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный           | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|               | <b>Итого за Обед</b>           | <b>940</b>  | <b>32,52</b> | <b>22,52</b> | <b>114,18</b> | <b>791,09</b>  |
|               | <b>Итого за/день</b>           | <b>1570</b> | <b>69,51</b> | <b>38,69</b> | <b>203,52</b> | <b>1439,22</b> |
|               |                                |             | <b>77%</b>   | <b>42%</b>   | <b>53%</b>    | <b>53%</b>     |

|               |                                          |             |              |              |               |                |
|---------------|------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|               | <b>Четверг 2 неделя</b>                  |             |              |              |               |                |
|               | <b>Завтрак</b>                           |             |              |              |               |                |
| 54-11г-2020   | Картофельное пюре                        | 200         | 4,27         | 6,93         | 26,40         | 185,87         |
| 54-5м-2020    | Котлета из курицы                        | 70          | 13,44        | 2,99         | 9,43          | 117,97         |
| 54-2гн-2020   | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20         | 0,00         | 6,40          | 26,80          |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный                     | 25          | 1,63         | 0,25         | 9,88          | 48,88          |
| Пром.         | Батон йодированный                       | 45          | 3,40         | 0,40         | 22,10         | 105,50         |
| пром.         | Масло сливочное                          | 10          | 0,06         | 8,25         | 0,09          | 75,00          |
|               | <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>550</b>  | <b>22,99</b> | <b>18,82</b> | <b>74,29</b>  | <b>560,02</b>  |
|               | <b>Обед</b>                              |             |              |              |               |                |
| 54-8з-2020    | Помидор в нарезке                        | 100         | 1,17         | 0,17         | 3,83          | 21,33          |
| 54-2с-2020    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250         | 2,13         | 5,33         | 12,10         | 112,80         |
| 54-2м-2020    | Гуляш из говядины                        | 100         | 16,88        | 16,38        | 4,00          | 232,00         |
| 54-4г-2020    | Каша гречневая рассыпчатая               | 180         | 9,84         | 7,56         | 43,08         | 280,44         |
| 54-2хн-2020   | Компот из кураги                         | 200         | 1,00         | 0,10         | 15,70         | 66,90          |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,00         | 0,40         | 10,00         | 51,20          |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный                     | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|               | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>890</b>  | <b>34,96</b> | <b>30,23</b> | <b>100,56</b> | <b>823,32</b>  |
|               | <b>Итого за день</b>                     | <b>1440</b> | <b>57,95</b> | <b>49,05</b> | <b>174,86</b> | <b>1383,34</b> |
|               |                                          |             | <b>64%</b>   | <b>53%</b>   | <b>46%</b>    | <b>51%</b>     |
|               | <b>Пятница, 2 неделя</b>                 |             |              |              |               |                |
|               | <b>Завтрак</b>                           |             |              |              |               |                |
| 54-6г-2020    | Рис отварной                             | 180         | 4,44         | 5,76         | 43,80         | 244,20         |
| 54-5м-2020    | Котлета из говядины                      | 70          | 12,79        | 12,21        | 11,57         | 206,56         |
| 463 2013 г.   | Томатный с овощами                       | 50          | 0,60         | 2,06         | 3,73          | 35,80          |
| 54-3гн-2020   | Чай с лимоном и сахаром                  | 200         | 0,30         | 0,10         | 7,10          | 30,00          |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,30         | 0,20         | 14,80         | 70,30          |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный                     | 20          | 1,30         | 0,20         | 7,90          | 39,10          |
|               | <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>550</b>  | <b>21,73</b> | <b>20,53</b> | <b>88,90</b>  | <b>625,96</b>  |
|               | <b>Обед</b>                              |             |              |              |               |                |
| 54-2з-2020    | Огурец в нарезке                         | 100         | 0,83         | 0,17         | 2,50          | 14,17          |
| 54-8с-2020    | Суп гороховый                            | 250         | 5,30         | 5,03         | 19,90         | 146,00         |
| 54-1г-2020    | Макароны отварные                        | 180         | 6,36         | 5,88         | 39,36         | 236,16         |
| 54-23м-2020   | Биточек из курицы                        | 80          | 15,36        | 3,41         | 10,77         | 134,83         |
| 54-5соус-2020 | Соус молочный натуральный                | 20          | 0,54         | 0,76         | 0,88          | 12,50          |
| 54-13хн-2020  | Напиток из шиповника                     | 200         | 0,60         | 0,20         | 15,20         | 65,30          |
| Пром.         | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,31         | 0,29         | 14,37         | 70,80          |
| Пром.         | Хлеб ржано-пшеничный                     | 30          | 1,95         | 0,30         | 11,85         | 58,65          |
|               | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>890</b>  | <b>33,25</b> | <b>16,03</b> | <b>114,84</b> | <b>738,40</b>  |
|               | <b>Итого за день</b>                     | <b>1440</b> | <b>54,98</b> | <b>36,56</b> | <b>203,73</b> | <b>1364,36</b> |
|               |                                          |             | <b>61%</b>   | <b>40%</b>   | <b>53%</b>    | <b>50%</b>     |
|               | <b>Средние показатели за Завтрак</b>     |             | <b>23,46</b> | <b>20,57</b> | <b>81,30</b>  | <b>605,12</b>  |
|               | <b>Средние показатели за Обед</b>        |             | <b>32,53</b> | <b>27,61</b> | <b>113,88</b> | <b>808,94</b>  |

\* с 1 марта замена на консервированный горошек, кабачковую икру.

111,58

0,00

399,44

2778,92