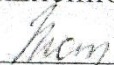
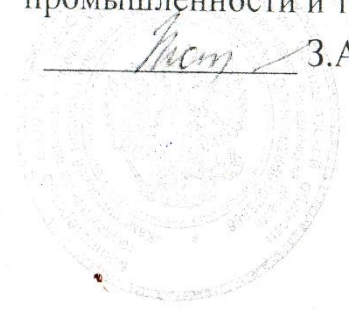


Утверждаю:
Директор ГАПОУ СО «Камышловский техникум
промышленности и транспорта»
 З.А. Потапова



**Примерное меню горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 15 -18 лет
в ГАПОУ СО «Камышловский техникум промышленности и транспорта»**

Камышлов

День 1: понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	№302	1/200/10	7,06	9,54	44,46	292,00	0,05	0,24	0,08	62,80	317,33	24,40	0,27
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Чай с сахаром и лимоном	№686	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,00	16,00	8,00	6,00	0,80
Итого за прием			9,5	9,78	73,09	418	0,08	2,44	0,08	96,4	344,83	43,2	2,03
Обед													
Салат из свежих помидоров и огурцов	№20	1/100	1,2	4,0	3,7	69,0	0,03	32,7	30,0	32,7	41,0	15,8	0,62
Суп картофельный с бобовыми (горох)	№139	1/250	5,58	4,12	17,81	132,00	0,28	6,18	0,00	40,00	397,50	90,00	1,04
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	№297	1/180	10,18	7,06	44,33	286,00	0,18	0,00	0,01	15,12	147,42	198,00	2,18
Бифштекс рубленый	№448	1/100	14,15	11,66	0,03	161,25	0,10	0,00	0,00	14,00	150,00	24,00	2,69
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
Компот из кураги	№638	1/200	0,98	0,05	23,81	96,00	0,01	0,16	0,20	7,40	34,00	2,60	0,30
Итого за прием			33,41	27,13	96,36	779,05	0,64	39,04	30,21	116,22	801,52	339,8	7,61
Итого			42,91	36,91	169,45	1197,05	0,72	41,48	30,29	212,62	1146,35	383,0	9,64

День 2: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Огурец свежий порционный		1/100	0,78	0,10	2,45	14,00	0,03	19,60	0,00	23,00	42,00	14,00	0,98
Каша пшеничная рассыпчатая	№297	1/180	4,86	7,38	41,40	253,80	0,07	0,00	0,00	46,54	49,51	0,00	1,04
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
Чай с сахаром	№685	1/200	0,18	0,04	13,66	53,00	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
Итого за прием			7,14	7,76	64,19	355,6	0,14	20,25	0,00	76,54	123,11	2,34	2,93
Обед													
Салат картофельный с зеленым горошком с маслом	№52	1/100	1,40	5,40	9,90	95,00	0,08	10,00	0,00	19,00	52,00	15,00	0,65
Рассольник ленинградский со сметаной	№132	1/250/10	2,39	6,06	15,72	129,00	0,16	6,94	1,25	27,50	115,90	34,25	0,67
Рагу из овощей	№224	1/180	3,59	7,63	17,52	153,60	0,11	10,75	0,46	131,17	234,00	33,12	1,07
Сарделька отварная	№413	1/100	9,78	17,69	0,73	201,25	0,04	0,00	0,00	22,29	112,29	13,71	1,94
Хлеб пшеничный		1/60	4,28	0,48	26,86	132,00	0,06	0,00	0,00	35,20	39,00	25,60	1,92
Сок виноградный, вырабатываемый промышленно	№707	1/200	0,60	0,00	36,40	144,00	0,04	8,00	0,13	40,00	36,00	20,00	0,40
Итого за прием			22,04	37,26	107,13	834,85	0,49	35,69	1,84	275,16	289,19	141,68	6,65
Итого за день			29,18	45,02	171,32	1210,45	0,63	55,94	1,84	351,7	412,3	144,02	9,58

День 3: среда
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Помидор свежий порционнo		1/100	1,08	0,20	3,72	14,00	0,10	10,83	0,00	14,00	26,00	20,00	1,47
Капуста тушеная	№214	1/180	4,72	5,74	13,09	123,30	0,10	22,56	0,72	110,70	89,10	45,72	0,77
Зразы рубленные	№456	1/100	12,61	15,21	12,75	243,00	0,09	4,75	0,08	65,25	201,10	31,41	3,04
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,00	0,00	10,50	47,40	14,10	1,17
Кофейный напиток	№692	1/200	2,49	1,66	2,30	104,00	0,04	0,13	0,90	125,60	74,40	20,00	0,23
Итого за прием			23,04	23,05	63,29	550,3	0,36	38,27	1,70	343,15	410,1	129,93	6,47
Обед													
Салат из свеклы с яблоками	№51	1/100	1,53	4,17	8,63	79,58	0,02	7,63	30,00	44,75	41,31	17,96	1,52
Щи из свежей капусты с картофелем	№124	1/250	2,03	5,13	8,65	90,00	0,04	9,32	0,01	41,80	51,25	21,05	0,62
Плов	№443	1/250	29,91	27,03	37,88	517,50	0,24	0,73	0,92	16,90	208,43	36,09	2,11
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
Кисель из брусники	№640	1/200	0,10	0,04	25,24	100,00	0,01	0,60	0,00	0,00	23,60	2,30	0,08
Итого за прием													
			34,98	36,61	87,08	821,88	0,35	18,28	30,93	110,45	356,19	86,8	5,11
Итого за день			57,93	59,66	150,37	1372,18	0,77	56,55	32,63	443,6	766,29	216,73	11,58

День 4: четверг

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом	№37	1/100	3,10	12,60	3,20	67,00	0,07	16,30	1,10	42,30	53,00	22,60	1,00
Пюре картофельное	№520	1/180	4,07	5,45	26,86	176,00	0,08	7,74	0,04	156,42	176,40	32,22	0,79
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	№391	1/100/5	15,19	13,05	9,77	218,00	0,08	1,47	0,07	39,44	153,04	23,13	0,96
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
Чай с сахаром	№685	1/200	0,18	0,04	13,66	53,00	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
Итого за прием			23,86	31,38	60,17	548,8	0,27	26,16	1,21	245,16	414,04	87,35	3,66
Обед													
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	1/100	1,23	9,96	7,10	124,00	0,03	9,21	0,10	13,97	67,00	138,00	0,83
Суп из овощей со сметаной	№135	1/250/10	2,17	5,62	10,60	103,00	0,15	2,00	0,07	41,25	77,00	27,00	0,17
Макаронные изделия отварные	№332, 516	1/180	6,56	4,74	40,03	233,00	0,06	0,00	0,12	43,80	70,44	14,40	0,54
Гуляш с мясом говядины	№437	1/100/25	18,05	19,15	2,13	253,75	0,08	0,61	0,11	23,75	215,00	22,50	3,38
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,0	31,60	9,40	0,78
Компот из яблок и лимона	№631	1/200	0,27	0,15	22,06	90,00	0,01	1,94	0,00	11,08	6,56	5,08	0,44
Итого за прием			30,42	39,86	95,35	869,8	0,36	13,76	0,40	151,45	455,5	219,78	6,32
Итого за день			54,28	71,24	155,52	1418,6	0,63	39,92	1,61	396,61	869,54	307,13	9,98

День 5: пятница
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	№302	1/200/10	8,10	10,54	46,50	313,00	0,13	0,24	0,63	199,07	298,70	129,87	0,64
Сыр (порциями)	№97	1/15	3,95	3,95	0,00	52,50	0,01	0,34	0,03	147,00	7,20	1,40	0,34
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,08	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
Какао с молоком	№693	1/200	3,64	3,34	22,81	132,0	0,46	3,54	0,07	110,78	102,30	3,80	0,69
Итого за прием			17,83	18,07	82,74	563,5	0,63	7,66	0,73	474,45	427,7	147,87	2,63
Обед													
Салат из свеклы с чесноком с маслом растительным	Сборник р.2001г. №22	1/100	1,42	9,88	8,33	127,00	0,13	8,40	0,00	31,97	11,70	13,08	1,17
Щи из свежей капусты с картофелем	№124	1/250	2,03	5,13	8,65	90,00	0,04	9,32	0,01	41,80	51,25	21,05	0,62
Плов	№443	1/250	29,91	27,03	37,88	517,50	0,24	0,73	0,92	16,90	208,43	36,09	2,11
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,0	31,60	9,40	0,78
Сок апельсиновый, вырабатываемый промышленностью	№707	1/200	1,40	0,00	25,60	108,00	0,04	8,00	0,13	40,00	36,00	20,00	0,40
Итого за прием			37,28	46,28	90,84	946,3	0,52	59,15	31,06	170,37	379,98	102,34	4,59
Итого за день			55,11	64,35	173,58	1509,8	1,15	66,81	31,79	644,82	807,68	250,21	30,83

День 6: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Огурец свежий порционно		1/100	0,78	0,10	2,45	14,00	0,03	19,60	0,00	23,00	42,00	14,00	0,98
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	1/200	4,78	7,07	48,14	280,00	0,04	4,35	0,00	3,24	182,80	39,00	0,72
Котлета мясная	№451	1/100	14,49	11,71	13,04	217,00	0,06	0,73	0,00	13,60	202,00	22,00	2,98
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Компот из смеси сухофруктов	№639	1/200	0,33	0,01	28,81	117,75	0,00	0,30	0,00	17,25	11,55	4,50	0,96
Итого за прием			22,52	19,13	105,87	694,75	0,16	24,98	0,00	74,69	457,85	92,3	6,6
Обед													
Салат «Польинский» (с маслом растительным)	№24	1/100	1,55	9,92	5,21	116,00	0,82	22,54	0,03	21,30	29,80	10,40	0,69
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№110	1/250/10	1,72	3,54	12,00	90,00	0,00	3,11	0,23	41,75	58,25	17,50	0,42
Курица тушеная в соусе с овощами	№488	1/100/200	19,50	17,70	29,10	357,00	0,30	12,00	0,00	81,00	318,00	75,00	1,63
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,0	31,60	9,40	0,78
Сок абрикосовый, вырабатываемый промышленно	№707	1/200	1,00	0,00	27,40	110,00	0,04	8,00	0,13	40,00	36,00	20,00	0,40
Итого за прием			25,09	31,4	80,39	707,8	1,2	45,65	0,39	191,05	473,65	132,3	3,92
Итого за день			47,61	50,53	182,26	1402,55	1,36	70,63	0,39	265,74	931,5	224,6	105,2

День 7: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Помидор свежий порционно		1/100	1,08	0,20	3,72	14,00	0,10	10,83	0,00	14,00	26,00	20,00	1,47
Яйцо отварное	№337	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,04	0,00	0,08	55,00	76,80	4,80	1,00
Каша молочная вязкая из геркулеса с маслом сливочным	№302	1/200/10	7,03	11,13	37,25	276,00	0,05	0,24	0,08	62,80	317,00	24,40	0,64
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,0	31,60	9,40	0,78
Кофейный напиток	№692	1/200	2,49	1,66	2,30	104,00	0,04	0,13	0,90	125,60	74,40	20,00	0,23
Итого за прием			17,02	17,83	50,25	491,8	0,27	11,2	1,06	264,4	525,8	78,6	4,12
Обед													
Салат витаминный 1 вариант (с маслом растительным)	№39	1/100	0,88	9,92	9,86	131,00	0,08	14,36	0,38	1,00	1,00	0,03	0,84
Суп крестьянский с крупой (со сметаной)	№134	1/250/10	2,04	5,24	9,75	95,00	0,06	7,67	0,06	42,00	85,00	16,00	0,59
Картофель отварной	№203	1/180	3,61	5,06	29,12	180,00	0,18	23,76	0,00	21,60	97,20	39,60	1,10
Рыба, тушеная в томатном соусе	Сборник. Р. 2001г. №347	1/100/25	24,55	15,37	6,09	260,00	0,08	2,64	0,16	32,06	134,90	35,68	1,10
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Кисель из клюквы	№640	1/200	0,10	0,04	25,24	100,00	0,01	0,60	0,00	0,00	23,60	2,30	0,08
Итого за прием			33,32	35,87	93,49	832,0	0,44	49,03	0,6	114,26	361,2	106,41	4,67
Итого за день			50,34	53,7	143,74	1323,8	0,71	60,23	1,66	378,66	887,0	185,01	8,79

День 8: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Огурец солёный порционно		1/100	0,80	0,10	1,67	12,00	0,02	4,90	0,00	23,00	24,00	14,00	0,59
Каша перловая рассыпчатая	№297	1/180	5,87	7,61	40,43	258,00	0,18	0,00	0,01	16,76	27,42	10,00	0,56
Гуляш с мясом говядины	№437	1/100/25	18,05	19,15	2,13	253,75	0,08	0,61	0,11	23,75	215,00	22,50	3,38
Хлеб ржаной		1/40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,08	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
Чай с сахаром	№685	1/200	0,18	0,04	13,66	53,00	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
Итого за прием			27,54	27,38	70,95	646,35	0,36	6,16	0,12	77,51	329,62	65,3	6,22
Обед													
Салат витаминный 2 вариант (с маслом растительным)	№40	1/100	1,74	14,84	10,59	182,00	0,41	18,87	0,38	1,00	1,00	0,03	0,83
Суп из овощей со сметаной	№135	1/250/10	2,17	5,62	10,60	103,00	0,15	2,00	0,01	41,25	77,00	27,00	0,17
Пюре картофельное	№520	1/180	4,07	5,45	26,86	176,00	0,08	7,74	0,04	156,42	176,40	32,22	0,79
Котлета рыбная	№388	1/100	11,30	2,70	8,90	106,00	0,07	0,38	0,06	25,90	123,90	22,60	0,81
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Компот из груш	№631	1/200	0,12	0,09	24,84	96,00	0,01	0,32	0,00	6,27	3,83	3,13	0,36
Итого за прием			21,54	28,94	95,22	728,58	0,75	29,31	0,49	248,44	401,63	97,78	3,92
Итого за день			49,08	56,32	166,17	1374,93	1,11	35,47	0,61	325,95	731,25	163,08	10,14

День 9: четверг
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Помидор свежий порционно		1/100	1,08	0,20	3,72	14,00	0,10	10,83	0,00	14,00	26,00	20,00	1,47
Макаронные изделия отварные	№332, 516	1/180	6,56	4,74	40,03	233,00	0,06	0,00	0,12	43,80	70,44	14,40	0,54
Котлета рубленая из филе птицы	№499	1/100	22,40	5,21	13,06	190,00	0,09	0,40	0,09	23,75	215,00	22,50	2,34
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Чай с лимоном и с сахаром	№684, 686	1/200/15/7	0,24	0,05	13,85	55,00	0,06	1,22	0,00	14,40	17,20	9,20	0,14
Итого за прием			32,42	10,44	84,09	558,0	0,34	12,45	0,21	113,55	348,14	78,9	5,45
Обед													
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	1/100	1,23	9,96	7,10	124,00	1,10	9,21	0,10	13,97	67,00	138,00	0,83
Суп картофельный с фасолью	№139	1/250	5,58	4,12	17,81	132,50	0,27	6,18	0,00	40,00	397,50	90,00	1,04
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	1/200	4,78	7,07	48,14	280,00	0,02	4,35	0,00	3,24	182,80	39,00	0,72
Тефтели 1 вариант	№461	1/100/25	12,55	16,62	14,14	257,00	0,12	2,86	0,00	17,07	357,00	27,31	1,84
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,0	31,60	9,40	0,78
Компот из кураги	№638	1/200	0,98	0,05	23,81	96,00	0,01	0,16	0,20	7,40	34,00	2,60	0,30
Итого за прием			26,44	38,06	117,68	924,3	1,56	22,76	0,30	88,68	1069,9	306,31	35,21
Итого за день			58,86	48,5	201,77	1482,3	1,9	35,21	0,51	202,23	1418,04	385,21	40,66

День 10: пятница
 Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004года	Масса порции, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Завтрак													
Огурец свежий порционный		1/100	0,78	0,10	2,45	14,00	0,03	19,60	0,00	23,00	42,00	14,00	0,98
Капуста тушеная	№214	1/180	4,72	5,74	13,09	123,30	0,10	22,56	0,72	110,70	89,10	45,72	0,77
Сосиска отварная	№413	1/100	9,78	17,69	0,73	201,25	0,04	0,00	0,00	22,29	112,29	13,71	1,94
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,08	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
Кофейный напиток	№692	1/200	2,49	1,66	2,30	104,00	0,04	0,13	0,90	125,60	74,40	20,00	0,23
Итого за прием			19,91	25,43	32,0	508,55	0,24	42,29	1,62	199,19	337,29	106,23	4,88
Обед													
Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом	№37	1/100	3,10	12,60	3,20	67,00	0,07	16,30	1,10	42,30	53,00	22,60	1,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№110	1/250/10	1,72	3,54	12,00	90,00	0,00	3,11	0,23	41,75	58,25	17,50	0,42
Запеканка картофельная с мясом (с маслом сливочным)	№487	1/200/5	15,46	21,08	31,45	381,00	0,13	7,53	0,75	16,80	163,80	440,00	1,68
Хлеб пшеничный		1/30	2,14	0,24	13,43	66,00	0,03	0,00	0,00	17,60	19,50	12,80	0,96
Хлеб ржаной		1/20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,04	0,00	0,00	7,0	31,60	9,40	0,78
Компот из яблок	№631	1/200	0,27	0,15	22,06	90,00	0,01	1,94	0,00	11,08	6,56	5,08	0,44
Итого за прием			21,87	37,61	75,39	662,8	0,25	28,88	2,08	118,93	313,21	494,58	4,32
Итого за день			41,78	63,04	107,39	1171,35	0,49	71,17	3,7	418,12	650,5	600,81	9,2