

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ №

Иванова Т. А.
подпись _____
расшифровка _____
"25 августа" 2025 год



"СВЕРЖДАЮ"

Директор АО "Комбинат питания г. Дзержинска"

Кузнецов О.В.

"25"

августа

2025 год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г. Дзержинска

№ 3, 9, 16, 18, 29, 33, 34, 40, 70, 71

с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по адаптированной программе
на 2025-2026 учебный год
(возраст 12-18 лет)

Меню разработано на основе Сборника
рецептур для общеобразовательных школ 2017г.
Сборник технологических нормативов по
производству мучных кондитерских и
булочных изделий 1999г.
Сборник химический состав блюд и
кулинарных изделий 1994г.
Сборник методических рекомендаций по организации
питания детей и подростков в учреждениях
образования Самарской области 2013 г.

ЗАВТРАК																				
№ п/п	Наименование блюда	Выход	Витамины						Минеральные вещества						Витамины					
			Витамины			Минеральные вещества			Витамины			Минеральные вещества			Витамины			Минеральные вещества		
			Вит. А	Вит. В1	Вит. С	Вит. Е	Вит. А	Вит. В1	Вит. С	Вит. Е	Вит. А	Вит. В1	Вит. С	Вит. Е	Вит. А	Вит. В1	Вит. С	Вит. Е		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Итого за завтрак																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	4,00	0,80	28,50	12,90	84,00	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	2,90	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№271/17	Котлеты домашние с соусом	75/25	15	11,8	19,8	286	25	34	126	1,7	0,13	0,7	0,03	3,6	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№338/17	Фрукт свежий	140	0,81	27,30	128,70	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за завтрак																				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№73/17	Квас кабачковый д/т	60	0,54	2,90	4,40	46,00	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№469/13	Макароны отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,20	0,00	0,03	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№402/13	Тефтели в соусе	75/50	16,10	8,30	13,00	195,00	10,00	12,50	96,30	1,25	0,05	1,25	0,00	0,03	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№165/13	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	10/250	10,60	12,10	18,60	173,00	50,00	38,00	139,00	1,90	0,16	6,00	0,21	0,30	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00	0,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным	200/10	6,50	17,10	33,80	315,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№308/13	Омлет с сыром	70	8,50	10,80	1,20	157,65	42,00	7,00	91,00	1,00	0,03	0,10	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Батончик злаковый с витаминами	25	1,25	1,25	16,00	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАВТРАК ПОСЛЕ УЖИНА																				
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ																				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Итого за ужин																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за ужин																				
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	151,70	1064,70	28,00	21,15	13,20	34,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за обед																				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,																	

№153/13	Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	10/250/10	8,50	9,20	17,20	187,00	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20
№420/13	Запеканка картофельная с мясом	200	16,80	16,70	36,10	355,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00
№71/17	Овощи свежие д/г	30	0,30	0,03	0,84	4,50	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№ 349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	800	33,10	27,20	131,84	911,50	147,50	138,75	508,30	11,00	0,64	40,12	3,33	6,95
ПОЛДНИК														
ТТК	Рогалик с вареным сгущенным молоком	100	6,60	11,20	41,10	212,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№346/17	Напиток цитрусовый	200	0,50	0,10	28,00	115,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	7,10	11,30	69,10	327,00	19,20	13,00	46,80	1,48	0,06	6,20	0,01	0,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1800	75,21	70,30	352,64	2303,20	408,10	407,10	1136,00	23,04	1,45	93,12	3,42	12,47
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E
ЗАВТРАК	СРЕДА		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
№2/13	Сыр твердый	35	8,58	9,80	0,00	122,50	164,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
ТТК	Каша пшенная с тыквой, с маслом сливочным	200/5	5,40	10,40	28,80	237,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38
№575/13	Чай с шиповником	200	0,30	0,05	17,40	67,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
	Итого за завтрак	720	21,38	21,35	107,80	735,50	363,60	94,35	434,90	8,16	0,42	205,30	0,30	1,72
ОБЕД														
№83/17	Борщ с картофелем, с пыленком, со сметаной	15/250/10	10,30	15,10	12,10	187,00	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
№342/13	Котлеты рыбные	100	11,30	9,60	9,80	185,00	49,00	19,82	182,40	1,60	0,13	0,00	0,07	4,20
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20
№71/17	Овощи свежие д/г	30	0,30	0,03	0,84	4,50	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№ 349/17	Компот из кураги	200	1,00	0,10	34,20	142,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	875	32,80	31,41	122,94	911,50	233,20	130,57	477,70	7,30	0,61	18,12	0,33	6,35
ПОЛДНИК														
№611/13	Слоба обыкновенная	100	7,50	4,13	60,00	296,00	13,75	10,00	60,00	0,75	0,14	0,00	0,02	0,88
№585/13	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	113,00	240,00	28,00	190,00	0,00	0,08	2,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	13,30	10,53	68,00	409,00	253,75	38,00	250,00	0,75	0,22	2,00	0,02	0,88
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1895	67,48	63,29	298,74	2056	850,55	262,92	1162,6	16,21	1,25	225,42	0,65	8,95
			Пищевые				Минеральные				Витамины			

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Вещества						Вещества					
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	BI	C	A	E
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК														
КОМПЛЕКТ ИЗДЕЛИЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА														
№294/17	Виточки рубленные из птицы	100	14,98	23,57	15,50	299,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83
№469/13	Спагети отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,52
Итого за завтрак														
		610	34,64	39,04	148,45	1062,00	213,70	87,85	369,10	5,09	0,50	2,00	76,03	2,57
Итого за обед														
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,14	0,00	0,00	0,52
Итого за обед														
		865	38,20	29,98	148,30	1024,00	132,40	113,15	467,50	10,32	0,44	17,00	15,38	8,18
ПОЛДНИК														
№604/13	Булочка домашняя	100	6,70	12,60	55,40	362,00	2,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
Итого за полдник														
		300	8,10	12,80	81,80	482,00	16,00	17,00	72,00	3,50	0,14	4,00	0,09	1,10
Итого за день														
		1775	80,94	81,82	378,55	2568	362,1	218	908,6	18,91	1,083	23	91,5	11,85
Витаминны														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														
Вещества														

№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,42
	Итого за обед	882,5	38,89	27,94	125,51	920,60	134,40	96,75	379,50	8,42	1,24	18,70	15,28	3,38
ПОЛДНИК														
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	7,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
№538/13	Напиток из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
	Итого за полдник	300	12,34	7,34	66,57	373,70	73,67	18,67	121,34	1,67	0,13	2,00	0,04	1,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1822,5	76,88	55,72	313,64	1984,80	534,77	203,17	987,54	14,83	1,80	58,73	15,50	6,52
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ														
ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК														
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
№2/13	Сыр твердый	25	6,13	7,00	0,00	87,50	164,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
№272/13	Капа молочная рисовая, с маслом сливочным	200/10	6,00	11,20	39,70	283,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
	Итого за завтрак	715	22,39	21,97	117,25	780,50	464,40	100,25	503,90	6,85	0,40	6,56	20,15	2,22
ОБЕД														
№154/13	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	25/250	8,10	12,16	19,20	182,00	33,50	37,00	160,00	1,50	0,18	12,00	0,21	0,50
№412/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55
№469/13	Макароны отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
ТТК	Капуста квашеная д/г	80	0,96	0,08	2,40	18,40	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	950	33,58	36,67	145,29	1049,40	228,10	132,37	496,70	7,43	0,65	16,88	0,27	54,75
ПОЛДНИК														
№604/13	Булочка домашняя	100	6,70	12,60	55,40	362,00	2,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
	Итого за полдник	300	8,10	12,80	81,80	482,00	16,00	17,00	72,00	3,50	0,14	4,00	0,09	1,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1965	64,07	71,44	344,34	2311,90	708,50	249,62	1072,60	17,78	1,19	27,44	20,51	58,07
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК ВТОРНИК														

№338/17	Фрукт свежий	150	0.81	0.80	27.30	128.70	35.00	11.00	17.00	0.10	0.06	38.00	0.00	0.20
№268/17	Шницель мясной с соусом	75/25	12,20	14,90	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	3,60
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,60	46,40	294,00	16,80	162,00	242,00	5,40	0,25	0,00	0,04	0,70
№591/13	Отвар из шиповника	200	0,85	0,00	23,32	99,14	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,42
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
Итого за завтрак		710	30,16	24,40	148,82	981,84	120,40	234,35	517,90	10,86	0,67	238,00	0,20	5,44
ОБЕД														
№164/13	Суп картофельный с рисом, с мясом	10/250	9,40	10,70	19,60	193,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,10	8,00	0,20	0,30
№372/13	Мясо, тушенное с капустой	200	19,80	7,60	16,20	212,30	174,00	17,00	132,00	2,40	0,09	5,10	0,00	1,40
№71/17	Овощи свежие д/г	80	0,80	0,00	4,90	12,00	9,20	0,00	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
Итого за обед		830	37,00	19,68	114,30	784,30	258,80	82,35	339,50	7,10	0,48	16,50	0,20	3,14
ПОЛДНИК														
ТТК	Потлик с вареным густым молоком	100	6,60	11,20	41,10	212,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№575/13	Чай с лимоном	200/15	0,30	0,11	14,70	63,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
Итого за полдник		315	6,90	11,31	55,80	275,00	19,20	13,00	46,80	1,48	0,06	6,20	0,01	0,08
Итого за день:		1855	74,06	55,39	318,92	2041,14	398,40	329,70	904,20	19,44	1,21	260,70	0,41	8,66
		Витаминные												
		Минеральные												
		Вещества												
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Вещества					Вещества					А	Е
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	BI	C		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак	Средняя													
№420/10	Йогурт	110	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00
№209/17	Ябло вареное	60	7,80	7,20	0,60	98,40	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00
№178/13	Суп молочный с макаронными изделиями (звездочки)	250	5,70	4,90	21,70	155,00	149,00	19,00	124,00	1,50	0,08	1,00	0,02	0,30
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,42
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
Итого за завтрак		700	25,40	17,70	104,70	703,80	558,60	82,65	506,70	5,96	0,46	9,70	120,03	105,24
ОБЕД														
№145/13	Пи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	10/250/10	6,80	8,00	8,30	164,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20
№71/17	Овощи свежие д/г	30	0,30	0,03	0,84	4,50	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,00	0,00	0,42
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,52
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
№178/13	Суп молочный с макаронными изделиями (звездочки)	250	5,70	4,90	21,70	155,00	149,00	19,00	124,00	1,50	0,08	1,00	0,02	0,30
№209/17	Ябло вареное	60	7,80	7,20	0,60	98,40	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00
№420/10	Йогурт	110	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00
Завтрак	Средняя													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак	Средняя													
№420/10	Йогурт	110	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00
№209/17	Ябло вареное	60	7,80	7,20	0,60	98,40	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00
№178/13	Суп молочный с макаронными изделиями (звездочки)	250	5,70	4,90	21,70	155,00	149,00	19,00	124,00	1,50	0,08	1,00	0,02	0,30
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
Итого за завтрак		700	25,40	17,70	104,70	703,80	558,60	82,65	506,70	5,96	0,46	9,70	120,03	105,24

	Итого за обед	870	29,60	21,60	112,64	806,50	220,20	142,75	495,30	7,20	0,67	42,12	0,28	6,35
ПОЛДНИК														
№611/13	Сдоба обыкновенная	100	7,50	4,13	60,00	296,00	13,75	10,00	60,00	0,75	0,14	0,00	0,02	0,88
№585/13	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	113,00	240,00	28,00	190,00	0,00	0,08	2,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	13,30	10,53	68,00	409,00	253,75	38,00	250,00	0,75	0,22	2,00	0,02	0,88
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1870	68,30	55,44	285,34	1919,30	1032,55	263,40	1252,00	13,91	1,35	53,82	120,33	112,47
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00
ЗАВТРАК ЧЕТВЕРГ														
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	3,80	5,90	38,00	208,50	14,50	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№432/13	Голень куриная отварная	100	21,80	12,20	0,80	200,00	58,00	34,00	216,00	2,00	0,08	18,00	0,12	0,40
№460/14	Рис отварной с овощами	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
	Итого за завтрак	610	40,66	27,27	133,15	953,5	253,9	123,45	495,9	5,49	0,44	20,5	20,62	4,54
ОБЕД														
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с цыпленком	25/250	8,40	8,90	20,00	196,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44
ТТК	Ёжики домашние	100	19,00	20,80	13,60	318,00	18,00	24,00	164,00	2,00	0,08	4,00	0,00	6,00
№492/13	Рагу овощное	180	4,20	8,00	13,80	143,00	53,00	29,00	101,00	1,20	0,68	11,00	0,96	0,80
№71/17	Овощи свежие д/г	100	0,80	0,10	3,80	15,00	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	945	40,60	39,18	123,30	1044,00	180,40	122,75	469,50	9,52	1,12	30,70	16,14	10,68
ПОЛДНИК														
	Мармелад фруктово-ягодный	30	0,18	0,00	24,30	97,80	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,16	0,00
№633/13	Булочка с сыром	100	6,90	12,10	54,00	368,80	24,00	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14
№575/13	Чай с лимоном	200/5	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	335	7,33	12,20	92,40	528,60	45,00	21,30	74,30	2,80	0,11	11,30	0,18	0,14
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1890	88,59	78,65	348,85	2526,10	479,30	267,50	1039,70	17,81	1,67	62,50	36,94	15,36
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00
ЗАВТРАК ПЯТНИЦА														
№338/17	Фрукт свежий	190	0,28	0,72	30,46	114,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20

ТТК	Запеканка из творога с яблоками, со ступеным молоком	150/20	18,00	13,78	13,90	233,80	237,00	41,00	361,00	2,00	0,10	0,00	0,18	1,00
ТТК	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроутириентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,42
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ОБЕД	Итого за завтрак	640	27,28	18,10	110,56	703,80	436,60	100,35	573,90	5,46	0,47	46,10	0,19	2,14
	Борш из свежей капусты, с картофелем, маслом и сметаной	15/250/10	8,32	11,46	12,10	167,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
ТТК	№136/13	75/25	12,80	16,80	12,90	227,00	52,00	25,00	117,00	2,00	0,07	10,00	0,09	4,50
ТТК	Тефтели куриные с соусом													
№469/13	Макароны отварные	180	6,30	12,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
№71/17	Овощи свежие л/г	60	0,50	0,00	1,70	9,00	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроутириентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	905	34,92	42,34	134,00	1009,20	174,80	100,95	330,50	7,70	0,47	24,40	0,34	6,94
ПОЛДНИК														
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	8,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
ТТК	Напиток из свежемороженых яблок	200	0,20	0,10	26,70	115,00	8,00	4,00	6,00	0,60	0,02	20,00	0,00	0,20
	Итого за полдник	300	12,34	8,24	65,37	373,70	74,67	18,67	123,34	1,27	0,14	20,00	0,04	1,00
	Итого за день:	1845	74,54	68,68	309,93	2086,70	686,07	219,97	1027,74	14,43	1,08	90,50	0,57	10,08
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	18552,50	744,65	683,93	3288,80	22228,39	5976,44	2637,18	10409,88	173,48	13,22	920,58	310,40	253,88
	В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:	1855,25	74,47	68,39	328,88	2222,84	597,64	263,72	1040,99	17,35	1,32	92,06	31,04	25,39

ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ
по цикличному меню с 01.09.2025г.

по циклическому меню с 01.09.2025г.															
Наименование группы продуктов	ед. изм.	Рекомендуемое количество продуктов(нетто) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 60%	Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека										В среднем за 10 дней	В среднем за 1 день	Отклоне- ние от нормы в % (+/-)
			12-18 лет ОВЗ (10 дн)												
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Мясо	гр	46,8	63,5	139	0	74	20	57	138	16	49	24	580,5	58,1	124,0
Птица	гр	31,8	0	0	15	99	64	0	0	0	125	50	353,0	35,3	111,0
Рыба	гр	46,2	0	0	86	0	0	25	0	81	0	0	192,0	19,2	41,6
Яйно	гр	24	50	12	14	12	14	60	12	74	12	14	274,0	27,4	114,2
Молоко	гр	210	166	100	102	150	66	152	0	265	0	60	1061,0	106,1	50,5
Кисломолочные продукты	гр	108	0	0	200	0	0	0	0	310	0	0	510,0	51,0	47,2
Творог	гр	36	0	0	0	0	146	0	0	0	0	146	292,0	29,2	81,1
Сметана	гр	6	0	10	10	0	16	0	0	10	0	16	62,0	6,2	103,3
Сыр	гр	9	10	0	35	0	0	25	0	20	10	0	100,0	10,0	111,1
Масло сливочное	гр	21	22	14	26	18	14	26	16	18	20	16	190,0	19,0	90,5
Масло растительное	гр	10,8	10	12	10	11	10	12	7	10	12	7	101,0	10,1	93,5
Макаронные изделия	гр	12	61	0	0	68	61	61	0	20	15	61	166,0	16,6	138,3
Крупы, бобовые	гр	30	36	73	44	51	0	44	73	0	38	0	359,0	35,9	119,7
Сахар	гр	21	21	24	21	16	23	21	20	21	21	21	209,0	20,9	99,5
Кондитерские и выпеч- ные изделия	гр	9	25	0	0	50	0	0	0	0	50	0	125,0	12,5	138,9
Картофель	гр	112,2	75	210	247	70	67	75	75	235	195	75	1324,0	132,4	118,0
Овощи	гр	192	116	112	152	148	165	153	320	187	151	148	1652,0	165,2	86,0
Сухофрукты	гр	12	0	20	24	0	0	20	20	20	0	4	108,0	10,8	90,0
Чай	гр	1,2	2	0	1	0	2	0	2	0	3	1	11,0	1,1	91,7
Кофейный напиток, какао	гр	1,8	2	6	0	2	0	2	0	6	0	0	18,0	1,8	100,0
Фрукты	гр	111	6	161	0	31	225	0	214	0	6	253	896,0	89,6	80,7
Сок	гр	120	200	0	0	200	200	400	0	0	200	0	1200,0	120,0	100,0
Соль	гр	1,8	1,8	2	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	18,2	1,8	101,1
Мука	гр	12	30	28	30	28	28	28	28	30	30	28	189,0	18,9	157,5
Хлеб ржаной	гр	72	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	700,0	70,0	97,2
Хлеб пшеничный	гр	120	115	112	120	118	116	116	108	120	108	125	1158,0	115,8	96,5