

"Согласовано"

Директор

МАОУ СОШ №56

Коломиец А.В.

23 августа 2024 г

"Утверждено"

ИП Малиссон С.В.

24 августа 2024 г



Примерный четырехнедельный рацион (20 дней) питания
для учащихся с диагнозом сахарный диабет г. Калининграда

2024-2025 гг.

Возрастная категория 7-11 лет и старше



По рекомендациям СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюд

№ рецептуры

Выход, г

Пищевые вещества (г)

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энерг.
ценность, ккал

01 день понедельник (1 неделя)

Завтрак

1	Каша овсяная молочная без сахара 1/200		200	6,510	8,275	23,879	196,031
2	Булочки с маслом (на рж хлебе) с сыром и помидором 1/20/15/15	14 (СР №3)	50	5,310	4,010	11,030	101,450
3	Какао с молоком без сахара 1/200	1755 (СР №382)	200	3,783	2,860	5,603	63,284
Итого:			450	15,603	15,145	40,512	360,765

Обед

1	Салат из моркови с маслом 1/60	1801 (СР № 59)	60	0,718	2,453	4,025	41,045
2	Суп гороховый на бульоне 1/200	1764 (СР № 102)	200	7,358	6,631	15,725	152,012
3	Мясо птицы запеченное в соусе 1/90	1716 (СР № 260)	90	20,922	14,008	2,423	219,451
4	Каша гречневая с маслом 1/150	1680 (СР № 302)	150	6,878	5,119	35,774	216,673
5	Кисель фруктово-ягодный без сахара 1/200	1970 (СР № 359)	200	0,072		21,720	87,168
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого:			730	37,747	28,511	95,266	788,649

Всего:

02 день вторник (1 неделя) 53,350 43,656 135,778 1 149,414

Завтрак

1	Салат из свежей капусты со свежим огурцом 1/30	1752 (СР № 45)	30	0,422	1,227	1,700	19,531
2	Гуляш мясной 1/90	123 (СР № 251 (Б))	90	14,848	16,636	3,295	222,297
3	Каша гречневая с маслом 1/150	1680 (СР № 302)	150	6,878	5,119	35,774	216,673
4	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5	Чай заварной без сахара с лимоном 1/200/5	0280		0,165	0,036	0,191	1,746
Итого:			300	24,112	23,318	56,560	532,546

Обед

1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/60	182 (СР № 19)	60	0,392	4,882	2,002	53,517
2	Суп картофельный на бульоне 1/200	0307		4,626	6,519	10,373	118,668
3	Жаркое по-домашнему с курицей 1/240	1702 (СР № 259)	240	20,999	20,896	35,172	412,746

1	Салат из свежесы с маслом 1/60	1682 (СР № 52)	60	0,828	4,850	4,858	66,396
2	Щи из свежей капусты с картошкой и сметаной на бульоне 1/200	1442 (СР № 88)	200	4,098	6,951	8,281	112,076
3	Котлета мясная запеченная в соусе 1/90	1772 (СР № 268)	90	10,906	15,222	13,458	234,458
4	Каша перловая с маслом 1/150	1501 (СР № 348)	150	4,726	4,359	37,108	206,565
5	Компот из изюма без сахара 1/200	1501 (СР № 348)	200	0,435	0,090	9,900	42,150
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого:			730	22,793	31,773	89,204	733,945
Всего:				47,822	51,916	157,124	1 287,029

06 день понедельник (2 недели)

Завтрак

1	Каша манная молочная без сахара 1/200			4,650	6,815	19,889	159,491
2	Бутерброд (на рж.хлеб) с маслом и твердым сыром 1/20/5/15	117 (СР № 3)	40	5,270	7,605	10,470	131,405
3	Чай заварной без сахара 1/200	1175 (СР № 376)	200	0,120	0,031	0,041	0,921
4	Фрукты свежие (яблоко) (в) 1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого:			340	10,690	14,751	39,350	332,917

Обед

1	Салат из свежей капусты со свежим огурцом 1/60	1752 (СР № 45)	60	0,844	2,454	3,400	39,062
2	Свекольник со сметаной на бульоне 1/200	1440 (СР № 81)	200	3,858	6,943	10,377	119,428
3	Плов перловый с мясом 1/250			22,523	26,687	50,552	532,479
4	Кисель фруктово-ягодный без сахара 1/200	1970 (СР № 359)	200	0,072		21,720	87,168
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого:			490	29,096	36,385	101,648	850,436

Всего:

07 день вторник (2 недели)

Завтрак

1	Огурец свежий 1/30	1600 (СР № 71)	30	0,240	0,033	0,900	4,857
2	Котлета мясная запеченная в соусе 1/80	1772 (СР № 268)	80	10,836	14,915	12,761	228,618
3	Рагу из овощей 1/150	1448 (СР № 143)	150	2,772	7,126	18,881	150,744
4	Какао с молоком без сахара 1/200	1755 (СР № 382)	200	3,783	2,860	5,603	63,284
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	-/-	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:			500	20,031	25,333	58,945	543,903

Обед

1	Салат из моркови с маслом 1/60	1801 (СР № 59)	60	0,718	2,453	4,025	41,045
2	Щи из свежей капусты с картошкой и сметаной на бульоне 1/200	1442 (СР № 88)	200	4,098	6,951	8,281	112,076
3	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	1750 (СР № 294)	90	12,088	12,399	12,905	211,569
4	Каша гречневая с маслом 1/150	1680 (СР № 302)	150	6,878	5,119	35,774	216,673
5	Компот из ягод з/м без сахара 1/200	1225 (СР № 342)	200	0,160	0,060	1,920	8,860
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого:			730	25,741	27,282	78,504	662,522

Всего:

08 день среда (2 недели)

Завтрак

				45,772	52,616	137,449	1 206,425
--	--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------

Пудинг творожный с изюмом со сметанным соусом без сахара									
1	1/150/50	0922 (СР №222)	200	22,472	20,323	42,889	444,347		
2	Фрукты свежие (яблоко) (V)/1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100		
3	Чай заварной без сахара с лимоном 1/200/5	0280		0,165	0,036	0,191	1,746		
4	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300		
<i>Итого:</i>									
			330	25,087	20,958	67,631	559,493		

Обед									
1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/60	182 (СР № 19)	60	0,392	4,882	2,002	53,517		
Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне									
2	1/200	1439 (СР № 82)	200	4,066	6,943	10,813	122,004		
3	Жаркое по-домашнему с мясом 1/240	1728 (СР № 259)	240	19,943	25,732	35,892	454,931		
4	Компот из яблок без сахара 1/200	1190 (СР № 342)	200	0,080	0,080	1,960	8,880		
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300		
<i>Итого:</i>									
			730	26,281	37,938	66,267	711,632		
Всего:				51,368	58,896	133,898	1 271,125		

09 день четверг (2 недели)									
Завтрак									
1	Салат из свежей капусты с огурцами и помидорами 1/30	1756 (СР № 45)	30	0,398	1,231	1,697	19,461		
2	Гуляш из курицы 1/90	1716 (СР № 260)	90	15,827	12,095	2,619	182,639		
3	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300		
4	Кофейный напиток с молоком без сахара 1/200	1716 (Р № 379)	200	1,830	1,524	6,380	46,556		
5	Каша перловая с маслом 1/150		150	4,726	4,359	37,108	206,565		
<i>Итого:</i>									
			500	24,581	19,509	63,404	527,521		

Обед									
1	Салат из свежих овощей с морковью 1/60	87 (СР №49)	60	0,649	3,664	3,651	50,178		
2	Суп гороховый на бульоне 1/200	1764 (СР № 102)	200	7,358	6,631	15,725	152,012		
3	Рыба припущенная с овощами 1/90	1112 (СР № 227)	90	19,798	1,002	22,692	178,978		
4	Чай заварной с шиповником без сахара 1/200	1666 (СР № 376)	200	0,240	0,020	16,428	66,854		
5	Картофельное пюре с маслом 1/150	1720 (СР № 312)	150	3,404	4,904	22,940	149,511		
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300		
<i>Итого:</i>									
			730	33,248	16,522	97,036	669,833		
Всего:				57,829	36,031	160,439	1 197,353		

10 день пятница (2 недели)									
Завтрак									
1	Горошек зеленый припущенный с маслом 1/30	2298 (СР № 306)	30	1,993	1,174	5,076	38,837		
2	Омлет 1/150	1706 (СР № 210)	150	12,195	15,483	1,829	195,441		
3	Фрукты свежие (яблоко) (V)/1/150	-/-	150	0,975	0,450	13,425	61,650		
4	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300		
5	Чай заварной без сахара с лимоном 1/200/5	0280		0,165	0,036	0,191	1,746		
<i>Итого:</i>									
			360	17,128	17,442	36,121	369,974		

Обед									
1	Салат из свежей капусты с кукурузой 1/60	1819 (СР № 45)	60	0,973	2,441	4,483	43,788		
2	Суп картофельный на бульоне 1/200	0307		4,626	6,519	10,373	118,668		
3	Плов с курицей 1/230	1443 (СР № 291)	230	20,958	19,929	53,671	477,874		
4	Компот из изюма без сахара 1/200	1501 (СР № 348)	200	0,435	0,090	9,900	42,150		

5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого:			520	28,792	29,279	94,026	754,780
11 день понедельник (3 недели)				45,920	46,721	130,147	1 124,754

Завтрак

1	Каша гречневая молочная без сахара 1/200		200	7,810	7,475	31,279	223,631
2	Фрукты свежие (яблоко) (У)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
3	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
4	Какао с молоком без сахара 1/200	1755 (СР № 382)	200	3,783	2,860	5,603	63,284
Итого:			530	14,043	10,935	61,432	400,315

Обед

1	Салат из свежих помидоров с маслом 1/60	181 (СР № 23)	60	0,331	4,906	2,318	54,749
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200		1442 (СР № 88)	200	4,098	6,951	8,281	112,076
3	Булгур с курицей 1/240	1423 (СР № 291)	240	25,162	21,131	54,660	509,471
4	Кисель фруктово-ягодный без сахара 1/200	1970 (СР № 359)	200	0,072	0,072	21,720	87,168
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого:			750	32,663	33,488	112,980	883,963

Всего:

12 день вторник (3 недели)				46,706	44,423	174,412	1 284,278
-----------------------------------	--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------

Завтрак

1	Овощи тушеные с мясом птицы 1/200	1823 (СР № 289)	200	16,516	16,635	23,689	310,529
2	Фрукты свежие (яблоко) (У)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
3	Чай заварной без сахара 1/200	1175 (СР № 376)	200	0,120	0,031	0,041	0,921
4	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого:			530	19,086	17,265	48,280	424,850

Обед

1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/60	182 (СР № 19)	60	0,392	4,882	2,002	53,517
2	Рассолыник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	1438 (СР № 96)	200	4,418	7,039	13,291	134,188
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	1766 (СР №234)	90	10,432	9,395	20,311	207,525
4	Картофельное пюре с маслом 1/150	1720 (СР № 312)	150	3,404	4,904	22,940	149,511
5	Компот из ягод з/м без сахара 1/200	1225 (СР № 342)	200	0,160	0,060	1,920	8,860
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого:			750	21,806	26,780	86,464	674,101

Всего:

13 день среда (3 недели)				40,892	44,045	134,744	1 098,951
---------------------------------	--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------

Завтрак

1	Салат из сырых овощей 1/30	1817 (СР № 29)	30	0,471	1,827	2,285	27,470
2	Гуляш мясной 1/90	123 (СР № 251 (Б))	90	14,848	16,636	3,295	222,297
3	Каша гречневая с маслом 1/150	1680 (СР № 302)	150	6,878	5,119	35,774	216,673
4	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5	Чай заварной с лимоном без сахара 1/200/5	404 (СР №377)	205	0,165	0,036	0,191	1,746
Итого:			505	24,162	23,918	57,145	540,486

Обед

1	Салат из моркови с маслом 1/60	1801 (СР № 59)	60	0,718	2,453	4,025	41,045
2	Свекольник со сметаной на бульоне 1/200	1440 (СР № 81)	200	3,858	6,943	10,377	119,428
3	Голубцы ленивые из курицы со сметанным соусом 2/100/50	0998 (СР № 287)	250	26,670	30,515	24,387	478,861
4	Компот из яблок без сахара 1/200	1190 (СР № 342)	200	0,080	0,080	1,960	8,880
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200

Итого:

760

34,325

40,491

66,748

768,714

14 день четверг (3 недели)

58,487

64,409

123,893

1 309,200

Завтрак

1	Запеканка творожная без сахара со сметаной 1/150/50	1611 (СР №223)	220	30,466	26,535	35,890	504,239
2	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
3	Фрукты свежие (яблоко) (в)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
4	Кофейный напиток с молоком без сахара 1/200	1716 (Р № 379)	200	1,830	1,524	6,380	46,556

Итого:

550

34,746

28,659

66,820

664,195

Обед

1	Салат из свежих овощей с морковью 1/60	87 (СР №49)	60	0,649	3,664	3,651	50,178
2	Уха 1/200	1724 (СР № 106)	200	7,003	4,659	22,764	160,998
3	Плов перловый с мясом 1/250	-/-	-/-	22,523	26,687	50,552	532,479
4	Чай заварной с шиповником без сахара 1/200	1666 (СР № 376)	200	0,240	0,020	16,428	66,854
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200

Итого:

510

33,415

35,531

119,394

931,009

15 день пятница (3 недели)

68,160

64,190

186,214

1 595,204

Завтрак

1	Омлет с сыром 1/200	1425 (СР № 213)	200	20,319	28,028	2,243	342,505
2	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	-/-	40	2,400	0,400	20,800	96,400
3	Масло сливочное порционное 1/10	22 (СР № 14)	10	0,100	7,250	0,140	66,210
4	Фрукты свежие (яблоко) (в)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
5	Чай заварной без сахара 1/200	1175 (СР № 376)	200	0,120	0,031	0,041	0,921

Итого:

550

23,589

36,009

32,174

547,136

Обед

1	Салат из свежей капусты с огурцами и помидорами 1/60	1756 (СР № 45)	60	0,796	2,463	3,394	38,921
2	Суп картофельный на бульоне 1/200	0307	-/-	4,626	6,519	10,373	118,668
3	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	1750 (СР № 294)	90	12,088	12,399	12,905	211,569
4	Каша гречневая с маслом 1/150	1680 (СР № 302)	150	6,878	5,119	35,774	216,673
5	Компот из изюма без сахара 1/200	1501 (СР № 348)	200	0,435	0,090	9,900	42,150
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200

Итого:

550

27,822

27,090

98,345

748,481

Всего:

51,412

63,099

130,519

1 295,617

16 день понедельник (4 недели)**Завтрак**

1	Каша пшеничная молочная без сахара 1/200		200	6,810	7,675	27,779	207,431
2	Бутерброд (на рж.хлебе) ГОРЯЧИЙ с сыром и помидором 1/20/15/15	14 (СР №3)	50	5,310	4,010	11,030	101,450
3	Фрукты свежие (яблоко) (У)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
4	Кофейный напиток с молоком без сахара 1/200	1716 (Р № 379)	200	1,830	1,524	6,380	46,556
Итого:			550	14,600	13,509	54,139	396,537

Обед

1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/60	182 (СР № 19)	60	0,392	4,882	2,002	53,517
2	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	1439 (СР № 82)	200	4,066	6,943	10,813	122,004
3	Каша гречневая по-купечески 1/240	2515 (СР № 291)	240	24,898	21,623	44,388	471,755
4	Кисель фруктов-ягодный без сахара 1/200	1970 (СР № 359)	200	0,072		21,720	87,168
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого:			750	32,429	33,948	104,923	854,943
Всего:				47,029	47,457	159,062	1 251,480

17 день вторник (4 недели)

Завтрак

1	Огурец свежий 1/30	1600 (СР № 71)	30	0,240	0,033	0,900	4,857
2	Тертая мясная в соусе 1/90	134 (СР № 279)	90	10,727	13,461	11,051	208,257
3	Каша перловая с маслом 1/150		150	4,726	4,359	37,108	206,565
4	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5	Чай заварной без сахара 1/200	1175 (СР № 376)	200	0,120	0,031	0,041	0,921
Итого:			500	17,613	18,183	64,700	492,900

Обед

1	Салат из свежей капусты со свежим огурцом 1/60	1752 (СР № 45)	60	0,844	2,454	3,400	39,062
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	1438 (СР № 96)	200	4,418	7,039	13,291	134,188
3	Рыба припущенная с овощами 1/90	1112 (СР № 227)	90	19,798	1,002	22,692	178,978
4	Рагу из овощей 1/150	1448 (СР № 143)	150	2,772	7,126	18,881	150,744
5	Компот из ягод з/м без сахара 1/200	1225 (СР № 342)	200	0,160	0,060	1,920	8,860
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого:			750	30,992	18,181	86,183	632,331
Всего:				48,604	36,365	150,883	1 125,231

18 день среда (4 недели)

Завтрак

Запеканка творожная с яблоком со сметанным соусом без сахара 1/150/50							
1	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	1636 (СР № 224 В)	200	22,435	19,345	35,305	405,060
2	Фрукты свежие (яблоко) (У)1/100	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
3	Какао с молоком без сахара 1/200	1755 (СР № 382)	200	3,783	2,860	5,603	63,284
Итого:			530	28,668	22,805	65,458	581,744

Обед

1	Салат из моркови с маслом 1/60	1801 (СР № 59)	60	0,718	2,453	4,025	41,045
2	Суп картофельный на бульоне 1/200	0307		4,626	6,519	10,373	118,668

3	Капустя тушеная с мясом 1/240	1513 (СР 256;321)	240	20,019	28,269	26,552	440,699
4	Компот из яблок без сахара 1/200	1190 (СР №342)	200	0,080	0,080	1,960	8,880
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого:			550	28,442	37,821	68,909	729,792

Всего:				57,110	60,625	134,368	1 311,536
---------------	--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------

19 день четверг (4 недели)

Завтрак

1	Плов перловый с мясом птицы 1/200		200	18,899	17,319	39,840	390,829
2	Фрукты свежие (яблоко) (У)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
3	Чай заварной с лимоном без сахара 1/200/5	404 (СР №377)	205	0,165	0,036	0,191	1,746

Итого:

			505	19,714	17,655	48,982	433,675
--	--	--	------------	---------------	---------------	---------------	----------------

Обед

1	Салат из свежкы с маслом 1/60	1682 (СР № 52)	60	0,828	4,850	4,858	66,396
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	1442 (СР № 88)	200	4,098	6,951	8,281	112,076
3	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	1750 (СР № 294)	90	12,088	12,399	12,905	211,569
4	Пюре гороховое 1/150	0579 (СР № 199)	150	16,109	8,348	33,549	273,767
5	Чай заварной с шиповником без сахара 1/180	1666 (СР № 376)	180	0,216	0,018	14,785	60,169
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200

Итого:

			730	36,339	33,068	100,377	844,476
--	--	--	------------	---------------	---------------	----------------	----------------

Всего:

				56,053	50,723	149,359	1 278,151
--	--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------

20 день пятница (4 недели)

Завтрак

1	Кашка яичная молочная с маслом 1/200	3114	200	18,415	21,600	2,923	279,752
2	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
3	Масло сливочное порционное 1/10	22 (СР № 14)	10	0,100	7,250	0,140	66,210
4	Фрукты свежие по сезону (У)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100
5	Чай заварной без сахара 1/180		180	0,108	0,028	0,037	0,829

Итого:

			520	21,073	29,478	27,650	460,191
--	--	--	------------	---------------	---------------	---------------	----------------

Обед

1	Салат из свежей капусты с помидорами 1/60	1171 (СР № 45)	60	0,754	2,477	3,718	40,176
2	Суп картофельный на бульоне 1/200	0307	250	4,626	6,519	10,373	118,668
3	Каша гречневая с мясом 1/250	1789 (СР №С 291)	250	23,735	26,477	46,919	520,909
4	Компот из изюма без сахара 1/200	1501 (СР № 348)	200	0,435	0,090	9,900	42,150
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200

Итого:

			560	32,550	36,063	96,909	842,403
--	--	--	------------	---------------	---------------	---------------	----------------

Всего:

				53,623	65,541	124,559	1 302,594
--	--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------