

Согласовано

Федеральная служба по надзору в
сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Заместитель начальника отдела
санитарного надзора
Е.А. Апсалямова

21.08.2020



Согласовано:
Директор МАОУ гимназия №

Утверждаю:
ИП Ляпко И.Г.



ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
на обеспечение питанием отдельных категорий обучающихся
образовательных учреждений

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход (гр., шт., ед.) | Ккал | Б | Ж | У | Са | Mg | P | Fe | A | B1 | E | C |
|---------------|--|-----------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|---|-------|
| День 1 | | | | | | | | | | | | | | |
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №88 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 71,8 | 1,44 | 3,96 | 6,32 | 39,4 | 17,7 | 39,2 | 0,66 | 0 | 0,04 | 0 | 12,62 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| №297 | Фрикадельки куриные | 80 | 215,44 | 9,97 | 14,89 | 5,89 | 3,42 | 1,14 | 6,4 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №171 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 262,5 | 8,29 | 8,95 | 37,36 | 10,2 | 72,3 | 109 | 2 | 10,2 | 0 | 0 | 0 |
| №330 | Соус сметанный | 30 | 22,23 | 0,42 | 1,49 | 1,76 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | | 822,37 | 27,16 | 31,83 | 99,49 | 114,5 | 170,2 | 389 | 3,74 | 22,7 | 0,05 | 0 | 15,82 |
| День 2 | | | | | | | | | | | | | | |
| №96 | Рассольник ленинградский (с перловой крупой) | 200 | 85,8 | 1,61 | 4,07 | 9,58 | 9,1 | 11,9 | 36,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8,4 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| №269 | Котлета рубленая мясная (особая) | 80 | 217,6 | 11,79 | 14,41 | 9,92 | 5,6 | 8,34 | 69,37 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|--|--------|--------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|------|-----|
| № 305 | Рис припущенный | 150 | 199,95 | 3,63 | 4,39 | 36,66 | 7,9 | 21,4 | 66,5 | 0 | 21,4 | 0 | 0 | 0 |
| № 348 | Соус сметанный с томатом | 30 | 24,03 | 0,52 | 1,49 | 2,1 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 737,78 | 20,59 | 26,5 | 99,72 | 64,12 | 60,73 | 226,7 | 1,08 | 33,9 | 0,01 | 0 | 11,6 | |

День 3

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|-----|-----|
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №119 | Суп с бобовыми | 200 | 441,8 | 6,24 | 38,41 | 12,75 | 19,2 | 19,8 | 54,9 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 5,3 |
| №290 | Птица тушеная в соусе (кур.филе) | 50/50 | 166 | 1,65 | 11,66 | 3,51 | 2,1 | 0,5 | 4 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| № 309 | Макаронные изделия отварные | 150 | 185 | 4,9 | 3,5 | 32 | 17,2 | 13 | 47,6 | 0,6 | 0 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 1026,2 | 19,63 | 54,41 | 96,12 | 88,22 | 111,4 | 330,9 | 2,27 | 0 | 0,11 | 0 | 9,6 | |

День 4

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|------|
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №82 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 83 | 1,44 | 3,93 | 8,74 | 18,2 | 12,8 | 25,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,1 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| № 234 | Котлета рыбная (горбуша) | 80 | 184,72 | 9,51 | 11,15 | 11,62 | 10,62 | 10,74 | 74,05 | 0,11 | 9,37 | 0 | 0 | 0 |
| № 305 | Рис припущенный с кукурузой | 150 | 199,95 | 3,63 | 4,39 | 36,66 | 7,9 | 21,4 | 66,5 | 0 | 21,4 | 0 | 0 | 0 |
| №330 | Соус сметанный | 30 | 22,23 | 0,42 | 1,49 | 1,76 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 740,3 | 22,04 | 23,5 | 106,9 | 98,24 | 124 | 400,6 | 1,08 | 43,27 | 0,01 | 0 | 13,3 | |
| День 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| №99 | Суп из овощей | 200 | 76,2 | 1,27 | 3,99 | 7,31 | 11,8 | 9,9 | 23,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,3 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| № 246 | Гуляш из куриного филе | 50/30 | 151 | 12,24 | 10,28 | 2,31 | 2,1 | 0,5 | 4 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №171 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 262,5 | 8,29 | 8,95 | 37,36 | 10,2 | 72,3 | 109 | 2 | 10,2 | 0 | 0 | 0 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|---|----|---|
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 700,1 | 24,84 | 25,36 | 88,44 | 60,62 | 100,8 | 186,1 | 2,97 | 18,7 | 0,01 | 0 | 12 | |

День 6

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|------|-----|
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №106 | Суп картофельный с рыбными консервами | 200 | 84,8 | 1,74 | 2,22 | 12,31 | 12,4 | 16,9 | 55,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9 |
| №294 | Биточки, рубленые из птицы | 80 | 180,8 | 8,72 | 1,25 | 8,14 | 3,42 | 1,1 | 6,4 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| № 309 | Макаронные изделия отварные | 150 | 185 | 4,9 | 3,5 | 32 | 17,2 | 13 | 47,6 | 0,6 | 0 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| № 348 | Соус сметанный с томатом | 30 | 24,03 | 0,52 | 1,49 | 2,1 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 708,03 | 22,72 | 9,3 | 102,4 | 87,74 | 110,1 | 338,6 | 1,68 | 4 | 0,11 | 0 | 13,8 | |

День 7

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|----|----|---|-----|-----|----|----|-----|---|---|---|---|---|
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
|---------------|--|----|----|---|-----|-----|----|----|-----|---|---|---|---|---|

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|-------|-------|
| №88 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 71,8 | 1,44 | 3,96 | 6,32 | 39,4 | 17,7 | 39,2 | 0,66 | 0 | 0,04 | 0 | 12,62 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| №297 | Фрикадельки куриные | 80 | 215,44 | 9,97 | 14,89 | 5,89 | 3,42 | 1,14 | 6,4 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №171 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 262,5 | 8,29 | 8,95 | 37,36 | 10,2 | 72,3 | 109 | 2 | 10,2 | 0 | 0 | 0 |
| №330 | Соус сметанный | 30 | 22,23 | 0,42 | 1,49 | 1,76 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 822,37 | 27,16 | 31,83 | 99,49 | 114,5 | 170,2 | 389 | 3,74 | 22,7 | 0,05 | 0 | 15,82 | |

День 8

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|---|------|---|-----|
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №119 | Суп с бобовыми | 200 | 441,8 | 6,24 | 38,41 | 12,75 | 19,2 | 19,8 | 54,9 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 5,3 |
| № 291 | Плов из птицы | 200 | 305,33 | 16,94 | 10,46 | 35,73 | 10,1 | 23,5 | 64,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|---|------|
| | | Итого: | 980,53 | 30,02 | 49,71 | 96,34 | 79,02 | 121,4 | 343,9 | 1,57 | 0 | 0,01 | 0 | 10 |
| День 9 | | | | | | | | | | | | | | |
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №82 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 83 | 1,44 | 3,93 | 8,74 | 18,2 | 12,8 | 25,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,1 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| №294 | Биточки, рубленые из птицы | 80 | 180,8 | 8,72 | 1,25 | 8,14 | 3,42 | 1,1 | 6,4 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| № 309 | Макаронные изделия отварные | 150 | 185 | 4,9 | 3,5 | 32 | 17,2 | 13 | 47,6 | 0,6 | 0 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| №330 | Соус сметанный | 30 | 22,23 | 0,42 | 1,49 | 1,76 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Итого: | 721,43 | 22,52 | 12,71 | 98,8 | 100,3 | 106 | 314 | 1,68 | 12,5 | 0,11 | 0 | 14,9 |
| День 10 | | | | | | | | | | | | | | |
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 94,6 | 2,15 | 2,27 | 13,96 | 9 | 11,6 | 30,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7,7 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|---|-----|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|-------|------|---|------|
| ТТК | Котлета рыбная Дружба (минтай, свинина) | 80 | 184,72 | 9,51 | 11,15 | 11,62 | 10,62 | 10,74 | 74,05 | 0,11 | 9,37 | 0 | 0 | 0 |
| № 305 | Рис припущенный с кукурузой | 150 | 199,95 | 3,63 | 4,39 | 36,66 | 7,9 | 21,4 | 66,5 | 0 | 21,4 | 0 | 0 | 0 |
| № 332 | Соус сметанный с луком | 30 | 26,25 | 0,48 | 1,76 | 2,1 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | | 738,92 | 22,61 | 20,41 | 112,2 | 82,24 | 122,8 | 400,8 | 1,08 | 34,77 | 0,01 | 0 | 10,9 |

День 11

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|-----|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|------|-----|------|---|-----|
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №96 | Рассольник ленинградский (с перловой крупой) | 200 | 85,8 | 1,61 | 4,07 | 9,58 | 9,1 | 11,9 | 36,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8,4 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| № 268 | Шницель мясной | 80 | 217,6 | 11,79 | 14,41 | 9,92 | 5,6 | 8,34 | 69,37 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| № 309 | Макаронные изделия отварные | 150 | 185 | 4,9 | 3,5 | 32 | 17,2 | 13 | 47,6 | 0,6 | 0 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| № 348 | Соус сметанный с томатом | 30 | 24,03 | 0,52 | 1,49 | 2,1 | 5 | 1 | 4,9 | 0,1 | 4 | 0 | 0 | 0,5 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|---|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|------|-----|
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 762,83 | 25,86 | 26,01 | 101,8 | 93,42 | 112,3 | 387,8 | 1,68 | 12,5 | 0,11 | 0 | 13,2 | |
| День 12 | | | | | | | | | | | | | | |
| № 70, 71, 136 | Овощи свежие или консервированные, или тушеные | 60 | 40 | 4 | 0,4 | 6,7 | 20 | 60 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| №99 | Суп из овощей | 200 | 76,2 | 1,27 | 3,99 | 7,31 | 11,8 | 9,9 | 23,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,3 |
| | Сметана | 10 | 17 | 0,2 | 1,7 | 0,3 | 6,8 | 0 | 5,1 | 0 | 8,5 | 0 | 0 | 0 |
| № 246 | Гуляш из куриного филе | 50/30 | 151 | 12,24 | 10,28 | 2,31 | 2,1 | 0,5 | 4 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| № 305 | Рис припущенный | 150 | 199,95 | 3,63 | 4,39 | 36,66 | 7,9 | 21,4 | 66,5 | 0 | 21,4 | 0 | 0 | 0 |
| № 342, 348 | Компот из свежих или сушеных плодов и ягод | 200 | 116,6 | 0,32 | 0,08 | 28,2 | 22,16 | 11,85 | 12 | 0,27 | 0 | 0,01 | 0 | 2,7 |
| ТТК | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 40,8 | 1,32 | 0,12 | 8,52 | 3,12 | 2,16 | 12,12 | 0,24 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ТТК | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия | 30 | 36 | 1,2 | 0,24 | 4,44 | 4,44 | 4,08 | 20,28 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 677,55 | 24,18 | 21,2 | 94,44 | 78,32 | 109,9 | 323,6 | 0,97 | 29,9 | 0,01 | 0 | 12 | |