

**Меню приготавливаемых блюд**

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Сыр порциями Cheese	20	5	6		74	365
	*Каша «Дружба» с/м Porridge "Friendship"	200	7	7	27	200	201,01
	Чай с молоком Tea with milk	200	2	1	16	81	387
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		670	18	15	97	601	
<b>обед</b>							
	Винегрет овощной Vegetable vinaigrette	100	1	6	8	95	105
	Суп картофельный с горохом Potato soup with peas	250	10	9	17	169	5
	Гренки Toasts	10	1	1	8	38	421
	Гуляш Goulash	100	15	17	3	221	256
	*Гречка отварная Boiled buckwheat	150	7	6	36	230	231,01
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		840	36	39	114	938	
<b>Итого за день</b>		1 510	54	54	211	1539	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Барни Barney	33	2	5	16	114	427
	Горячий бутерброд с сыром Hot cheese sandwich	50	6	8	15	157	364
	*Каша пшенная с/м Millet porridge	200	8	12	37	285	203,01
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	Кофейный напиток Coffee	200	3	3	16	101	390
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за завтрак</b>		698	20	28	102	729	
<b>обед</b>							
	Салат из свеклы с сыром Beetroot salad with cheese	100	4	13	8	163	107
	Щи из свежей капусты Fresh cabbage soup	250	6	10	8	157	2
	Тефтели куриные с рисом Chicken meatballs with rice	100	9	10	10	157	435
	*Макаронные изделия отварные Boiled pasta	150	5	5	33	191	233,01
	*Компот из сухофруктов Compote	200	1		32	133	391,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		830	27	38	105	871	
<b>Итого за день</b>		1 528	47	66	207	1600	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Сыр порциями Cheese	20	5	6		74	365
	Вафли Waffles	30	1	1	25	105	422
	Омлет натуральный Natural omelet	140	14	24	2	240	351
	Чай с сахаром Tea with sugar	200			14	28	386
	Чай с молоком Tea with milk	200	2	1	16	81	387
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		640	26	33	83	659	
<b>обед</b>							
	Салат «Мясной» Salad "Meat"	100	6	13	9	180	197
	Суп рисовый с говядиной Rice soup with beef	250	6	3	15	113	99
	Рыба жареная Fried fish	100	10	5	4	105	347
	*Пюре картофельное Mashed potatoes	150	3	10	19	182	235,01
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		830	27	31	72	691	
<b>Итого за день</b>		1 470	53	64	155	1350	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Барни Barney	33	2	5	16	114	427
	*Каша овсяная с/ Oatmeal porridge	200	8	13	34	285	205,1
	Какао с молоком Cocoa with milk	200	4	4	18	119	389
	Сок натуральный Natural juice	200	1		20	85	394
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		683	19	23	114	734	
<b>обед</b>							
	Салат из свежих огурцов и помидор Fresh cucumber and	100	1	6	4	74	100
	Суп мясной по-якутски Yakut meat soup	250	9	11	19	205	7
	Плов с говядиной Pilaf with beef	330	11	9	51	320	261
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		910	23	26	116	784	
<b>Итого за день</b>		1 593	42	49	230	1518	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Вафли Waffles	30	1	1	25	105	422
	Вареники с маслом Dumplings with butter	200	16	14	48	376	438
	Чай с сахаром Tea with sugar	200			14	28	386
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за завтрак</b>		<b>645</b>	<b>18</b>	<b>15</b>	<b>105</b>	<b>581</b>	
<b>обед</b>							
	Салат «Картофельный» Potato salad	100	2	6	9	100	104
	Борщ с капустой и картофелем Borscht with cabbage and	250	6	10	12	171	1
	Шницель рубленый Chopped schnitzel	100	17	24	14	344	254
	*Гречка отварная Boiled buckwheat	150	7	6	36	230	231,01
	*Компот из сухофруктов Compote	200	1		32	133	391,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		<b>830</b>	<b>35</b>	<b>46</b>	<b>117</b>	<b>1048</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 475</b>	<b>53</b>	<b>61</b>	<b>222</b>	<b>1629</b>	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 1

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Сыр порциями Cheese	20	5	6		74	365
	Пряники Gingerbreads	30	2	5	20	128	423,01
	*Каша рисовая Rice porridge	200	5	11	33	251	202,02
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	Чай с молоком Tea with milk	200	2	1	16	81	387
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		700	18	24	106	706	
<b>обед</b>							
	Салат «Морковный» Carrot salad	100	1	13	4	86	108
	Суп картофельный с вермишелью Potato soup with	250	3	3	17	105	4
	Оладьи из печени со сметанным соусом Liver pancakes	100	15	11	15	219	299
	*Пюре картофельное Mashed potatoes	150	3	10	19	182	235,01
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		830	24	37	80	703	
<b>Итого за день</b>		1 530	42	61	186	1409	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Масло сливочное порциями Butter	10		8		75	363
	Яйцо вареное Boiled egg	40	5	5		63	352
	*Каша манная с/м Semolina porridge	200	6	11	32	251	200,01
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	Чай с сахаром и лимоном Tea with sugar and lemon	200			15	62	388
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		700	15	25	84	623	
<b>обед</b>							
	Салат из свежих огурцов и помидор Fresh cucumber and	100	1	6	4	74	100
	Щи из свежей капусты Fresh cabbage soup	250	6	10	8	157	2
	Тефтели куриные с рисом Chicken meatballs with rice	100	9	10	10	157	435
	*Макаронные изделия отварные Boiled pasta	150	5	5	33	191	233,01
	*Компот из сухофруктов Compote	200	1		32	133	391,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		830	24	31	101	782	
<b>Итого за день</b>		1 530	39	56	185	1405	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Печенье Biscuits	30	2	5	20	128	423
	Запеканка из творога Cottage cheese casserole	150/50	31	23	36	311	353
	Какао с молоком Cocoa with milk	200	4	4	18	119	389
	Чай с сахаром Tea with sugar	200			14	28	386
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
<b>Итого за завтрак</b>		<b>645</b>	<b>38</b>	<b>32</b>	<b>95</b>	<b>625</b>	
<b>обед</b>							
	Салат «Пикантный с курицей» Salad "Spicy with chicken"	100	14	17	1	219	196
	Суп картофельный с горохом Potato soup with peas	250	10	9	17	169	5
	Гренки Toasts	10	1	1	8	38	421
	***Рыба, припущенная с луком Fish stewed with onions	100	24	8		165	302,03
	*Рис отварной Boiled rice	150	4	5	59	210	232,01
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		<b>840</b>	<b>55</b>	<b>40</b>	<b>110</b>	<b>912</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 485</b>	<b>93</b>	<b>72</b>	<b>205</b>	<b>1537</b>	



Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Пряники Gingerbreads	30	2	5	20	128	423,01
	Вареники с маслом Dumplings with butter	200	16	14	48	376	438
	Сок натуральный Natural juice	200	1		20	85	394
	Чай с сахаром и лимоном Tea with sugar and lemon	200			15	62	388
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		680	23	20	129	782	
<b>обед</b>							
	Салат из зеленого горошка Green pea salad	100	5	17	6	200	199
	Борщ с капустой и картофелем Borscht with cabbage and	250	6	10	12	171	1
	Жаркое по-домашнему Home-style roast	280	14	24	22	350	258
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		860	27	51	82	906	
<b>Итого за день</b>		1 540	50	71	211	1688	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Масло сливочное порциями Butter	10		8		75	363
	Сыр порциями Cheese	20	5	6		74	365
	Барни Barney	30	2	4	14	103	427
	*Каша «Дружба» с/м Porridge "Friendship"	200	7	7	27	200	201,01
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	Чай с молоком Tea with milk	200	2	1	16	81	387
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за завтрак</b>		725	21	27	118	810	
<b>обед</b>							
	*Салат " Яичный " Egg Salad "	100	2	6	9	100	113,01
	Рассольник Ленинградский Leningradsky Rassolnik	250	6	9	12	158	3
	Фрикадельки в сметанном соусе с томатом Meatballs in	70/30	10	12	11	200	300
	Картофель отварной Boiled potatoes	200	4	13	25	241	240
	*Компот из сухофруктов Compote	200	1		32	133	391,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		880	25	40	103	902	
<b>Итого за день</b>		1 605	46	67	221	1712	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Горячий бутерброд с сыром Hot cheese sandwich	50	6	8	15	157	364
	Печенье Biscuits	30	2	5	20	128	423
	Омлет с колбасой Omelet with sausage	200	19	28	4	346	355
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	Кофейный напиток Coffee	200	3	3	16	101	390
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		730	34	45	92	904	
<b>обед</b>							
	Салат «Мясной» Salad "Meat"	100	6	13	9	180	197
	*Уха рыбацкая Fish soup	250	2	10	18	158	8,01
	Куриные окорочка отварные Boiled chicken legs	100	23	26	1	328	450
	*Гречка отварная Boiled buckwheat	150	7	6	36	230	231,01
	Сок натуральный Natural juice	200	1		20	85	394
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		830	41	55	98	1051	
<b>Итого за день</b>		1 560	75	100	190	1955	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 2

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Масло сливочное порциями Butter	10		8		75	363
	Печенье Biscuits	30	2	5	20	128	423
	*Каша манная с/м Semolina porridge	200	6	11	32	251	200,01
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	Чай с молоком Tea with milk	200	2	1	16	81	387
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		690	14	26	122	781	
<b>обед</b>							
	Салат из белокочанной капусты и свежих овощей White	100	2	3	4	52	110
	Суп картофельный с вермишелью Potato soup with	250	3	3	17	105	4
	Рагу из птицы Poultry stew	230	7	12	17	272	258,01
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		810	14	18	63	540	
<b>Итого за день</b>		1 500	28	44	185	1321	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 3

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Сыр порциями Cheese	20	5	6		74	365
	Пряники Gingerbreads	30	2	5	20	128	423,01
	*Каша рисовая Rice porridge	200	5	11	33	251	202,02
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	Чай с молоком Tea with milk	200	2	1	16	81	387
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		700	18	24	106	706	
<b>обед</b>							
	Салат из зеленого горошка Green pea salad	100	5	17	6	200	199
	Суп картофельный с вермишелью Potato soup with	250	3	3	17	105	4
	Мясо тушеное Stew	100	15	15	6	211	260
	Картофель по-домашнему Homemade potatoes	200	4	13	25	241	239
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		880	29	48	79	868	
<b>Итого за день</b>		1 580	47	72	185	1574	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 3

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Сыр порциями Cheese	20	5	6		74	365
	*Каша пшенная с/м Millet porridge	200	8	12	37	285	203,01
	Чай с молоком Tea with milk	200	2	1	16	81	387
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		670	19	20	107	686	
<b>обед</b>							
	Салат " Яичный " Egg Salad "	100	2	6	9	100	113
	Суп рисовый с говядиной Rice soup with beef	250	6	3	15	113	99
	Котлета мясная Meat cutlet	100	16	12	16	229	255
	*Гречка отварная Boiled buckwheat	150	7	6	36	230	231,01
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		830	33	27	118	857	
<b>Итого за день</b>		1 500	52	47	225	1543	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 3

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Печенье Biscuits	30	2	5	20	128	423
	Запеканка из творога Cottage cheese casserole	150/50	31	23	36	311	353
	Какао с молоком Cocoa with milk	200	4	4	18	119	389
	Чай с сахаром Tea with sugar	200			14	28	386
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
<b>Итого за завтрак</b>		<b>645</b>	<b>38</b>	<b>32</b>	<b>95</b>	<b>625</b>	
<b>обед</b>							
	Салат «Пикантный с курицей» Salad "Spicy with chicken"	100	14	17	1	219	196
	Суп картофельный с горохом Potato soup with peas	250	10	9	17	169	5
	Гренки Toasts	10	1	1	8	38	421
	Рыба, запеченная в сметанном соусе Fish baked in sour	100	23	27	6	360	349
	*Рис отварной Boiled rice	150	4	5	59	210	232,01
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		<b>840</b>	<b>54</b>	<b>59</b>	<b>116</b>	<b>1107</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 485</b>	<b>92</b>	<b>91</b>	<b>211</b>	<b>1732</b>	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 3

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Пряники Gingerbreads	30	2	5	20	128	423,01
	*Каша манная с/м Semolina porridge	200	6	11	32	251	200,01
	Сок натуральный Natural juice	200	1		20	85	394
	Чай с сахаром и лимоном Tea with sugar and lemon	200			15	62	388
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		680	13	17	113	657	
<b>обед</b>							
	Салат из зеленого горошка Green pea salad	100	5	17	6	200	199
	Борщ с капустой и картофелем Borscht with cabbage and	250	6	10	12	171	1
	Жаркое по-домашнему Home-style roast	280	14	24	22	350	258
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		860	27	51	82	906	
<b>Итого за день</b>		1 540	40	68	195	1563	



Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 3

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Горячий бутерброд с сыром Hot cheese sandwich	50	6	8	15	157	364
	Барни Barney	33	2	5	16	114	427
	*Каша овсяная с/ Oatmeal porridge	200	8	13	34	285	205,1
	Какао с молоком Cocoa with milk	200	4	4	18	119	389
	Сок натуральный Natural juice	200	1		20	85	394
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		733	25	31	129	891	
<b>обед</b>							
	Салат «Мясной» Salad "Meat"	100	6	13	9	180	197
	Суп мясной по-якутски Yakut meat soup	250	9	11	19	205	7
	Плов с говядиной Pilaf with beef	330	11	9	51	320	261
	*Напиток из плодов Fruit drink	200			28	115	392,01
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		910	28	33	121	890	
<b>Итого за день</b>		1 643	53	64	250	1781	

Рацион: Школа в/б 3(2023-24)

Неделя: 3

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Сыр порциями Cheese	20	5	6		74	365
	Печенье Biscuits	30	2	5	20	128	423
	Омлет с колбасой Omelet with sausage	200	19	28	4	346	355
	*Напиток из ягод Berry drink	200			11	41	393,01
	Кофейный напиток Coffee	200	3	3	16	101	390
	*Батон Baton	50	4	1	26	131	424,01
<b>Итого за завтрак</b>		700	33	43	77	821	
<b>обед</b>							
	Салат «Морковный» Carrot salad	100	1	13	4	86	108
	*Уха рыбацкая Fish soup	250	2	10	18	158	8,01
	Куриные окорочка отварные Boiled chicken legs	100	23	26	1	328	450
	*Гречка отварная Boiled buckwheat	150	7	6	36	230	231,01
	Сок натуральный Natural juice	200	1		20	85	394
	*Хлеб пшеничный Wheat bread	15	1		7	39	425,01
	*Хлеб ржаной Rye bread	15	1		7	31	426,01
<b>Итого за обед</b>		830	36	55	93	957	
<b>Итого за день</b>		1 530	69	98	170	1778	
<b>Итого за период</b>		27 604	975	1205	3644	28634	
<b>Среднее значение за период</b>			54,2	66,9	202,4	1590,8	

Составил \_\_\_\_\_ Зав.производством

Утвердил \_\_\_\_\_