

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАУ «Центр социального питания»

Я.Н.Фадеев

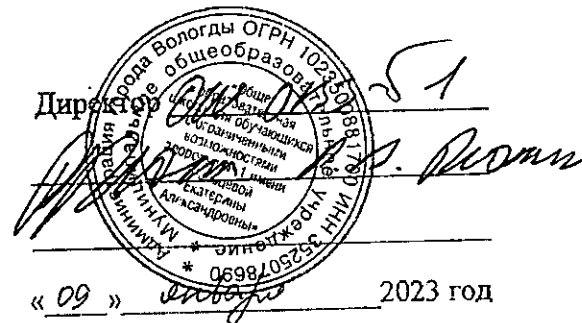
«09» января 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
1-4 КЛАССОВ

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:

Директор



«09» января 2023 год

Примерное 10-дневное меню
для организации питания обучающихся начальных классов
с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)
2022-2023 уч.год, 2 полугодие

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен.	Витамины (мг)					Минеральные вещ. (мг)						
			Б	Ж	У		ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
						4										5	6	7
1	Первая неделя	3																
	Понедельник																	
	Завтрак																	
ГТК	Окорочок цыпленка бройлера (без кости) припущенный	75	18	12,03	0,42	182	0,026	0	0,23	15	29,25	107,3	15	1,35				
600/04	соус сметанный(или молочный, или сметанный с томатом)	25	0,23	0,21	0,72	8	0,006	0,011	10,15	0,071	8,2	6,83	1,59	0,06				
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,1	9,15	34,2	245	0,06	0	0	1,95	12	34,5	7,5	0,75				
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	0	0,1	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86				
12,14/200	Овощи консервированные или свежие	20	0,6	0,1	1,46	12	0,02	1,56	15,2	0	4	12,6	3,8	0,26				
ГОСТ	Хлеб пшеничный, или батон	30	1,74	0,22	10,63	70	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33				
	Итого за завтрак	500	25,87	21,76	62,44	574	0,142	1,671	25,58	17,41	65,6	195,5	42,19	3,61				
	Обед																	
140/04	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,73	2,8	20,45	118	0,15	8,25	0	1,23	15,2	63,55	24,05	0,98				
	и цыпленком отварным	12,5	2,7	1,67	0	26	0	0	2,5	0,02	5	17,92	2,5	0,25				
499/04	Котлета из цыпленка	75	11,4	10,2	10,1	178	0,07	1,32	15,01	0,29	35,11	76,7	22	1,76				
595/04	с соусом молочным	40	0,83	2,1	2,84	33	0,014	0,13	11,53	0	26,36	20,39	3,77	0,08				
463/1996	Каша перловая рассыпчатая	150	4,57	4,34	35,76	192	0,044	0	0	0,59	19,28	154,9	18,99	0,87				
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59	0	2,9	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9				
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93				
338/2011	Фрукты свежие	1шт	0,4	0,4	9,8	47	0,048	12	24	0,48	9,6	33,6	50,4	0,72				
	Итого за обед	864,5	24,87	21,89	106,47	715	0,361	24,6	53,04	2,88	125,4	408,7	134,5	6,49				
	Всего за день	1364,5	50,74	43,65	168,91	1289	0,503	26,27	78,62	20,29	191	604,2	176,6	10,1				

	Вторник														
	Завтрак														
ГТК	Зразы ленивые мясные	70	9	11,33	5,68	159	0,09	2,6	0	0,45	15,62	109	17,02	1,71	
587/04	с соусом томатным	30	0,3	1,51	1,84	22	0,01	1,17	0,01	0	2,11	4,7	2,5	0,11	
508/04	Капша рассыпчатая гречневая	150	4,1	10,8	39,84	232	0,2	0	0	0	14,6	210	140	5,01	
ГТК	Напиток из облепихи	200	0,3	1,35	21,4	94	0,008	50	0,025	0,18	9	8,25	7,75	0,325	
ТУ	Хлеб гречишный	30	1,98	0,34	12,4	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93	
12,14/200	Овощи свежие, или консервированные	20	0,16	0,02	5,02	2,8	0,01	0,78	7,6	0	2	6,3	1,9	0,13	
	Итого за завтрак	500	15,84	25,35	86,18	571,8	0,353	54,55	7,635	0,9	50,13	370,1	176,7	8,215	
	Обед														
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	4,98	8,13	85	0,08	18,48	0	2,38	33,98	47,43	22,2	0,83	
	с цыпленком и сметаной	12,5/5	2,825	2,42	0	34	0	0,025	7,5	2,02	9,5	20,92	3	0,25	
ТТК	Рулет из цыпленка с яйцом и морковью	70	9,67	9,64	5,55	146	0,04	0,1	10	0,2	22	48	13	1,1	
601/04	с соусом сметанным с томатом	40	1,12	4,32	3,12	32	0,016	0,51	13,8	17,4	12,85	13,06	3,36	0,16	
512/04	Рис припущенный	150	3,6	6	37	221	0,03	0	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,53	
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	133	0,02	0,73	0	245,2	32,5	23,44	17,46	0,7	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,17	6,2	31	0,017	0	0	0,14	3,4	15,9	3,75	0,47	
338/2011	Плоды свежие	штг	0,4	0,4	9,8	47	0,026	10		0,2	16	11	9	2,2	
	Итого за обед	842,5	21,065	28,02	101,8	729	0,229	29,85	58,3	268,1	132,8	241,3	90,78	6,24	
	Всего за день	1342,5	36,905	53,37	187,98	1300,8	0,582	84,4	65,94	269	183	611,3	267,5	14,46	
	Среда														
	Завтрак														
499/04	Котлета рубленая из цыпленка	50	7,6	6,8	6,73	119	0,04	0,1	10	0,2	22	48	13	1,1	
601/04	с соусом сметанный с томатом	40	1,12	4,32	3,12	32	0,01	0,4	10,15		8,8	8,7	2,9	0,12	
512/04	Рис припущенный	150	3,6	6	37	221	0,03	0	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,53	
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	0	0,1	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86	
ГОСТ	Хлеб пшеничный, или батон	30	1,74	0,22	10,63	70	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33	
ТУ	Кисло-молочный продукт	200	5,6	6,4	19,4	158	0,07	1,2	20,16	0	300	190	30	0,21	
	Итого за завтрак	670	19,86	23,79	91,89	657	0,18	1,8	67,31	1,19	345,6	342,5	79,21	3,15	

	Обед														
12,14/200	Помидоры и огурцы в нарезку	60	0,27	0,03	1,71	10,5	0,005	2,5	0	0,015	5,75	10,5	3,5	0,15	
110/04	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	4,9	11,75	99	0,05	10,3	0	2,4	34,45	53,03	26,2	1,18	
	с цыпленком и сметаной	12,5/5	2,825	2,42	0	34	0	0,025	7,5	2,02	9,5	20,92	3	0,25	
478/04	Запеканка картофельная с мясом	200	13,5	32,58	42,36	506	0,35	6,83	28,6	94,84	60,64	404,5	151,6	547,1	
587/04	с соусом томатным	30	0,3	1,51	1,84	22	0,01	1,17	0,01	0	2,11	4,7	2,5	0,11	
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0	23,6	94	0,01	100	0	0	7,73	2,13	2,67	0,53	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93	
	Итого за обед	787,5	21,105	41,77	93,56	827,5	0,46	120,8	36,11	99,55	127	527,6	197	550,3	
	Всего за день	1457,5	40,965	65,56	185,45	1484,5	0,64	122,6	103,4	100,7	472,5	870,1	276,2	553,4	
	Четверг														
	Завтрак														
366/04	Запеканка из творога или сырники	130/30	22,66	20,1	21,4	358	0,09	0,33	118,3	-2,08	191,1	272,4	30,64	1,1	
616/2004	с повидлом, или соусом клюквенным		0,015	0,006	3,8	57	0	0,18	0	0	2,09	1,02	0,45	0,9	
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59	0	2,9	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9	
ГТК	Выпечное или кондитерское изделие собственного производства	25	1,52	4,95	10,87	92	0,02	0	27	1,52	4,2	#####	2,05	0,17	
ГОСТ	Хлеб пшеничный или батон	20	1,58	0,2	9,66	47	0,02	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	
338/2011	Плоды свежие	1шт	0,63	0,16	5,9	30	0,026	10	0	0,2	16	11	9	2,2	
	Итого за завтрак	512	26,665	25,466	66,85	643	0,156	13,41	145,3	4,06	226	#####	53,98	5,49	
	Обед														
135/04	Суп из овощей	250	2,28	2,33	11,25	75	0,08	10,63	0	2,43	43,25	188,3	27,5	0,83	
	с цыпленком и сметаной	12,5/5	2,825	2,42	0	34	0	0,025	7,5	2,02	9,5	20,92	3	0,25	
ГТК	Голубцы ленивые из филе цыпленка	85	8,95	7,68	7,87	134	0,043	1,48	0,015	0,002	16,25	123,1	54,74	1,1	
601/04	с соусом сметанным	30	0,27	0,25	1,72	9,6	0,007	0,011	10,2	0,072	8,2	6,82	1,59	10,15	
ГТК	Рис "Солнечный"(с куркумой)	150	3,8	4,4	39,17	201	0,03	0	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,53	
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	133	0,02	0,73	0	245,2	32,5	23,44	17,46	0,7	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	45	2,97	0,5	18,5	94	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93	
338/2011	Плоды свежие	1шт	0,4	0,4	9,8	47	0,052	20		0,4	32	22	18	4,4	
	Итого за обед	877,5	22,155	18,07	120,31	727,6	0,267	32,88	44,72	251	151,1	477,8	148,8	18,89	
	Всего за день	1389,5	48,82	43,536	187,16	1370,6	0,423	46,29	190	255,1	377,2	#####	202,8	24,38	

Пятница															
Завтрак															
333/04	Макароны с сыром	150/15	10	8	36	257	0,09	0	61	0,9	160,9	141,9	45,5	1	
12,14/200	Овощи свежие, или консервированные	30	0,24	0,03	0,78	4,2	0,007	3	0	0,018	6,9	12,6	4,2	0,18	
638/04	Компот из кураги	200	1,04	0,06	30,16	118	0,03	1	0	1	40,48	36,6	26,2	0,86	
ГОСТ	Хлеб пшеничный, или батон	30	1,74	0,22	10,63	70	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33	
338/2011	Фрукты свежие	шт	3	1	42	192	0,08	20	40	0,8	16	56	84	1,2	
Итого за завтрак		625	16,02	9,31	119,57	641,2	0,237	24	101	3,108	231,2	273,2	169,8	3,57	
Обед															
138/04	Суп картофельный с крупой и щипленком отварным	250	1,98	2,72	12,12	86	0,09	8,25	0	2	26,7	55,98	22,78	0,88	
431/04	Печень по-строгановски(соус сметанный с томатом и луком)	50/50	13,26	11,23	3,52	185	0,2	8,45	5782	3,44	33,24	239,3	17,47	5	
508/04	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,1	10,8	39,84	232	0,2	0	0	0	14,6	210	140	5,01	
12,14/200	с овощами свежими	20	0,16	0,02	5,02	2,8	0,008	4	0	0,024	9,2	16,8	5,6	0,24	
638/04	Компот из изюма	200	0,4	0,08	29,85	122	0,03	0	0	5,2	20,32	19,36	8,12	0,45	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	45	2,97	0,5	18,5	94	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93	
Итого за обед		777,5	25,57	27,02	108,85	747,8	0,563	20,7	5785	10,95	115,9	591,2	204	12,76	
Всего за день		1402,5	41,59	36,33	228,42	1389	0,8	44,7	5886	14,06	347	864,4	373,8	16,33	
Вторая неделя															
Понедельник															
Завтрак															
302/04	Каша вязкая молочная с маслом, топингами в ассортименте (цукаты, топинг, и др)	200/5/10	6,15	6,39	42,75	242	0,19	1,17	58	46,2	138,1	184,4	47,6	1,23	
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,08	0,04	8,22	34	0,004	3,3	0	0	1,4	0	0	0,04	
ТТК	Выпечное или кондитерское изделие собственного производства	30	0,26	0,05	15,22	59	0	2,9	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9	
ГОСТ	Хлеб пшеничный или батон	20	1,822	5,94	13,04	110	0,024	0	48,6	2,73	7,52	22,1	3,69	0,3	
ТУ	Кисло-молочный продукт	200	20	1,58	0,2	9,66	47	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	
ГОСТ	Хлеб пшеничный или батон	200	5,6	6,4	19,4	158	0,07	1,2	20,16	0	300	190	30	0,21	
Итого за завтрак		672	15,492	19,02	108,29	650	0,308	8,57	126,8	49,19	459,7	423,7	93,13	2,9	

	Обед															
139/04	Суп картофельный с горохом	250	7,5	3,25	17,25	128	0,15	1	0	1	82,5	327,5	47,5	2,25		
	с цыпленком отварным	12,5	2,7	1,67	0	26	0	0	2,5	0,02	5	17,92	2,5	0,25		
499/04	Котлета из филе цыпленка	75	11,4	10,2	10,1	178	0,07	1,32	15,01	0,29	35,11	76,7	22	1,76		
601/04	с соусом сметанным с томатом	40	1,12	4,32	3,12	32	0,01	0,3	7,6	0,19	6,6	6,53	2,18	0,09		
508/04	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,1	10,8	39,84	232	0,2	0	0	0	14,6	210	140	5,01		
631/04	Компот из свежих плодов	200	0,32	0	35,8	142	0,02	1,8	0	0	6,4	4,4	3,6	0,18		
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93		
338/2011	Плоды свежие	шт	0,4	0,4	9,8	47	0,026	10		0,2	16	11	9	2,2		
	Итого за обед	857,5	29,52	30,97	128,21	847	0,511	14,42	25,11	1,97	173	685,9	234,3	12,67		
	Всего за день	1529,5	45,012	49,99	236,5	1497	0,819	22,99	151,9	51,16	632,7	1110	327,4	15,57		
	Вторник															
	Завтрак															
ТТК	Палочки куриные с сыром	75	10,9	11,01	8,8	176	0,06	0,15	15	0,49	33	72	19,5	1,65		
587/04	с соусом молочным	25	0,52	1,3	1,8	24	0,01	0,1	8,65	0	16,48	12,74	2,36	0,05		
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,1	9,15	34,2	245	0,06	0	0	1,95	12	34,5	7,5	0,75		
ТТК	Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,24	0,05	16	62	0	1,13	0	0	15,33	23,2	12,27	2,13		
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93		
12,14/200	Плоды свежие	шт	0,2	0,025	0,65	192	0,007	3	0	0,018	6,9	12,6	4,2	0,18		
	Итого за завтрак	690	18,94	21,865	73,75	761	0,172	4,38	23,65	2,728	90,51	186,8	53,33	5,69		
	Обед															
132/04	Рассольник ленинградский	250	2,6	2,5	16,98	101	0,1	7,5	0	2,4	38,5	208,8	31,75	1		
	с цыпленком и сметаной	12,5/5	2,825	2,42	0	34	0	0,025	7,5	2,02	9,5	20,92	3	0,25		
461/04	Тефтели I вариант	80/40	9,7	23	28,9	354	0,11	1,05	49,3	0,64	42,1	149,2	25,7	2,1		
520/04	Пюре картофельное	150	3,15	4,8	20,44	137	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86		
ТТК	Напиток из облепихи	200	0,3	1,35	21,4	94	0,008	50	0,025	0,18	9	8,25	7,75	0,325		
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93		
773/04	Выпечное изделие собственного производства	50	3,9	3,06	23,9	139	0,07	0	3	1	11,3	39,2	15,2	0,73		
	Итого за обед	817,5	24,455	37,46	123,92	921	1,483	62,33	92,98	6,66	155,5	535,1	117,6	6,195		
	Всего за день	1507,5	43,395	59,325	197,67	1682	1,654	66,71	116,6	9,388	246	721,9	170,9	11,89		

	Среда														
	Завтрак														
454/04	Котлеты мясо-картофельные по хлыновски	80	10,8	24,2	7,3	289	0,36	4	16	2,2	13,1	133	22,5	1,5	
587/04	с соусом томатным	30	0,3	1,51	1,84	22	0,01	1,17	0,01	0	2,11	4,7	2,5	0,11	
ТТК	Рис "Солнечный"(с куркумой)	150	3,8	4,4	39,17	201	0,03	0	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,53	
ГОСТ	Овощи консервированные, или свежие	20	0,6	0,1	1,46	12	0,02	1,56	15,2	0	4	12,6	3,8	0,26	
631/04	Компот из свежих плодов	200	0,32	0	35,8	98	0,02	1,8	0	0	6,4	4,4	3,6	0,18	
ТУ	Хлеб гречишный	30	1,98	0,34	12,4	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93	
	Итого за завтрак	510	17,8	30,55	97,97	684	0,475	8,53	58,21	3,07	35,02	248	58,91	3,51	
	Обед														
110/04	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	4,9	11,75	99	0,05	10,3	0	2,4	34,45	53,03	26,2	1,18	
	с цыпленком и сметаной	12,5/5	2,825	2,42	0	34	0	0,025	7,5	2,02	9,5	20,92	3	0,25	
451/04	Биточек	75	9,73	22,08	10,03	281	0,045	0	20	22,84	9,02	126,6	24,45	2,04	
601/04	с соусом сметанным с томатом	30	0,84	3,24	2,34	24	0,012	0,38	10,35	13,1	9,65	9,8	2,52	0,12	
463/1996	Каша перловая рассыпчатая	150	4,57	4,34	35,76	192	0,044	0	0	0,59	19,28	154,9	18,99	0,87	
699/04	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93	0,01	6	0	12,5	11,51	5,75	3,82	0,12	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93	
338/2011	Плоды свежие	шт	0,4	0,4	9,8	47	0,026	10		0,2	16	11	9	2,2	
	Итого за обед	852,5	22,275	37,71	106,18	832	0,222	26,71	37,85	53,92	116,2	413,8	95,48	7,71	
	Всего за день	1362,5	40,075	68,26	204,15	1516	0,697	35,24	96,06	56,99	151,2	661,8	154,4	11,22	
	Четверг														
	Завтрак														
340/04	Омлет натуральный с маслом	145/5	15,34	22,65	2,82	276	0,011	0,28	315	119,7	107,9	238,3	17,22	2,82	
	с зеленым горошком	30	0,9	0,15	2,19	17	0,002	2,34	22,8	0,006	6	18,9	5,7	0,39	
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59	0	2,9	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9	
ГОСТ	Сыр	30	5,1	8,6	0,24	98	0	0	0	0	0	0	0	0	
ГОСТ	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
338/2011	Плоды свежие	шт	0,4	0,4	9,8	47	0,048	12	24	0,48	9,6	33,6	50,4	0,72	
	Итого за завтрак	557	25,16	32,25	49,59	591	0,101	17,52	361,8	120,7	140,8	335,4	91,76	5,27	

	Обед														
12,14/200	Овощи свежие или консервированные	30	0,24	0,03	0,78	4,2	0,007	3	0	0,018	6,9	12,6	4,2	0,18	
ГТК	Суп рисовый по-восточному с фаршем	250/10	4,36	7,14	12,91	130	0,09	8,25	0	2	26,7	55,98	22,78	0,88	
ГТК	Пельмени ленивые с овощами	70	8,8	11,4	8,1	168	0,36	4	16	2,2	13,1	133	22,5	1,5	
587/04	с соусом томатным	30	0,3	1,51	1,84	22	0,01	1,17	0,01	0	2,11	4,7	2,5	0,11	
512/04	Рис припущенный	150	3,6	6	37	221	0,03	0	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,53	
ТТК	Узвар	200	0,56	0,024	29,64	114	0,03	0	0	5,2	20,32	19,36	8,12	0,45	
ТУ	Хлеб гречишный	30	1,98	0,34	12,4	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93	
ТТК	Выпечное изделие, или кондитерское изделие собственного производства	50	3,9	3,06	23,9	141	0,07	0	3	1	11,3	39,2	15,2	0,73	
	Итого за обед	820	23,74	29,504	126,57	862,2	0,632	16,42	46,01	11,29	89,84	358,1	101,8	5,31	
	Всего за день	1377	48,9	61,754	176,16	1453,2	0,733	33,94	407,8	132	230,6	693,5	193,6	10,58	
	Пятница														
	Завтрак														
ГТК	Биточек морской	75	13,9	6,72	7,15	143	0,08	0,86	18,38	23,15	34,34	94,65	15,75	0,75	
601/04	с соусом сметанным с томатом	25	0,7	2,7	1,95	20	0,01	0,33	8,46		7,33	7,25	2,42	0,1	
520/04	Пюре картофельное	150	3,15	4,8	20,44	137	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86	
ТТК	Напиток из черной смородины	200	0,25	0,1	21,8	84	0,008	50	0,025	0,18	9	8,25	7,75	0,325	
ГОСТ	Хлеб пшеничный, или батон	30	1,74	0,22	10,63	70	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33	
338/2011	Плоды свежие	шт	3	1	42	192	0,08	20	40	0,8	16	56	84	1,2	
	Итого за завтрак	680	22,74	15,54	103,97	646	1,368	74,94	100	24,67	111,8	269,2	146,5	3,565	
	Обед														
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	4,98	8,13	85	0,08	18,48	0	2,38	33,98	47,43	22,2	0,83	
	с цыпленком и сметаной	12,5/5	2,825	2,42	0	34	0	0,025	7,5	2,02	9,5	20,92	3	0,25	
297/2011	Фрикадельки куриные	80	10,24	6,24	6,8	123	0,032	1,7	16,32	32,42	41,2	70,2	12,26	0,88	
600/04	с соусом сметанным	30	0,27	0,25	1,72	10	0,007	0,011	10,2	0,072	8,2	6,82	1,59	10,15	
508/04	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,1	10,8	39,84	232	0,2	0	0	0	14,6	210	140	5,01	
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59	0	2,9	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9	

