

Утверждаю
 средняя общеобразовательная школа №1 имени Огненного
 выпуска 1941 года

Директор МКОУ "Введенская

Скородумов П.А.



Утверждаю

ГБОУ "Введенская специальная
 (коррекционная) школа"

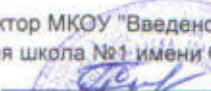
Филиппова Е.Б.




МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	ОМЛЕТ С СЫРОМ 200	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША "ДРУЖБА" 200	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200
КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КАКАО С МОЛОКОМ 200	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32	ХЛЕБ РЖАНОЙ 32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
Обед									
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 125	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 50	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 50	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 50	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 50
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ 32
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40

Утверждаю Директор МКОУ "Введенская средняя общеобразовательная школа №1 имени Огненного выпуска 1941 года"  Скородумов П.А.

Утверждаю Директор ГБОУ "Введенская специальная (коррекционная) школа" Филиппова Е.Б. 



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		200	5,9	11,4	39,7	284,6
КРУПА МАННАЯ	30	30	3	0,3	20,6	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,1	3,3	19,2	119,6
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2	0,3	0,2	0,1	3,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			14,2	15,3	92,6	564,2
Обед						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	2,4	5,1	15,3	116,9
КАРТОФЕЛЬ	120	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23	23	0,7	0,7	1,1	13,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			9,1	7,0	71,5	371,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,3	22,3	164,1	935,4

Утверждаю
 МКОУ "Введенская средняя
 общеобразовательная школа №1 имени
 Огненного выпуска 1941 года"
 Скородумов П.А.



Утверждаю
 Директор
 ГБОУ "Введенская специальная
 (коррекционная) школа"
 Филиппова Е.Б.



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		200	6,1	9,0	39,3	263,7
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	98,1	98,1	2,7	3	4,5	57,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,1		14,7	59,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,48	0,48	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			11,4	9,6	87,7	482,9
Обед						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	7,3	5,9	32,9	213,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	59,4	7,3	1,9	32,9	177,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		50	0,9	4,9	3,6	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,1		14,7	59,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,48	0,48	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			14,0	12,5	87,6	502,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,4	22,1	175,3	985,1

Утверждаю
МКОУ "Введенская средняя
общеобразовательная школа №1 имени
Огненного выпуска 1941 года"
Скородумов П.А.



Директор

Утверждаю
ГБОУ "Введенская специальная
(коррекционная) школа"
Филиппова Е.Б.



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		200	4,5	8,5	32,1	224,0
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,75	1,6	0,2	17,8	79,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	2,9	3,1	14,9	99,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,2	1,2	0,1	0	0,6	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			12,6	12,2	80,7	483,9
Обед						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,9	0,6	22,8	108,1
КАРТОФЕЛЬ	198,5	148,8	2,9	0,6	23,6	111,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,7	0,3	19,1	93,8
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,7	0,3	9,4	55,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			9,3	2,6	78,3	370,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			21,9	14,8	159,0	854,1

Утверждаю
МКОУ "Введенская средняя
общеобразовательная школа №1 имени
Огненного выпуска '1941 года"
Скородумов П.А.



Утверждаю
ГБОУ "Введенская специальная
(коррекционная) школа"
Филиппова Е.Б.



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		200	5,8	8,6	34,8	239,8
КРУПА МАННАЯ	30	30	3	0,3	20,6	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		200	0,1		14,9	62,0
ЛИМОН	20	12	0,1	0	0,4	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214	214	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			11,1	9,2	83,4	461,8
Обед						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ		150	2,0	10,5	12,0	152,0
КАРТОФЕЛЬ	61,5	46,2	0,9	0,2	7,3	34,5
МОРКОВЬ	30,8	23,1	0,3	0	1,6	7,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,8	23,1	0,3	0	1,8	9,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,9	28,8	0,5	0	1,4	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,8	5,8	0	5,6	0	50,5
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		200	0,1		14,9	62,0
ЛИМОН	20	12	0,1	0	0,4	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214	214	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			7,8	12,2	63,3	382,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,9	21,4	146,7	844,1

Утверждаю Директор МКОУ "Введенская средняя общеобразовательная школа №1 имени Огненного выпуска 1941 года"

Скородумов П.А.

Утверждаю Директор ГБОУ "Введенская специальная (коррекционная) школа" Филиппова Е.Б.



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		200	5,7	8,7	33,1	234,2
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	30	29,7	2,9	0,4	18,8	90,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,1	3,3	19,2	119,6
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2	0,3	0,2	0,1	3,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			14,0	12,6	86,0	513,8
Обед						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		125	1,9	5,0	10,0	93,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80	1,4	0,1	3,7	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,1	0	0,4	2,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43	43	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,1		14,7	59,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,48	0,48	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			7,7	6,7	61,1	320,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			21,7	19,3	147,1	834,6

Утверждаю
 МКОУ "Введенская средняя
 общеобразовательная школа №1 имени
 Огненного выпуска 1941 года"
 Скородумов П.А.

Директор



Утверждаю
 ГБОУ "Введенская специальная
 (коррекционная) школа"
 Филиппова Е.Б.

Директор

МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ С СЫРОМ		200	20,4	30,7	3,3	371,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,18 шт.	128,1	15,8	14,3	0,9	195,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	49	49	1,4	1,6	2,2	28,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	20	29,85	3,2	6,9	0,1	75,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		200	0,1		14,9	62,0
ЛИМОН	20	12	0,1	0	0,4	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214	214	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			25,7	31,3	51,9	593,7
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,5	4,8	31,5	190,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		50	0,9	4,9	3,6	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		200	0,1		14,9	62,0
ЛИМОН	20	12	0,1	0	0,4	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214	214	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			12,2	11,4	86,4	481,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,9	42,7	138,3	1 075,2

Утверждаю
МКОУ "Введенская средняя
общеобразовательная школа №1 имени
Огненного выпуска 1941 года"
Скородумов П.А.



Утверждаю
ГБОУ "Введенская специальная
(коррекционная) школа"
Филиппова Е.Б.



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200		6,2	9,1	34,6	245,5
ПШЕНО	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,1	3,3	14,4	100,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2	0,3	0,2	0,1	3,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32		2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			14,5	13,0	82,7	505,8
Обед						
РИС ОТВАРНОЙ	150		3,7	6,3	32,8	203,0
КРУПА РИСОВАЯ	54	54	3,7	0,5	38,8	174,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50		0,9	4,9	3,6	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200		0,7	0,3	23,9	113,2
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,7	0,3	9,4	55,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32		2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			11,0	13,2	96,7	545,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,5	26,2	179,4	1 051,3

Утверждаю
 МКОУ "Введенская средняя
 общеобразовательная школа №1 имени
 Огненного выпуска 1941 года"
 Скородумов П.А.

Директор

Утверждаю
 ГБОУ "Введенская специальная
 (коррекционная) школа"
 Филиппова Е.Б.

Директор



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		200	6,4	8,6	42,0	272,0
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8	1,4	0,2	14,3	63,9
ПШЕНО	20	19,8	2,2	0,5	13,5	67,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			12,6	9,4	95,5	518,0
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,5	4,8	31,3	191,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		50	0,9	4,9	3,6	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			13,1	11,6	91,1	506,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,7	21,0	186,6	1 024,3

Утверждаю
 МКОУ "Введенская средняя
 общеобразовательная школа №1 имени
 Огненного выпуска 1941 года"
 Скородумов П.А.



Утверждаю
 ГБОУ "Введенская специальная
 (коррекционная) школа"
 Филиппова Е.Б.



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		6,4	10,1	32,3	246,5
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30	30	3,6	1,8	17,9	102,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,1		14,7	59,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,48	0,48	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32		2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			11,7	10,7	80,7	465,7
Обед						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		2,9	4,9	20,9	139,5
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,4	0,6	7,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				14,5	58,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	25	25	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32		2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			8,6	6,6	71,8	365,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,3	17,3	152,5	831,6

Утверждаю
МКОУ "Введенская средняя
общеобразовательная школа №1 имени
Огненного выпуска 1941 года"
Скородумов П.А.



Директор

Утверждаю
ГБОУ "Введенская специальная
(коррекционная) школа"
Филиппова Е.Б.



МЕНЮ

12-18 лет осенне-зимний период

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		200	4,5	8,5	32,1	224,0
КРУПА РИСОВАЯ	25	24,75	1,6	0,2	17,8	79,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,1	3,3	14,4	100,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2	0,3	0,2	0,1	3,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			12,8	12,4	80,2	484,3
Обед						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	7,3	6,5	33,0	218,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	59,4	7,3	1,9	32,9	177,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,8	103,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0	4,6	0	41,3
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		50	0,9	4,9	3,6	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,1		14,7	59,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,48	0,48	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		32	2,6	1,4	16,3	73,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	32	32	2,1	0,3	13,6	65,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			14,0	13,1	87,7	507,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,8	25,5	167,9	991,6