



Согласовано: Директор

Меню

Х.Р.Шарапов

2025 г.

Утверждаю :
Махмұтов Х.Х.

1 неделя 1 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	60	1,47	3,03	4,11	49,63	б/н
2	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/50	12,03	16,56	38,87	352,73	311
3	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,06	0,01	14,72	60,36	431
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,71	0,30	24,34	114,86	б/н
5	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ)	20	1,5	1,96	14,88	83,4	б/н
	Итого за прием пищи:	552	18,77	21,86	96,92	660,98	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	100/3	3,75	2,86	23,96	136,52	202
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,21	0,00	7,23	29,74	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,29	29,41	133,02	430
	Итого за прием пищи:	350	7,15	3,15	60,6	299,28	б/н

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	б/н
2	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ) КУРИНЫЕ С СОУСОМ	50/30	8,87	13,35	9,93	195,42	282
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,60	4,60	37,70	206,0	323
4	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	505	15,9	18,26	96,62	614,56	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	б/н
2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,60	4,60	37,70	206,00	323
3	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ)КУРИНЫЕ С СОУСОМ	60/30	9,98	15,13	11,17	220,85	282
4	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи	515	17,01	20,04	97,86	639,99	

ОВЗ

1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250/25	8,74	12,15	8,47	178,74	84
2	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,00	33,0	136,0	442
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	515	12,53	12,43	70,59	446,57	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Утверждаю:
Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

1 неделя 2 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ФРУКТЫ В АССРТИМЕНТЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	б/н
2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	б/н
3	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	8,49	13,41	10,16	195,33	283
4	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	16,18	5,14	33,82	246,24	270
5	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	б/н
	Итого за прием пищи:	625	29,13	19,29	98,74	688,29	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	2,57	3,42	14,27	97,62	189
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	350	5,76	3,70	50,17	256,54	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30	0,74	2,49	2,06	33,55	б/н
2	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУР)	150/40	10,57	13,86	18,44	241,08	258
3	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,06	0,01	14,72	60,36	431
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,29	29,41	133,02	б/н
	Итого за прием пищи:	482	14,56	16,65	64,63	468,01	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30	0,74	2,49	2,06	33,55	б/н
2	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ПТИЦЫ(ГРУДКА-КУР.)	150/40	10,57	13,86	18,44	241,08	258
3	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,06	0,01	14,72	60,36	430
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,29	29,41	133,02	б/н
	Итого за прием пищи:	482	14,56	16,65	64,63	468,01	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250/25	8,67	11,14	11,33	180,68	76
2	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,29	29,41	133,02	б/н
	Итого за прием пищи:	515	11,86	11,43	60,10	391,11	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

УТВЕРЖДАЮ
Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

1 неделя 3 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,99	6,11	4,70	78,21	51
2	РЫБА ТУШЕНАЯ(МИНТАЙ) С ОВОЩАМИ	90	12,11	4,94	0,57	94,96	229
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	150/5	8,46	6,22	38,26	242,42	323
4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,21	1,21	25,86	123,47	432
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	6/н
	Итого за прием пищи:	555	27,59	18,79	94,48	657,47	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3	2,93	2,76	20,98	120,47	181
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	6/н
	Итого за прием пищи:	350	6,12	3,04	56,88	279,39	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	11,73	9,57	34,78	271,91	392
2	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТАМИН С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	258
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	6/н
	Итого за прием пищи:	375	14,92	9,85	83,26	481,15	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/Р
1	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	13,46	11,05	39,91	312,38	392
2	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТАМИН С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	6/н
3	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ В АССОР- ТЕ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	6/н
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	6/н
	Итого за прием пищи:	415	18,15	13,29	103,27	605,02	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/Р
1	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	250/25	7,47	7,16	18,71	169,43	99
2	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	14,74	102,29	433
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	6/н
	Итого за прием пищи:	515	14,27	10,42	53,52	366,45	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапов

Утверждаю:
Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

1 неделя 4 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ФРУКТЫ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	б/н
2	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУР)	150/40	10,60	17,87	18,48	277,36	258
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТЫ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	б/н
	Итого за прием пищи:	540	14,82	18,58	72,73	520,18	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	3,08	3,53	16,13	108,64	184
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	350	6,27	3,81	52,03	267,56	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/40	12,04	16,56	38,87	352,76	311
2	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТАМИН С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,42	0,34	39,34	174,15	б/н
	Итого за прием пищи:	430	15,46	16,90	97,57	604,32	
	Изменение меню						

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	
1	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/40	12,04	16,56	38,87	352,76	311
2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,42	0,34	39,34	174,15	б/н
4	кондитерское изделие (печенье, вафли)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	б/н
	Итого за прием пищи:	450	16,96	18,86	112,45	687,72	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	
1	СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРАМИ	250/25	9,90	12,77	14,40	212,12	106
2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	9,68	38,70	402
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
	Итого за прием пищи:	515	12,95	13,02	44,15	345,55	

Согласовано: Директор



Х.Р.Шарапова

Утверждаю:
Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

1 неделя 5 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛ.ГОРШКОМ И С ЯБЛОКОМ	60	0,98	2,44	4,78	45,09	34
2	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	60/30	12,25	15,40	5,65	210,02	319
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВ	150/5	5,64	4,67	35,94	208,41	202
4	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,27	0,01	15,17	63,01	431
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	431
6	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ, ВАФЛИ)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	б/н
Итого за прием пищи:		597	24,46	24,79	101,51	728,34	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3	5,65	3,88	25,50	159,20	323
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
Итого за прием пищи:		350	8,84	4,16	61,40	318,12	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,41	1,81	2,45	27,82	67
2	РЫБА ТУШЕННАЯ(МИНТАЙ)С ОВОЩАМИ	80	7,95	4,18	1,70	76,43	229
3	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	16,18	5,14	33,82	246,24	270
3	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,38	0,01	15,39	64,39	430
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
Итого за прием пищи:		527	27,97	11,39	73,43	509,59	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,41	1,81	2,45	27,82	67
2	РЫБА (МИНТАЙ) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	7,95	4,18	1,70	76,43	229
3	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНОЕ	150/5	16,18	5,14	33,82	246,24	270
4	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,38	0,01	15,39	64,37	431
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
Итого за прием пищи:		527	27,97	11,39	73,43	509,59	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	250/25	9,19	12,27	16,43	213,09	96
2	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	431
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
4	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ, ВАФЛИ)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	б/н
Итого за прием пищи:		535	13,94	14,58	66,38	451,22	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Утверждаю:

Махматов Х.Х.

Меню

2025 г.

1 неделя 6 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА с РЕП.ЛУКОМ	60	1,47	3,03	4,11	49,63	б/н
2	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	170/5	15,23	11,75	45,03	346,51	392
3	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	442
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	б/н
	Итого за прием пищи:	485	21,52	15,29	94,43	600,55	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВ	100/3	4,32	2,90	25,38	144,64	181
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,14	0,28	28,82	130,41	б/н
	Итого за прием пищи:	350	7,46	3,18	60,98	302,14	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	50/30	8,26	12,33	9,48	184,66	283
2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВ	150/5	2,77	4,33	17,56	120,24	202
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
	Итого за прием пищи:	475	14,08	16,91	66,47	477,04	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	
1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ	60/30	9,31	13,95	10,70	208,38	283
2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	2,77	4,33	17,56	120,24	202
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	9,68	38,70	402
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
	Итого за прием пищи:	485	15,13	18,53	67,69	500,76	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	20	0,16	0,02	0,34	2,60	б/н
2	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	8,14	11,86	8,20	171,96	283
3	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,64	4,67	35,94	208,41	202
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,0	0,0	19,36	77,41	402
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
	Итого за прием пищи:	545	16,99	16,80	83,91	555,11	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Утверждаю :
Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

2 неделя 1 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С РЕП.ЛУКОМ	60	1,47	3,03	4,11	49,63	6/н
2	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКИ КУРИНЫЕ)	150/40	12,03	16,56	38,87	352,73	311
3	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,27	0,01	15,17	63,01	431
4	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ, ВАФЛИ)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	6/н
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	2,29	0,19	15,05	71,05	6/н
	Итого за прием пищи:	542	19,09	21,87	98,12	667,18	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал.	№/р
1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВ	100/3	3,75	2,86	23,96	136,52	202
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	6/н
	Итого за прием пищи:	350	6,94	3,14	59,86	295,44	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ЯБЛОК	30	0,48	1,22	2,39	22,55	34
2	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	16,18	5,14	33,82	246,24	270
3	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) ИЗ ГОВЯДИНЫ СОУС	50/30	8,93	10,59	9,59	168,96	272
4	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,04	0,00	14,66	59,53	430
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ, ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	6/н
	Итого за прием пищи:	527	28,58	17,20	80,53	592,01	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ВАРеной СВЕКЛЫ С ЗЕЛ. ГОРОШКОМ, ЯБЛОКОМ	30	0,48	1,22	2,39	22,55	34
2	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	16,18	5,14	33,82	246,24	270
3	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) ИЗ ГОВЯДИНЫ СОУС	60/30	9,93	12,0	10,80	190,85	272
4	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,04	0,00	14,66	59,53	430
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ, ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	6/н
	Итого за прием пищи:	537	29,68	18,61	81,74	613,90	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал.	№/р
1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	250/25	9,19	12,27	16,43	213,09	96
2	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	14,74	102,29	433
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	6/н
	Итого за прием пищи:	515	15,99	15,53	51,24	410,11	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Утверждаю:
Махмутов Х.Х.

2025 г.

Меню

2 неделя 2 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ФРУКТЫ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	б/н
2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	б/н
3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯЖИМ ФАРШЕМ	150/40	13,38	21,29	12,91	297,05	143
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200/8/10	0,00	0,00	19,36	77,41	402
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.,РЖАНОЙ	30/20	3,71	0,30	24,34	114,86	б/н
	Итого за прием пищи:	588	17,73	22,02	66,92	540,22	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА С МАСЛОМ СЛ.	100/3	2,35	3,47	15,15	101,28	175
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	350	5,54	3,75	51,05	260,20	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30	0,74	0,06	2,06	11,74	к/к
2	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	11,64	8,98	34,51	264,95	311
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	405	15,57	9,32	85,05	485,93	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30	0,74	0,06	2,06	11,74	к/к
2	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	12,62	8,44	56,43	351,96	311
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С	200	0,00	0,00	19,33	77,41	402
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	425	16,55	8,78	107,02	572,94	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	250/25	10,82	10,56	18,71	213,29	99
2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
	Итого за прием пищи:	515	13,87	10,81	58,14	385,43	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Утверждаю:

Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

2 неделя 3 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,98	2,44	4,78	45,09	
2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	60/30	8,07	7,66	10,80	144,39	
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ Сл.	150/5	5,64	4,67	35,94	208,41	202
4	СОК В АССОРТИМЕНТЕ(ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	442
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,71	0,30	24,34	114,86	б/н
	Итого за прием пищи:	555	19,40	15,27	96,06	598,75	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	100/3	2,93	2,76	20,98	120,47	184
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,29	29,41	133,02	б/н
	Итого за прием пищи:	350	6,12	3,05	57,17	280,58	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	б/н
2	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ(ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/40	12,03	16,56	38,87	352,73	311
3	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТАМИН С	200	0,00	0,00	21,50	85,92	402
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	460	15,46	16,87	90,00	574,38	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,20	0,03	0,43	3,25	б/н
2	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/40	12,03	16,56	38,87	352,73	311
3	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИН С	200	0,00	0,00	21,50	85,92	402
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	460	15,42	16,87	90,00	574,38	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250/25	7,60	10,06	12,40	170,95	76
2	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,00	33,0	136,0	442
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
4	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	б/н
	Итого за прием пищи:	535	12,75	12,27	80,35	485,08	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Утверждаю:
Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

2 неделя 4 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	9,80	47,00	б/н
2	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНА	40/40	11,89	12,96	2,75	175,09	259
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с масло сл.	150/5	3,60	4,60	37,70	206,00	323
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНОЙ,РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	б/н
	Итого за прием пищи:	585	19,71	18,27	94,70	623,91	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	2,90	3,73	19,45	122,62	189
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,29	29,41	133,02	б/н
	Итого за прием пищи:	350	6,09	4,02	55,64	282,73	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30	0,48	1,22	2,39	22,55	45
2	ОВОЩНОЕ РАГУ С ГОВЯЖЬИМ ФАРШЕМ	150/40	13,42	21,32	12,91	297,48	143
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	460	17,09	22,82	63,78	529,27	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30	0,85	1,52	1,81	24,27	45
2	ОВОЩНОЕ РАГУ С ГОВЯЖИМ ФАРШЕМ	150/40	13,42	21,32	12,91	297,48	143
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	460	17,46	23,12	63,20	530,99	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРАМИ	250/25	7,29	10,13	14,40	177,96	106
2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	19,36	77,41	402
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
	Итого за прием пищи:	515	10,34	10,38	53,83	350,10	

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Утверждаю:
Махмутов Х.Х.

Меню

2025 г.

2 неделя 5 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,82	6,10	4,47	76,44	67
2	ТЕФТЕЛИ (БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ) ИЗ ГОВЯДИНЫ Соус	60/30	8,14	11,86	8,20	171,96	272
3	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	150/5	4,40	4,52	31,52	184,48	181
4	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134,00	433
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	б/н
	Итого за прием пищи	555	20,08	25,29	94,08	685,29	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧН.	100/3	2,98	3,45	15,97	106,86	184
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	350	6,17	3,73	51,87	265,78	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ ВАРеной СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ЯБЛОКАМИ	30	0,48	1,22	2,39	22,55	34
2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	150/5	2,77	4,33	17,56	120,24	202
3	КОТЛЕТЫ(БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ)КУРИНЫЕ С СОУСОМ	50/30	8,96	10,24	9,52	165,81	282
4	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200	0,21	0,00	16,13	65,35	430
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	505	15,51	16,07	74,72	505,78	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕН.ГОРОШКОМ С ЯБЛОКОМ	30	0,48	1,22	2,39	22,55	34
2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	150/5	2,77	4,33	17,56	120,24	202
3	КОТЛЕТЫ(БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ)КУРИНЫЕ С СОУСОМ	60/30	9,96	11,59	10,73	187,22	282
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
5	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200	0,21	0,00	16,13	65,35	430
6	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ)	20	1,5	1,96	14,88	83,4	б/н
	Итого за прием пищи:	535	18,11	19,38	90,81	610,59	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250/25	8,74	12,15	8,49	178,85	84
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	185/15/7	0,04	0,00	14,65	59,44	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	20/20	3,05	0,25	20,07	94,73	б/н
	Итого за прием пищи:	522	11,83	12,40	43,21	333,02	

Утверждаю:

Махмутов Х.Х

Согласовано: Директор

Х.Р.Шарапова

Меню 2025 г.

2 неделя 6 день

1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	170/5	15,20	12,52	45,08	353,32	392
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	15,13	62,77	431
3	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ВАФЛИ ПЕЧЕНЬЕ)	20	2,25	2,94	22,32	125,10	б/н
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	30/20	3,82	0,31	25,09	118,41	б/н
	Итого за прием пищи:	445	21,52	15,78	107,62	659,60	

Бюджет

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	10,80	3,16	22,55	161,86	270
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	350	13,99	3,44	58,45	320,78	

Родительский взнос

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	б/н
2	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,70	4,53	38,80	210,71	325
3	РЫБА (МИНТАЙ)ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	6,75	0,27	2,15	38,28	229
4	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200/15	0,00	0,00	14,52	58,05	430
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	510	13,88	5,11	85,10	442,77	

Льготники

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	б/н
2	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,70	4,53	38,80	210,71	325
3	РЫБА (МИНТАЙ) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	8,08	4,20	2,42	80,01	229
4	ЧАЙ СЛАДКИЙ С САХАРОМ	200/15	0,00	0,00	14,52	58,05	430
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи:	520	15,21	9,04	85,37	484,50	

ОВЗ

№	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№/р
1	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛЬ)КУРИНЫЕ С СОУСОМ	60/30	9,58	11,84	8,69	179,65	282
2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/50	7,19	5,88	32,51	211,38	324
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,0	0,0	19,36	77,41	402
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,19	0,28	29,12	131,83	б/н
	Итого за прием пищи	530	19,96	18,00	89,68	600,27	