



Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан на 1 полугодие 2025 год

зации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан на 1 полугодие 2025 год

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 1-4 КЛАССЫ**

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углевод<br>ы, г | Калорийнос<br>ть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А,<br>ретинолу<br>г | Витамин<br>Е, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг |
|-------|--------------------|-------|----------|---------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|--------------------------------|------------------|--------|-------|--------|--------|
|-------|--------------------|-------|----------|---------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|--------------------------------|------------------|--------|-------|--------|--------|

**1-ая неделя**

|               |                                                |            |              |              |              |              |              |              |              |             |               |               |              |             |
|---------------|------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>1 день</b> |                                                |            |              |              |              |              |              |              |              |             |               |               |              |             |
| 42            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ ПОРОШКОМ          | 60         | 1,5          | 3,78         | 4,98         | 60           | 0,048        | 5,28         | 0            | 1,68        | 8,4           | 30,6          | 10,2         | 0,42        |
| 347           | КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ | 100        | 5,8          | 9,8          | 9,01         | 130,2        | 0,04         | 11,6         | 103          | 1,4         | 195           | 56            | 11           | 0,6         |
| 183           | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ                        | 150/5      | 8,8          | 5,64         | 32,56        | 259,9        | 0,13         | 0            | 44,8         | 0,62        | 14,4          | 110,43        | 26,42        | 0,49        |
| 300           | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200        | 0,2          | 0            | 9,1          | 36           | 0            | 0            | 0            | 0           | 0,26          | 7,7           | 0            | 0,03        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,2         | 0,033        | 0            | 0            | 0,33        | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                                 | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96         | 39,6         | 0,036        | 0            | 0            | 0,28        | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b> |                                                | <b>565</b> | <b>19,94</b> | <b>19,72</b> | <b>78,37</b> | <b>595,9</b> | <b>0,287</b> | <b>16,88</b> | <b>147,8</b> | <b>4,31</b> | <b>233,46</b> | <b>255,63</b> | <b>61,22</b> | <b>2,65</b> |

|               |                                      |            |              |              |              |              |              |              |              |             |               |              |              |            |
|---------------|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--------------|------------|
| <b>2 день</b> |                                      |            |              |              |              |              |              |              |              |             |               |              |              |            |
| 83            | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ              | 100        | 8,8          | 12,55        | 8,47         | 134,6        | 0,03         | 12,2         | 113          | 1           | 152           | 83           | 27,32        | 0,06       |
| 227           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5      | 5,42         | 3,67         | 20,1         | 194,2        | 0,09         | 0            | 31,5         | 0,75        | 49,27         | 95           | 7,35         | 0,74       |
| 310           | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                | 200        | 0,5          | 0,1          | 30,9         | 123          | 0,06         | 0,11         | 0            | 0,4         | 14,19         | 19,2         | 8,07         | 0,89       |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,2         | 0,033        | 0            | 0            | 0,33        | 6             | 19,5         | 4,2          | 0,33       |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96         | 39,6         | 0,036        | 0            | 0            | 0,28        | 9,4           | 31,4         | 9,4          | 0,78       |
| <b>Итого:</b> |                                      | <b>505</b> | <b>18,36</b> | <b>16,82</b> | <b>82,19</b> | <b>561,6</b> | <b>0,249</b> | <b>12,31</b> | <b>144,5</b> | <b>2,76</b> | <b>230,86</b> | <b>248,1</b> | <b>56,34</b> | <b>2,8</b> |

|               |                                         |            |              |             |              |               |              |              |              |             |               |              |              |             |
|---------------|-----------------------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--------------|-------------|
| <b>3 день</b> |                                         |            |              |             |              |               |              |              |              |             |               |              |              |             |
| 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                           | 100        | 0,4          | 0,4         | 9,8          | 47            | 0,03         | 7            | 0            | 0,2         | 16,1          | 11           | 9            | 1           |
| 98            | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ | 200        | 11,8         | 15,1        | 25,8         | 301,25        | 0,16         | 7,2          | 158          | 0,72        | 176           | 159          | 25,7         | 0,36        |
| 301           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                           | 200        | 1,6          | 1,5         | 11,3         | 62            | 0,01         | 0,26         | 9,5          | 0           | 53,06         | 45,9         | 6,09         | 0,07        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30         | 2,28         | 0,24        | 14,76        | 70,2          | 0,033        | 0            | 0            | 0,33        | 6             | 19,5         | 4,2          | 0,33        |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                          | 20         | 1,36         | 0,26        | 7,96         | 39,6          | 0,036        | 0            | 0            | 0,28        | 9,4           | 31,4         | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b> |                                         | <b>550</b> | <b>17,44</b> | <b>17,5</b> | <b>69,62</b> | <b>520,05</b> | <b>0,269</b> | <b>14,46</b> | <b>167,5</b> | <b>1,53</b> | <b>260,56</b> | <b>266,8</b> | <b>54,39</b> | <b>2,54</b> |

|               |                                     |            |              |              |              |            |              |              |            |             |               |               |              |             |
|---------------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>4 день</b> |                                     |            |              |              |              |            |              |              |            |             |               |               |              |             |
| 25            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 60         | 1            | 4,8          | 5            | 69         | 0,01         | 1,41         | 0          | 1,62        | 24,65         | 23,4          | 14,02        | 0,9         |
| 134           | ФРИКАДЕЛКИ КУРИНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ | 90         | 4,5          | 9,98         | 5,7          | 77,7       | 0,04         | 5,6          | 130        | 0           | 181,93        | 82,1          | 2,12         | 0,05        |
| 185           | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 150/5      | 6,67         | 4,08         | 39,17        | 217,5      | 0,15         | 5,8          | 24         | 0,81        | 23,3          | 78,15         | 30,52        | 0,8         |
| 300           | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200        | 0,2          | 0            | 9,1          | 36         | 0            | 0            | 0          | 0           | 0,26          | 7,7           | 0            | 0,03        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,2       | 0,033        | 0            | 0          | 0,33        | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                      | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96         | 39,6       | 0,036        | 0            | 0          | 0,28        | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b> |                                     | <b>555</b> | <b>16,01</b> | <b>19,36</b> | <b>81,69</b> | <b>510</b> | <b>0,269</b> | <b>12,81</b> | <b>154</b> | <b>3,04</b> | <b>245,54</b> | <b>242,25</b> | <b>60,26</b> | <b>2,89</b> |



| № п/п              | Наименование блюда                             | Выход      | Белки, г     | Жиры, г      | Углевод<br>ы, г | Калорийнос<br>ть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг        | Р, мг         | Мг, мг       | Fe, мг      |
|--------------------|------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>1-ая неделя</b> |                                                |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| 75                 | Икра морковная                                 | 60         | 1,21         | 0,06         | 12,33           | 54,72                  | 0,03              | 2,53             | 0                | 12,18            | 27,92         | 36,55         | 19,34        | 0,6         |
| 139                | ГРЕЧКА С КУРИЦЕЙ ПО-КУПЕЧЕСКИ                  | 200        | 13,42        | 13,67        | 33,3            | 294,2                  | 0,17              | 12,2             | 156,5            | 0,75             | 229,27        | 165           | 27,35        | 1,24        |
| 300                | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200        | 0,2          | 0            | 9,1             | 36                     | 0                 | 0                | 0                | 0                | 0,26          | 7,7           | 0            | 0,03        |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76           | 70,2                   | 0,033             | 0                | 0                | 0,33             | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                                 | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96            | 39,6                   | 0,036             | 0                | 0                | 0,28             | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b>      |                                                | <b>510</b> | <b>18,47</b> | <b>14,23</b> | <b>77,45</b>    | <b>494,72</b>          | <b>0,269</b>      | <b>14,73</b>     | <b>156,5</b>     | <b>13,54</b>     | <b>272,85</b> | <b>260,15</b> | <b>60,29</b> | <b>2,98</b> |
| <b>6 день</b>      |                                                |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| 290                | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ                          | 100        | 8,5          | 12,84        | 19,9            | 162                    | 0,11              | 14,2             | 126,1            | 1,11             | 182,27        | 120,6         | 30,1         | 0,54        |
| 188                | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ              | 150/5      | 4,83         | 4            | 30,25           | 186,7                  | 0,11              | 0,7              | 24               | 0,81             | 38,66         | 78,15         | 13,36        | 0,86        |
| 300                | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200        | 0,2          | 0            | 9,1             | 36                     | 0                 | 0                | 0                | 0                | 0,26          | 7,7           | 0            | 0,03        |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76           | 70,2                   | 0,033             | 0                | 0                | 0,33             | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                                 | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96            | 39,6                   | 0,036             | 0                | 0                | 0,28             | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b>      |                                                | <b>505</b> | <b>17,17</b> | <b>17,34</b> | <b>81,97</b>    | <b>494,5</b>           | <b>0,289</b>      | <b>14,9</b>      | <b>150,1</b>     | <b>2,53</b>      | <b>236,59</b> | <b>257,35</b> | <b>57,06</b> | <b>2,54</b> |
| <b>2-ая неделя</b> |                                                |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| <b>1 день</b>      |                                                |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| 338                | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                  | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8             | 47                     | 0,03              | 7                | 0                | 0,2              | 16,1          | 11            | 9            | 1           |
| 110                | ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ                       | 90         | 8,6          | 14,3         | 10,3            | 177,1                  | 0,08              | 7,52             | 120,1            | 0,55             | 168,2         | 103           | 30,12        | 0,08        |
| 227                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ           | 150/5      | 5,42         | 3,67         | 20,1            | 194,2                  | 0,09              | 0                | 31,5             | 0,75             | 49,27         | 95            | 7,35         | 0,74        |
| 300                | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200        | 0,2          | 0            | 9,1             | 36                     | 0                 | 0                | 0                | 0                | 0,26          | 7,7           | 0            | 0,03        |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76           | 70,2                   | 0,033             | 0                | 0                | 0,33             | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                                 | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96            | 39,6                   | 0,036             | 0                | 0                | 0,28             | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b>      |                                                | <b>595</b> | <b>18,26</b> | <b>18,87</b> | <b>72,02</b>    | <b>564,1</b>           | <b>0,269</b>      | <b>14,52</b>     | <b>151,6</b>     | <b>2,11</b>      | <b>249,23</b> | <b>267,6</b>  | <b>60,07</b> | <b>2,96</b> |
| <b>2 день</b>      |                                                |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| 347                | КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ | 100        | 5,8          | 9,8          | 9,01            | 130,2                  | 0,04              | 11,6             | 103              | 1,4              | 195           | 56            | 11           | 0,6         |
| 183                | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ            | 150/5      | 8,83         | 5,67         | 32,58           | 260                    | 0,14              | 2,2              | 45               | 0,63             | 14,42         | 110,45        | 26,43        | 0,8         |
| 300                | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200        | 0,2          | 0            | 9,1             | 36                     | 0                 | 0                | 0                | 0                | 0,26          | 7,7           | 0            | 0,03        |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76           | 70,2                   | 0,033             | 0                | 0                | 0,33             | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                                 | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96            | 39,6                   | 0,036             | 0                | 0                | 0,28             | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b>      |                                                | <b>505</b> | <b>18,47</b> | <b>15,97</b> | <b>73,41</b>    | <b>536</b>             | <b>0,249</b>      | <b>13,8</b>      | <b>148</b>       | <b>2,64</b>      | <b>225,08</b> | <b>225,05</b> | <b>51,03</b> | <b>2,54</b> |



| № рецеп.           | Наименование блюда      | Выход      | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г  | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг        | Р, мг         | Мг, мг       | Fe, мг      |
|--------------------|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>2-ая неделя</b> |                         |            |              |              |              |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| <b>3 день</b>      |                         |            |              |              |              |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| 75                 | ИКРА МОРКОВНАЯ          | 60         | 1,21         | 0,06         | 12,33        | 54,72                  | 0,03              | 2,53             | 0                | 12,18            | 27,92         | 36,55         | 19,34        | 0,6         |
| 83                 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 100        | 8,8          | 12,55        | 8,47         | 134,6                  | 0,03              | 12,2             | 113              | 1                | 152           | 83            | 27,32        | 0,06        |
| 146                | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ       | 150        | 3,08         | 3,7          | 32,03        | 190,25                 | 0,16              | 0,38             | 46               | 0,15             | 75,6          | 93,5          | 6,4          | 1,14        |
| 302                | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 200        | 0,2          | 0            | 9,3          | 38                     | 0                 | 1,12             | 0                | 0,02             | 2,73          | 9,1           | 0,73         | 0,06        |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ          | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,2                   | 0,033             | 0                | 0                | 0,33             | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ          | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96         | 39,6                   | 0,036             | 0                | 0                | 0,28             | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b>      |                         | <b>560</b> | <b>16,93</b> | <b>16,81</b> | <b>84,85</b> | <b>527,37</b>          | <b>0,289</b>      | <b>16,23</b>     | <b>159</b>       | <b>13,96</b>     | <b>273,65</b> | <b>273,05</b> | <b>67,39</b> | <b>2,97</b> |

|               |                          |            |              |             |              |              |              |              |            |             |               |              |              |             |
|---------------|--------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|-------------|---------------|--------------|--------------|-------------|
| <b>4 день</b> |                          |            |              |             |              |              |              |              |            |             |               |              |              |             |
| 25            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60         | 1            | 4,8         | 5            | 69           | 0,01         | 1,41         | 0          | 1,62        | 24,65         | 23,4         | 14,02        | 0,9         |
| 138           | ПУЛОВ ИЗ ПТИЦЫ           | 200        | 12,2         | 13,2        | 22,2         | 267          | 0,16         | 12,61        | 166        | 0,6         | 210           | 167          | 22,55        | 0,07        |
| 310           | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ    | 200        | 0,5          | 0,1         | 30,9         | 123          | 0,06         | 0,11         | 0          | 0,4         | 14,19         | 19,2         | 8,07         | 0,89        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ           | 30         | 2,28         | 0,24        | 14,76        | 70,2         | 0,033        | 0            | 0          | 0,33        | 6             | 19,5         | 4,2          | 0,33        |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ           | 20         | 1,36         | 0,26        | 7,96         | 39,6         | 0,036        | 0            | 0          | 0,28        | 9,4           | 31,4         | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b> |                          | <b>510</b> | <b>17,34</b> | <b>18,6</b> | <b>80,82</b> | <b>568,8</b> | <b>0,299</b> | <b>14,13</b> | <b>166</b> | <b>3,23</b> | <b>264,24</b> | <b>260,5</b> | <b>58,24</b> | <b>2,97</b> |

|               |                                      |            |              |              |             |              |              |             |            |             |               |               |              |             |
|---------------|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>5 день</b> |                                      |            |              |              |             |              |              |             |            |             |               |               |              |             |
| 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                        | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8         | 47           | 0,03         | 7           | 0          | 0,2         | 16,1          | 11            | 9            | 1           |
| 134           | ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ | 90         | 4,5          | 9,98         | 5,7         | 77,7         | 0,04         | 5,6         | 130        | 0           | 181,93        | 82,1          | 2,12         | 0,05        |
| 183           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ  | 150/5      | 8,83         | 5,67         | 32,58       | 260          | 0,14         | 2,2         | 45         | 0,63        | 14,42         | 110,45        | 26,43        | 0,8         |
| 300           | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200        | 0,2          | 0            | 9,1         | 36           | 0            | 0           | 0          | 0           | 0,26          | 7,7           | 0            | 0,03        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76       | 70,2         | 0,033        | 0           | 0          | 0,33        | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96        | 39,6         | 0,036        | 0           | 0          | 0,28        | 9,4           | 31,4          | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b> |                                      | <b>595</b> | <b>17,57</b> | <b>16,55</b> | <b>79,9</b> | <b>530,5</b> | <b>0,279</b> | <b>14,8</b> | <b>175</b> | <b>1,44</b> | <b>228,11</b> | <b>262,15</b> | <b>51,15</b> | <b>2,99</b> |

|               |                                      |            |              |              |              |            |              |             |              |             |              |              |              |             |
|---------------|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| <b>6 день</b> |                                      |            |              |              |              |            |              |             |              |             |              |              |              |             |
| 290           | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ                | 100        | 8,5          | 12,84        | 19,9         | 162        | 0,11         | 14,2        | 126,1        | 1,11        | 182,27       | 120,6        | 30,1         | 0,54        |
| 227           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5      | 5,42         | 3,67         | 20,1         | 194,2      | 0,09         | 0           | 31,5         | 0,75        | 49,27        | 95           | 7,35         | 0,74        |
| 300           | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200        | 0,2          | 0            | 9,1          | 36         | 0            | 0           | 0            | 0           | 0,26         | 7,7          | 0            | 0,03        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,2       | 0,033        | 0           | 0            | 0,33        | 6            | 19,5         | 4,2          | 0,33        |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 20         | 1,36         | 0,26         | 7,96         | 39,6       | 0,036        | 0           | 0            | 0,28        | 9,4          | 31,4         | 9,4          | 0,78        |
| <b>Итого:</b> |                                      | <b>505</b> | <b>17,76</b> | <b>17,01</b> | <b>71,82</b> | <b>502</b> | <b>0,269</b> | <b>14,2</b> | <b>157,6</b> | <b>2,47</b> | <b>247,2</b> | <b>274,2</b> | <b>51,05</b> | <b>2,42</b> |