МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Согласовано
Директор ...
М.А. Кондратьев

УТВЕРЖДАЮ
(подпись)

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ

На категорию питающихся 1-4 классы
Столовая Обед 92

Тип планового меню Обед 92
Ответственный

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			Химический состав					Наименование пищевых веществ: Витамины			Минералы, мг			
Обед			**700**	**27,35**	**24,17**	**100,58**	**729,25**	**22,38**	**0,84**	**281,65**	**359,71**	**413,01**	**102,51**	**5,61**
Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной			205	2,12	3,1	17,4	105,98	20,2	0,02	102,65	63,26	31,94	13,54	1,46
Крупа рис круглозерный*	4,00	4												
Томатная паста*	4,00	4												
Капуста (очищенная)*	40,00	40												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02												
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02												
Вода	180,00	180												
Каша перловая с овощами и мясом			240	19,96	20,5	39,8	423,54	1,3	0,72	102	214	283,7	48,17	2,07
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	100,00	100												
Крупа перловая*	47,60	47,6												
Вода	116,70	116,7												
Лук репчатый (очищенный)*	23,00	23												
Масло растительное*	3,50	3,5												
Морковь (очищенная)*	18,00	18												
Соль*	0,60	0,6												
Масло сливочное*	10,00	10												
Чеснок сушеный*	0,10	0,1												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Компот из кураги			200	1,14		19,9	84,16	0,88	0,02	77	66,2	32,12	23,1	0,7
Курага*	22,00	22												
Сахар*	7,00	7												
Вода	175,00	175												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,88	45,91		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:				**27,35**	**24,17**	**100,58**	**729,25**	**22,38**	**0,84**	**281,65**	**359,71**	**413,01**	**102,51**	**5,61**

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			Химический состав					Наименование пищевых веществ: Витамины			Минералы, мг			
Обед			**700**	**27,72**	**30,55**	**113,58**	**840,15**	**31,3**	**0,38**	**376,45**	**383,45**	**317,86**	**114,98**	**6,09**
Суп-пюре из картофеля, с сухариками			220	5,63	10,1	43,8	288,62	15,2	0,16	144,4	157,6	124,52	34,18	1,31
Картофель (очищенный)*	72,00	72												
Морковь (очищенная)*	16,00	16												
Лук репчатый (очищенный)*	16,00	16												
Мука в/с*	4,00	4												
Молоко цельное*	30,00	30												
Масло сливочное*	6,00	6												
Вода	150,00	150												
Соль*	0,40	0,4												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Наггетсы "Детские"			100	16,5	16,5	20,3	295,7	4	0,11	129	129	70,2	33,8	1,52
Наггетсы "Детские"(пром-ного пр-ва)*	110,00	110												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Капуста тушеная			150	3,2	3,5	18,6	119,5	12	0,05	103	82	60	26,4	1,18
Капуста (очищенная)*	172,00	172												
Масло растительное*	3,00	3												
Морковь (очищенная)*	3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*	6,00	6												
Томатная паста*	3,00	3												
Мука в/с*	3,00	3												
Сахар*	3,00	3												
Соль*	0,70	0,7												
Чай с сахаром			200	0,2	0,05	20,03	81,37	0,1		0,05	4,95	8,24	4,4	0,82
Сахар*	7,00	7												
Чай*	3,00	3												
Вода	210,00	210												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Итого:				**27,72**	**30,55**	**113,58**	**840,15**	**31,3**	**0,38**	**376,45**	**383,45**	**317,86**	**114,98**	**6,09**

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			Химический состав					Наименование пищевых веществ: Витамины			Минералы, мг			
Обед			**700**	**27,97**	**26,42**	**103,59**	**764,02**	**18,3**	**0,36**	**280,02**	**390,16**	**356,37**	**74,43**	**6,3**
Суп куриный с вермишелью (ЦБ)			200	5,02	4,84	25,77	165,72	9,2	0,09	120,32	13,96	63,12	17,93	0,76
Набор из мяса ЦБ*	23,08	15												
Картофель (очищенный)*	40,00	40												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Масло сливочное*	4,00	4												
Макаронные изделия (паутинка)*	4,00	4												
Соль*	1,00	1												

Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	180,00	180												
Омлет с сыром, со сливочным маслом (5)			235	17,5	20,9	27,36	367,54	2,5	0,17	141,4	299,3	210,6	32,4	3,8
Меланж*	180,00	180												
Молоко цельное*	63,00	63												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	1,10	1,1												
Сыр*	20,20	20												
Масло сливочное*	10,00	10												
Компот из смеси сухофруктов			200	0,6		22,8	93,6	6,6		18,3	60	5	3	0,1
Сухофрукты*	25,00	25												
Сахар*	7,00	7												
Вода	180,00	180												
Хлеб пшеничный			35	2,66	0,28	17,01	81,2		0,04		7	22,75	4,9	0,38
Хлеб пшеничный*	35,00	35												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,55	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Итого:				**27,97**	**26,42**	**103,59**	**764,02**	**18,3**	**0,36**	**280,02**	**390,16**	**356,37**	**74,43**	**6,3**

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			**700**	**32,67**	**27,03**	**112,1**	**822,35**	**19,52**	**1,34**	**218,27**	**389,93**	**580,9**	**147,48**	**9,07**
Борщ Сибирский, со сметаной			205	1,54	3,09	14,59	92,29	15,02	0,04	149,21	35,04	41,64	17,96	0,9
Свёкла (очищенная)*	32,00	32												
Капуста (очищенная)*	16,00	16												
Картофель (очищенный)*	12,00	12												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Томатная паста*	2,40	2,4												
Масло растительное*	2,00	2												
Фасоль консервированная*	13,33	8												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Вода	160,00	160												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Мясо тушеное, с овощами			90	11,5	11,2	12,1	195,2	1,9	0,48	10,8	13,3	125,5	19,1	1,1
Говядина*	64,00	64												
Масло растительное*	3,00	3												
Масло сливочное*	7,00	7												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Морковь (очищенная)*	20,00	20												
Томатная паста*	10,00	10												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,50	0,5												
Вода	25,00	25												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Пюре из бобовых			150	8,96	6,97	27,44	249,33		0,66	32,26	87,34	168,51	64,72	5,17
Крупа горох*	73,50	73,5												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,50	0,5												
Кофейный напиток на цельном молоке (6/15/200)			200	6,54	5,2	24,5	170,96	2,6	0,08	26	240	180	28	0,52
Кофейный напиток*	6,00	6												
Молоко цельное*	200,00	200												
Сахар*	15,00	15												
Вода	20,00	20												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,69	45,81		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:				**32,67**	**27,03**	**112,1**	**822,35**	**19,52**	**1,34**	**218,27**	**389,93**	**580,9**	**147,48**	**9,07**

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			**725**	**29,39**	**25,22**	**101,17**	**749,22**	**15,96**	**0,32**	**185,23**	**455,57**	**440,75**	**71,55**	**2,26**
Рассольник ленинградский			200	5,1	3,28	14,39	107,48	13,42	0,09	98,51	19,9	60,32	21,06	0,78
Картофель (очищенный)*	60,00	60												
Крупа перловая*	4,00	4												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	4,00	4												
Огурцы консервированные (соленые)*	21,82	12												
Масло растительное*	2,00	2												
Вода	150,00	150												
Соль*	0,30	0,3												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02												
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02												
Картофельная запеканка с рыбой, со сливочным маслом			240	14,33	14,4	41,07	351,2	1	0,09	66,67	159,07	115,33	4,67	0,13
Минтай филе п/ф*	86,00	86												
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15												
Масло сливочное*	7,00	7												
Картофель (очищенный)*	155,00	155												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	6,25	4												
Соль*	0,20	0,2												
Сыр*	10,10	10												
Масло растительное*	3,00	3												
Масло сливочное*	10,00	10												
Кефир с сахаром			235	6,2	7,04	24,01	184,2	1,54	0,07	0,05	264	209	30,8	0,22
Кефир*	227,70	220												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33

Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,7	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Итого:				**29,39**	**25,22**	**101,17**	**749,22**	**15,96**	**0,32**	**185,23**	**455,57**	**440,75**	**71,55**	**2,26**

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углев.	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			**915**	**27,09**	**26,85**	**119,65**	**817,91**	**15,28**	**0,39**	**377,84**	**360,48**	**354,43**	**119,02**	**7,99**
Суп картофельный с бобовыми, с гренками			220	5,9	3,2	28,2	164,8	5,1	0,18	125,34	30,2	89,7	29,68	1,59
Крупа горох*	12,00	12												
Картофель (очищенный)*	36,00	36												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Гренки	20,00	20												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	160,00	160												
Плов с мясом			230	15,16	23	22,03	355,84	3	0,1	150	187,83	82,56	19,14	2,35
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	103,00	103												
Крупа рис пропаренный*	54,00	54												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15												
Морковь (очищенная)*	18,00	18												
Томатная паста*	5,00	5												
Соль*	1,50	1,5												
Чеснок сушеный*	0,05	0,05												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Компот из кураги			200	0,14		16	64,16	0,66	0,02	77	68,2	32,12	23,1	0,7
Курага*	22,00	22												
Сахар*	7,00	7												
Вода	175,00	175												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,68	45,81		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	71,5	6		25	58	78,3	28	1,9
Сок(т/п)*	200,00	200												
Итого:				**27,09**	**26,85**	**119,65**	**817,91**	**15,28**	**0,39**	**377,84**	**360,48**	**354,43**	**119,02**	**7,99**

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углев.	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			700	23,45	25,61	100,91	716,73	37,85	0,46	326,59	**335,53**	**350,86**	**114,3**	**6,22**
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			205	1,6	4,18	13,48	64,8	15,42	0,04	114,89	49,46	41,72	17,84	0,87
Свёкла (очищенная)*	32,00	32												
Капуста (очищенная)*	16,00	16												
Картофель (очищенный)*	16,00	16												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Томатная паста*	2,40	2,4												
Масло растительное*	2,00	2												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	4,00	4												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Вода	160,00	160												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Бифштекс "Богатырь"			90	14,75	18,14	23,15	314,86	1,86	0,19	36,75	209,45	156,6	42,75	2,52
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	35,00	35												
Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	45,00	45												
Лук репчатый (очищенный)*	18,00	18												
Вода	5,40	5,4												
Соль*	0,50	0,5												
Масло растительное*	2,70	2,7												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	14,00	9												
Рагу овощное			150	2,97	2,74	19,24	113,5	10,77	0,09	174,95	39,35	71,69	29,91	1,15
Картофель (очищенный)*	71,00	71												
Морковь (очищенная)*	21,00	21												
Капуста (очищенная)*	41,00	41												
Лук репчатый (очищенный)*	21,00	21												
Томатная паста*	3,50	3,5												
Масло растительное*	2,20	2,2												
Мука в/с*	1,80	1,8												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	20,30	20,3												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Сок фруктовый разливной			200			21,56	88	9,8	0,06		23	15,6	6,1	0,3
Сок(разливной)*	200,00	200												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,78		0,03		6	19,5	4,2	0,33
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,68	45,81		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
Итого:				**23,45**	**25,61**	**100,91**	**716,73**	**37,85**	**0,46**	**326,59**	**335,53**	**350,86**	**114,3**	**6,22**

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углев.	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			**700**	**31,3**	**31,68**	**100,61**	**812,76**	**27,87**	**0,58**	**213,78**	**345,1**	**559,39**	**181,1**	**5,55**

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			205	2,5	4,7	16,5	117,5	24,72	0,05	101,73	32,86	39,76	24,88	0,53
Капуста (очищенная)*	40,00	40												
Картофель (очищенный)*	24,00	24												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Томатная паста*	2,00	2												
Масло растительное*	2,00	2												
Сметана*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	150,00	150												
Гречетто с мясом			230	20,3	19,7	45,7	441,3	1,61	0,43	112	42,24	291,13	121,22	4,37
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	94,00	94												
Крупа гречневая*	56,60	56,6												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Томатная паста*	4,00	4												
Соль*	1,00	1												
Вода	155,00	155												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Кефир с сахаром			235	6,2	7,04	24,07	194,2	1,54	0,07	0,05	264	209	30,8	0,22
Кефир*	227,70	220												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:				31,3	31,68	100,61	812,76	27,87	0,58	213,78	345,1	559,39	181,1	5,55

9 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Химический состав: Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. ценность, ккал	Наименование пищевых веществ: Витамины: С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Минералы, мг: Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			700	28,67	25,4	102,97	755,16	25,26	0,4	179,8	336,93	467,77	115,22	3,92
Солянка куриная			205	5,02	4,84	16,77	106,72	9,2	0,09	120,32	13,96	63,12	17,93	0,76
Набор из мяса ЦБ*	23,08	15												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Картофель*	58,33	35												
Огурцы консервированные (соленые)*	21,02	12												
Оливки*	9,09	5												
Маслины*	7,09	5												
Томатная паста*	8,00	8												
Масло сливочное*	6,00	6												
Соль*	0,50	0,5												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	180,00	180												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Сметана*	5,00	5												
Рыба, запеченная "Солнышко" (ШК)			100	16,6	13,8	13,8	244,8	6,7	0,09	53	211,17	237,6	45,03	0,43
Минтай филе пф.*	82,00	82												
Мука в/с*	6,00	6												
Масло растительное*	2,00	2												
Меланж*	30,00	30												
Молоко цельное*	15,00	15												
Соль*	0,30	0,3												
Картофельное пюре			150	3,13	6,5	23,65	165,62	10,36	0,12	6,48	84,2	83,4	29,56	1,06
Картофель (очищенный)*	128,00	128												
Молоко цельное*	24,00	24												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	0,30	0,3												
Напиток фруктовый "Изюминка"			200	0,36		22,5	93,44		0,03		16	25,8	8,4	0,6
Изюм*	20,00	20												
Сахар*	10,00	10												
Вода	190,00	190												
Хлеб пшеничный			25	1,9	0,2	12,15	58		0,03		5	16,25	3,5	0,27
Хлеб пшеничный*	25,00	25												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Итого:				28,67	25,4	102,97	755,16	20,26	0,4	179,8	336,93	467,77	115,22	3,92

10 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Химический состав: Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. ценность, ккал	Наименование пищевых веществ: Витамины: С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Минералы, мг: Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			885	26,73	36,19	109,82	861,21	33,08	0,71	204,05	328,07	473,83	107,22	5,47
Суп из овощей, со сметаной			205	2,03	4,9	9,6	94,42	21,25	0,07	100,15	28,06	46,72	19,02	0,68
Капуста (очищенная)*	25,00	25												
Картофель (очищенный)*	40,00	40												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Горошек зеленый*	9,23	6												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02												
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02												
Вода	160,00	160												
Мясо тушеное в сметанном соусе			90	11,42	16,92	11,3	243,16	3,61	0,47	12,6	25,11	124,51	18,4	0,91
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	59,00	59												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Сметана*	10,00	10												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	30,00	30												
Лавровый лист*	0,02	0,02												

Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Макароны отварные			150	5,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,11	10,3	42,7	5,6	0,77
Макаронные изделия*	52,50	52,5												
Масло сливочное*	12,00	12												
Соль*	0,50	0,5												
Какао на цельном молоке (70/10/3)			200	4,04	4,85	17,5	129,81	2,02	0,04	22,19	196	132	20,6	0,19
Какао*	3,00	3												
Молоко цельное*	70,00	70												
Сахар*	10,00	10												
Вода	145,00	145												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	43,44		0,02		4	13	2,8	0,22
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	74,6	6		25	58	78,3	28	1,9
Сок(т/п)*	200,00	200												
Итого:				26,73	36,19	109,82	861,21	33,08	0,71	204,05	328,07	473,83	107,22	5,47