

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОАУ "СОШ №3"

Утямишева Л.Р.  
2024 г.

Расчет стоимости меню ОБЗ СОШ № 3 на 01.09.2024 г  
прейскурант цен с 01 сентября 2024 год

Стоимость питания 1 - 4 класс - 78,30 руб.



Наименование блюд	Выход	Выход	Наименование сырья	брутто с 7 до 11 лет	нетто с 7 до 11 лет	брутто с 12 до 18 лет	нетто с 12 до 18 лет	цена за единицу	Стоимость с 7 до 11 лет	Стоимость с 12 до 18 лет
<b>Понедельник 1 неделя</b>										
<b>Завтрак</b>										
котлета из кур	90	90	куры потрош.	95,6	66	95,6	66	270	25,812	25,812
			лук репка	6,3	5,4	6,3	5,4	50	0,315	0,315
			молоко	16	16	16	16	72	1,152	1,152
			хлеб пшенич.	16	16	16	16	85	1,36	1,36
			сухари паниров.	9	9	9	9	220	1,98	1,98
			масло сливоч.	5,4	5,4	5,4	5,4	790	4,266	4,266
макароны отварные	150	150	макароны	51	51	51	51	65	3,315	3,315
			масло сливоч.	5,25	5,25	5,25	5,25	790	4,1475	4,1475
соус красный	30	30	масло сливоч.	0,6	0,6	0,6	0,6	790	0,474	0,474
			мука	1,5	1,5	1,5	1,5	50	0,075	0,075
			томат	1,2	1,2	1,2	1,2	272	0,3264	0,3264
			морковь до 01.01	3	2,4	3	2,4	55	0,165	0,165
			с 01.01	3,2	2,4	3,2	2,4		0	0
			лук репка	0,72	0,6	0,72	0,6	50	0,036	0,036
			сахар	0,45	0,45	0,45	0,45	87	0,03915	0,03915
сыр порционно	10	10	сыр	10,3	10	10,3	10	650	6,695	6,695
повидло фруктовое	15	15	повидло фрукт.	15	15	15	15	265	3,975	3,975
хлеб пшеничный	40	40	хлеб пшеничный	40	40	40	40	85	3,4	3,4
чай с сахаром	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	15	15	15	15	87	1,305	1,305
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
<b>итого завтрак</b>									<b>59,64905</b>	<b>59,64905</b>
<b>Обед</b>										
свекольник со сметаной	200/5	200/5	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	47	35	47	35	45	2,115	2,115
			с 01.11-31.12	50	35	50	35		0	0
			с 01.01-29.02	54	35	54	35		0	0
			с 01.03	59	35	59	35		0	0
			лук репка	11	9	11	9	50	0,55	0,55
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,64	8	10,64	8		0	0
			масло растит.	4	4	4	4	180	0,72	0,72
			свекла до 01.01	64	51	64	51	52	3,328	3,328
			с 01.01	68	51	68	51		0	0
			сахар	1	1	1	1	87	0,087	0,087
			сметана	5	5	5	5	290	1,45	1,45
сок	180	180	сок	180	180	180	180	70	12,6	12,6
хлеб пшенич.	30	30	хлеб пшенич.	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
<b>Итого обед</b>									<b>23,9676</b>	<b>23,9676</b>
<b>Итого день</b>									<b>83,61665</b>	<b>83,61665</b>
<b>Вторник 1 неделя</b>										
<b>Завтрак</b>										
молоке	200/5	200/5	рис	10,6	10,6	10,6	10,6	130	1,378	1,378
			пшено	14,6	14,6	14,6	14,6	58	0,8468	0,8468
			молоко	182	182	182	182	72	13,104	13,104

			сахар	5	5	5	5	87	0,43	
			масло сливоч.	5	5	5	5	790	3,95	
масло сливочное	10	10	масло сливочное	10	10	10	10	790	7,9	
чай с молоком и сахаром	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,8	
			молоко	50	50	50	50	72	3,6	
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	
яблоко	120	120	яблоко	120	120	120	120	190	22,8	22,8
хлеб пшеничный	30	30	хлеб пшеничный	30	30	30	30	85	2,55	2,55
хлеб ржаной	20	20	хлеб ржаной	20	20	20	20	88	1,76	1,76
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
<b>Итого завтрак</b>									<b>60,0048</b>	<b>60,0048</b>
<b>Обед</b>									0	
борщ с капуст. И сметан.	200/5	200/5	свекла до 01.01	40	32	40	32	52	2,08	2,08
			с 01.01	42,6	32	42,6	32		0	0
			капуста свежая	20	16	20	16	40	0,8	0,8
			или квашеная	17,2	12	17,2	12		0	0
			картофель						0	0
			с 01.09-31.10	21,4	16	21,4	16	45	0,963	0,963
			с 01.11-31.12	22,9	16	22,9	16		0	0
			с 01.01-29.02	24,6	16	24,6	16		0	0
			с 01.03	26,7	16	26,7	16		0	0
			сахар	2	2	2	2	87	0,174	0,174
			лук репка	11,9	10	11,9	10	50	0,595	0,595
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,6	8	10,6	8		0	0
			масло сливочное	4,88	4,88	4,88	4,88	790	3,8552	3,8552
			томат паста	2,4	2,4	2,4	2,4	272	0,6528	0,6528
			сметана	5	5	5	5	290	1,45	1,45
компот из сухофруктов	180	180	смесь фруктов	18	18	18	18	150	2,7	2,7
			сахар	18	18	18	18	87	1,566	1,566
хлеб пшеничный	30	30	хлеб пшеничный	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
<b>Итого в обед</b>									<b>17,9536</b>	<b>17,9536</b>
<b>Итого день</b>									<b>77,9584</b>	<b>77,9584</b>
<b>Среда 1 неделя</b>										
<b>Завтрак</b>										
фрикадельки из говядины	90/30	90/30	говядина	62	62	62	62	670	41,54	41,54
			хлеб пшен.	13	13	13	13	85	1,105	1,105
			лук репка	8,2	7	8,2	7	50	0,41	0,41
			мука	8	8	8	8	50	0,4	0,4
			масло сливоч.	0,6	0,6	0,6	0,6	790	0,474	0,474
			мука	1,5	1,5	1,5	1,5	50	0,075	0,075
			томат	1,2	1,2	1,2	1,2	272	0,3264	0,3264
			морковь до 01.01	3	2,4	3	2,4	55	0,165	0,165
			с 01.01	3,2	2,4	3,2	2,4		0	0
			лук репка	0,72	0,6	0,72	0,6	50	0,036	0,036
			сахар	0,45	0,45	0,45	0,45	87	0,03915	0,03915
каша гречневая вязкая	150	150	гречка	37,5	37,5	37,5	37,5	70	2,625	2,625
			масло сливочное	5,25	5,25	5,25	5,25	790	4,1475	4,1475
масло сливочное	10	10	масло сливочное	10	10	10	10	790	7,9	7,9
хлеб пшеничный	40	40	хлеб пшеничный	40	40	40	40	85	3,4	3,4
чай с лимоном и сах.	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
			лимон	8	7	8	7	270	2,16	2,16
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
<b>Итого завтрак</b>									<b>66,48405</b>	<b>66,48405</b>
<b>Обед</b>										
горохом	200	200	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	53,2	40	53,2	40	45	2,394	2,394

			с 01.11-31.12	57,2	40	57,2	40		0	0
			с 01.01-29.02	61,6	40	61,6	40		0	0
			с 01.03	66,8	40	66,8	40		0	0
			горох	16,2	16	16,2	16	62	1,0044	1,0044
			лук репка	9,6	8	9,6	8	50	0,48	0,48
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,6	8	10,6	8		0	0
			масло сливоч.	4,88	4,88	4,88	4,88	790	3,8552	3,8552
кисель из концентрата	180	180	кисель п/ф	22,5	22,5	22,5	22,5	135	3,0375	3,0375
хлеб пшенич.	30	30	хлеб пшенич.	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,02	0,0176
<b>итого обед</b>									<b>13,89</b>	<b>13,8887</b>
<b>Итого день</b>									<b>80,37</b>	<b>80,37275</b>
<b>Четверг 1 неделя</b>										
<b>Завтрак</b>										
Тфтели рыбные	90/30	90/30	минтай	85	61	85	61	182	15,47	15,47
			мука	7,2	7,2	7,2	7,2	50	0,36	0,36
			лук репка	14,4	11,4	14,4	11,4	50	0,72	0,72
			молоко	18	18	18	18	72	1,30	1,296
			хлеб пшенич.	12,4	12,4	12,4	12,4	85	1,05	1,054
			масло растит.	5,9	5,9	5,9	5,9	180	1,06	1,062
			масло сливоч.	1,4	1,4	1,4	1,4	790	1,11	1,106
			мука	1,4	1,4	1,4	1,4	50	0,07	0,07
			морковь до 01.01	2,3	1,8	2,3	1,8	55	0,13	0,1265
			с 01.01	2,4	1,8	2,4	1,8		0,00	0
			лук репка	0,75	0,6	0,75	0,6	50	0,04	0,0375
			масло слив.	0,45	0,45	0,45	0,45	790	0,36	0,3555
			сахар	0,3	0,3	0,3	0,3	87	0,03	0,0261
			томат	4,2	4,2	4,2	4,2	272	1,14	1,1424
картофель отварной	150/3	150/3	картофель						0,00	0
			с 01.09-31.10	246	154	246	154	45	11,07	11,07
			01.11-31.12	265	154	265	154		0,00	0
			01.01-28.02	285	154	285	154		0,00	0
			с 01.03	309	154	309	154		0,00	0
			масло сливоч.	3	3	3	3	790	2,37	2,37
сыр порционно	15	15	сыр	15,5	15	15,5	15	650	10,08	10,075
хлеб пшеничный	40	40	хлеб пшеничный	40	40	40	40	85	3,40	3,4
чай с сахаром	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,80	0,8
			сахар	15	15	15	15	87	1,31	1,305
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,01	0,011
<b>итого завтрак</b>									<b>51,86</b>	<b>51,857</b>
<b>Обед</b>										
суп с клецками	200	200	картофель						0,00	0
			с 01.09-31.10	53	40	53	40	45	2,39	2,385
			с 01.11-31.12	57	40	57	40		0,00	0
			с 01.01-29.02	62	40	62	40		0,00	0
			с 01.03	67	40	67	40		0,00	0
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,6	8	10,6	8		0,00	0
			лук	9,6	8	9,6	8	50	0,48	0,48
			масло сливочное	2	2	2	2	790	1,58	1,58
			мука	2,9	2,9	2,9	2,9	50	0,15	0,145
			масло сливочное	0,4	0,4	0,4	0,4	790	0,32	0,316
			яйцо	0,56	0,5	0,56	0,5	241,67	0,14	0,135335
компот из свежих фруктов	180	180	яблоки свеж.	40,8	36	40,8	36	130	5,30	5,304
			сахар	21,6	21,6	21,6	21,6	87	1,88	1,8792
хлеб пшенич.	20	20	хлеб пшенич.	20	20	20	20	85	1,70	1,7
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,02	0,0176
<b>Итого обед</b>									<b>14,49</b>	<b>14,49214</b>

Итого день										66,35
Пятница 1 неделя										
Завтрак										
омлет натуральный	160	160	яйцо	89,6	80	89,6	80	241,67	21,653632	21,6
			молоко	100	100	100	100	72	7,2	
			масло сливочное	6	6	6	6	790	4,74	4,7
масло сливочное	10	10	масло сливочное	10	10	10	10	790	7,9	7,9
какао с молоком	200	200	молоко	100	100	100	100	72	7,2	7,2
			какао порошок	2	2	2	2	800	1,6	1,6
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
хлеб пшеничный	40	40	хлеб пшеничн.	40	40	40	40	85	3,4	3,4
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
итого завтрак									54,574632	54,57463
Обед										
Суп из овощей	200	200	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	53,4	40	53,4	40	45	2,403	2,403
			01.-31.12	57	40	57	40		0	0
			01.01-28.02	62	40	62	40		0	0
			с 01.03	67	40	67	40		0	0
			капуста белокоч.	20	16	20	16	40	0,8	0,8
			лук репка	9,6	8	9,6	8	50	0,48	0,48
			масло сливочн.	4	4	4	4	790	3,16	3,16
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,64	8	10,64	8		0	0
			зелен. Горош. Кон	9,2	6	9,2	6	175	1,61	1,61
			сметана	4	4	4	4	290	1,16	1,16
чай с лимоном	180	180	чай сухой	0,9	0,9	0,9	0,9	800	0,72	0,72
			сахар	9	9	9	9	87	0,783	0,783
			лимон	7,2	6,3	7,2	6,3	270	1,944	1,944
хлеб пшеничный	30	30	хлеб пшеничный	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
итого обед									16,1776	16,1776
итого день									70,752232	70,75223
Понедельник 2 неделя										
Завтрак										
рыба туш с овощами	75/50	75/50	минтай	127,5	93	127,5	93	182	23,205	23,205
			лук репка	15,1	12,7	15,1	12,7	50	0,755	0,755
			морковь до 01.01	22,5	18	22,5	18	55	1,2375	1,2375
			с 01.01	23,9	18	23,9	18		0	0
			томат	4	4	4	4	272	1,088	1,088
			масло растит.	5,3	5,3	5,3	5,3	180	0,954	0,954
			сахар	1,7	1,7	1,7	1,7	87	0,1479	0,1479
картоф. Пюре	150	150	картофель с 01.09	170	128	170	128	45	7,65	7,65
			с 01.11-31.12	183	128	183	128		0	0
			01.01-29.02	197	128	197	128		0	0
			с 01.03	214	128	214	128		0	0
			масло сливочное	5,25	5,25	5,25	5,25	790	4,1475	4,1475
			молоко	23,7	23,7	23,7	23,7	72	1,7064	1,7064
масло сливочное	10	10	масло сливочное	10	10	10	10	790	7,9	7,9
чай с сахаром	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	15	15	15	15	87	1,305	1,305
хлеб пшенич.	50	50	хлеб пшеничн.	50	50	50	50	85	4,25	4,25
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
итого завтрак									55,1573	55,1573
Обед										
смет.	200/5	200/5	капуста белокоч.	50	40	50	40	40	2	2
			или квашеная	57,2	40	57,2	40		0	0
			картофель						0	0
			с 01.09-31.10	32	24	32	24	45	1,44	1,44

			с 01.11-31.12	34	24	34	24		0	0
			с 01.01-29.02	37	24	37	24		0	0
			с 01.03	40	24	40	24		0	0
			лук репка	11,9	10	11,9	10	50	0,595	0,595
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,6	8	10,6	8		0	0
			масло сливоч.	4,88	4,88	4,88	4,88	790	3,8552	3,8552
			томат. паста	0,8	0,8	0,8	0,8	272	0,2176	0,2176
			сметана	5	5	5	5	290	1,45	1,45
чай с сахаром	180	180	чай сухой	0,9	0,9	0,9	0,9	800	0,72	0,72
			сахар	13,5	13,5	13,5	13,5	87	1,1745	1,1745
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
хлеб пшеничный	30	30	хлеб пшенич	30	30	30	30	85	2,55	2,55
<b>итого обед</b>									<b>14,5699</b>	<b>14,5699</b>
<b>итого день</b>									<b>69,7272</b>	<b>69,7272</b>

**Вторник 2 недели**

**Завтрак**

фрикадельки из кур	90	90	курица	74	67	74	67	270	19,98	19,98
			хлеб пшеничный	14,4	14,4	14,4	14,4	85	1,224	1,224

			яйцо	8,1	7,2	8,1	7,2	241,67	1,35752	1,35752
			молоко	19,3	19,3	19,3	19,3	72	1,3908	1,3908
макаронь отварные	150	150	макаронь	5,1	5,1	5,1	5,1	60	1,11	1,11
			масло сливоч.	5,25	5,25	5,25	5,25	790	4,1475	4,1475
хлеб пшеничный	35	35	хлеб пшеничный	35	35	35	35	85	2,975	2,975
масло сливочное	10	10	масло сливочное	10	10	10	10	790	7,9	7,9
чай с лимоном и сах	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	1,8	1,8
			сахар	10	10	10	10	87	1,47	1,47
			лимон	8	7	8	7	270	2,16	2,16
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,11	0,11
<b>итого завтрак</b>									<b>46,729627</b>	<b>46,729627</b>

**Обед**

суп любитель	200	200	картофель						0	0
			с 01.01-31.10	60	60	60	60	45	1,8	1,8
			с 01.11-31.12	66	60	66	60		0	0
			с 01.01-29.02	92	60	92	60		0	0
			с 01.03	100	60	100	60		0	0
			лук репка	9	8	9	8	50	0,45	0,45
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,64	8	10,64	8		0	0
			масло растит	3	3	3	3	180	0,54	0,54
			трени	8	8	8	8	70	0,56	0,56
масло концентрат	180	180	масло п/ф	22,5	22,5	22,5	22,5	130	1,3375	1,3375
хлеб пшенич	30	30	хлеб пшенич	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
<b>Итого обед</b>									<b>11,3061</b>	<b>11,3061</b>
<b>Итого в день</b>									<b>68,034727</b>	<b>68,034727</b>

**Среда 2 недели**

**Завтрак**

макаронь с сахаром	90	90	макаронь до 01.01	7,2	67,0	7,2	67,0	30	3,96	3,96
			с 01.01	7,0	67,0	7,0	67,0		0	0
			каша	3	3	3	3	87	0,261	0,261
сливки масляе	90	90	сливки жирн	97	97	97	97	670	38,19	38,19
			мас	7,5	7,5	7,5	7,5	130	0,975	0,975
			лук	31,5	27	31,5	27	50	1,575	1,575
			масло сливочное	4,5	4,5	4,5	4,5	790	3,555	3,555
			мука	6	6	6	6	50	0,3	0,3
			масло растител	7,4	7,4	7,4	7,4	180	1,332	1,332
картофель отварной	150/3	150/3	картофель						0,00	0,00

			с 01.09-31.10	246	154	246	154		0,00	
			01.11-31.12	265	154	265	154		0,00	
			01.01-28.02	285	154	285	154		0,00	
			с 01.03	309	154	309	154		0,00	
			масло сливоч.	3	3	3	3	790	2,37	2,37
чай с молоком и сахаром	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			молоко	50	50	50	50	72	3,6	3,6
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
хлеб пшенич.	30	30	хлеб пшенич.	30	30	30	30	85	2,55	2,55
			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
<b>итого завтрак</b>									<b>71,419</b>	<b>71,419</b>
<b>Обед</b>									<b>0</b>	<b>0</b>
суп картоф. с крупой	200	200	молодой	75	60	75	60		0	0
			с 01.09-31.10	80	60	80	60	45	3,6	3,6
			с 01.11-31.12	86	60	86	60		0	0
			с 01.01-29.02	92	60	92	60		0	0
			с 01.03	100	60	100	60		0	0
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			морковь с 01.01	10,6	8	10,6	8		0	0
			лук	9,6	8	9,6	8	50	0,48	0,48
			масло растител.	2,6	2,6	2,6	2,6	180	0,468	0,468
			пшено	4	4	4	4	58	0,232	0,232
компот из сухофруктов	180	180	смесь фруктов	18	18	18	18	150	2,7	2,7
			сахар	18	18	18	18	87	1,566	1,566
хлеб пшеничн.	30	30	хлеб пшенич.	30	30	30	30	85	2,55	2,55
			соль (дневная норма)	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
<b>Итого обед</b>									<b>12,1636</b>	<b>12,1636</b>
<b>итого день</b>									<b>83,5826</b>	<b>83,5826</b>
<b>Четверг 2 неделя</b>										
<b>Завтрак</b>										
котлета московская	90	90	говядина	64,69	64,69	64,69	64,69	670	43,3423	43,3423
			лук репка	1,3	1,09	1,3	1,09	50	0,065	0,065
			хлеб пшенич.	15,3	15,3	15,3	15,3	85	1,3005	1,3005
			сухари панир.	4,4	4,4	4,4	4,4	220	0,968	0,968
			масло сливоч.	5,3	5,3	5,3	5,3	790	4,187	4,187
рис припущен.	150	150	рис	52,5	52,5	52,5	52,5	130	6,825	6,825
			масло сливочное	5,25	5,25	5,25	5,25	790	4,1475	4,1475
коф. Напит. С молоком	200	200	коф. Напиток	2	2	2	2	700	1,4	1,4
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
			молоко	100	100	100	100	72	7,2	7,2
хлеб ржаной	20	20	хлеб ржаной	20	20	20	20	88	1,76	1,76
хлеб пшеничный	40	40	хлеб пшеничный	40	40	40	40	85	3,4	3,4
			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
<b>итого завтрак</b>									<b>75,4763</b>	<b>75,4763</b>
<b>Обед</b>										
суп картоф. С макар. Изд.	200	200	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	80	60	80	60	45	3,6	3,6
			01.11-31.12	85,8	60	85,8	60		0	0
			01.01-29.02	92	60	92	60		0	0
			01.03.	100	60	100	60		0	0
			макаронные	8	8	8	8	65	0,52	0,52
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,6	8	10,6	8		0	0
			лук репка	9,6	8	9,6	8	50	0,48	0,48
			масло сливочное	2	2	2	2	790	1,58	1,58
чай с лимоном и сах.	180	180	чай сухой	0,9	0,9	0,9	0,9	800	0,72	0,72
			сахар	9	9	9	9	87	0,783	0,783
			лимон	7,2	6,3	7,2	6,3	270	1,944	1,944
хлеб пшеничный	25	25	хлеб пшеничн.	25	25	25	25	85	2,125	2,125

В О  
О день  
Лтница 2 н  
Завтрак

дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
в обед									12,3196	12,3196
о день									87,7959	87,7959
пятица 2 неделя										0
<b>Завтрак</b>										
повидлом	150/5	150/5	творог	136	135	136	135	420	57,12	57,12
			яйцо	5,6	5	5,6	5	241,67	1,353352	1,353352
			мука	20	20	20	20	50	1	1
			сахар	15	15	15	15	87	1,305	1,305
			масло сливочное	5	5	5	5	790	3,95	3,95
			повидло	5	5	5	5	265	1,325	1,325
чай с сах.	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	15	15	15	15	87	1,305	1,305
яблоко	120	120	яблоко	120	120	120	120	190	22,8	22,8
хлеб пшенич.	30	30	хлеб пшенич.	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль			соль	0,5	0,5	0,5	0,5	22	0,011	0,011
<b>итого завтрак</b>									93,519352	93,51935
<b>Обед</b>										
суп крестьянский	200	200	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	26,6	20	26,6	20	45	1,197	1,197
			01.-31.12	28,7	20	28,7	20		0	0
			01.01-28.02	30,8	20	30,8	20		0	0
			с 01.03	33,4	20	33,4	20		0	0
			капуста белокоч.	30	24	30	24	40	1,2	1,2
			лук репка	9,6	8	9,6	8	50	0,48	0,48
			масло сливочн.	4	4	4	4	790	3,16	3,16
			морковь до 01.01	10	8	10	8	55	0,55	0,55
			с 01.01	10,64	8	10,64	8		0	0
			гречка	4	4	4	4	70	0,28	0,28
									0	0
чай с сахаром	180	180	чай сухой	0,9	0,9	0,9	0,9	800	0,72	0,72
			сахар	13,5	13,5	13,5	13,5	87	1,1745	1,1745
хлеб пшенич.	30	30	хлеб пшенич.	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	0,8	0,8	22	0,0176	0,0176
<b>Итого обед</b>									11,3291	11,3291
<b>итого день</b>									104,84845	104,8485

Исполнила Мазина Г.П. Август 2024 год тел.67-16-33