

"Согласовано"

Директор МАОУ СОШ №25
И М Самошкина

«Утверждаю»

ООО Сонер

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского

округа

05 мая 2024 года

Вторник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (1 смена)					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	170	12,58	15,2	36,8	334,32
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	70,94
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,7	66,94	470,66
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (1 смена)					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,85
ОМЛЕТ	150	12,02	6,75	34,61	247,27
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	10	0,36	0,01	0,98	5,45
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,72	0,1	10,98	51,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,64	67	470,36
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	60	0,16	1,2	19,52	89,52
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	12,6	11,8	41,6	323
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ ПО ДОМАШНЕМУ	150	5,8	7,95	21,69	181,51
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	5,53	5,98	6,63	102,46
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКАМИ	200	0,2	0	13,1	53,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
Итого за прием пищи:	730	26,75	27,46	117,13	822,66
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				

"Согласовано"

Директор МАОУ с/п. №25
И М Самошкина

«Утверждено»

ООО Совер

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского

округа

06 ноября 2024 год

Среда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (1 смена)					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,85
СЫР РОССИЙСКИЙ	20	6,18	0,86	6,7	59,26
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	3,08	5,1	11,18	102,94
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКАМИ	200	0,2	0	13,1	53,2
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,2	21,96	103,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	0,99	14,49	77,07
Итого за прием пищи:	500	15,5	15,4	67,53	470,72
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (1 смена)					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,85
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ	220	9,4	5,98	14,67	150,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	15,8	65,28
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,2	21,96	103,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	0,99	14,49	77,07
Итого за прием пищи:	500	15,6	15,58	67,02	470,7
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0	1,25	15	71,25
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	200	11,21	11,95	27,6	262,79
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ С СОУСОМ	90	9,02	12,52	12,4	198,36
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	0,6	31,57	152,08
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	15,8	65,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
Итого за прием пищи:	730	27,95	27,01	116,96	822,73
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				

"Согласовано"

Директор МАOU сош №25
И М Самошкина

ООО Сомер

"Утверждаю"

Меню приготовляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского

округа

07 ноября 2024 год

Четверг

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (1 смена)					
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	60	0,48	0,06	1,56	8,7
ПЕЛЬМЕНИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	180	9,9	14,1	20,51	248,54
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	15,8	65,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	70,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	0,99	14,49	77,07
Итого за прием пищи:	500	15,51	15,61	67	470,53
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (1 смена)					
БЛИНЧИКИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ/ДЖЕМОМ	70	5,6	6,6	18,13	154,32
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,6	8,35	16,97	173,43
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	15,8	65,28
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	77,55
Итого за прием пищи:	500	15,94	15,26	67,37	470,58
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	60	0,48	0,06	1,56	8,7
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	6,56	16,06	55,23	391,7
ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ	230	16,89	10,95	40,68	328,83
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	20,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
Итого за прием пищи:	700	26,39	27,6	117,1	822,36
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				

"Согласовано"

Директор МАOU с/п/п №25
И М Самойкина

«Утверждаю»

ООО Сонер

Меню представляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

08 ноября 2024 год

Пятница

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (1 смена)					
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	90	9,1	9,5	28,2	234,7
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	3,8	4,35	17,69	125,11
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,36	1,42	1,28	14,82
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
Итого за прием пищи:	500	15,72	15,8	67,36	470
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (1 смена)					
ГУЛЯШ	90	6,45	6,45	11,25	128,85
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	4,69	8,02	26,08	195,26
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,38
Итого за прием пищи:	500	15,26	15,43	67,23	470,52
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ДАЙКОНА	60	0,71	4,62	3,59	58,78
СУП ГОРОХОВЫЙ	200	5,82	7,8	44,1	269,88
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	2,8	1,35	11,69	70,11
ГОЛЕНЬ/БЕДРО ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	90	15,16	13,05	38,09	330,45
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	20,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
Итого за прием пищи:	710	26,95	27,35	117,1	822,35
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				

"Согласовано"
 Директор МАОУ СОШ №25
 И М Самоштина

ООО Сонер



Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

11 ноября 2024 год

Понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (Г смена)					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,85
СЫР	10	3,09	3,93	5,9	71,33
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	9,29	2,85	29,69	181,57
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,72	0,1	10,98	51,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,66	67	470,54
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (Г смена)					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,85
ОМЛЕТ	150	12,02	6,56	35	247,12
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	10	0,36	0,01	0,98	5,45
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,72	0,1	10,98	51,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,45	67,39	470,21
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке					
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0	2	23	110
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	200	11,21	11,95	27,6	262,79
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	7,95	12,35	12,4	192,55
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	0,6	34,5	163,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	20,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
Итого за прием пищи:	710	26,72	27,43	117,13	822,27
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				

"Согласовано»

Директор МАОУ СОШ №25
И М Самошкина

«Утверждаю»

ООО Софер

Меню приготовления блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

13 ноября 2024 год

Среда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (1 смена)					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	12,57	15,3	36,5	333,98
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	70,94
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	510	15,39	15,8	66,64	470,32
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (1 смена)					
БЛИНЧИКИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ/ДЖЕМОМ	70	5,6	12,6	13,13	188,32
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	7,79	2,8	28,2	169,16
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	540	15,4	15,8	66,79	470,96
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОВОЦНАЯ НАРЕЗКА	60	0,48	0,06	1,56	8,7
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	12,6	11,8	41,6	323
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	90	7,9	9,95	11,79	168,31
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,12	5,12	42,08	226,88
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
Итого за прием пищи:	730	26,56	27,46	117,22	822,26
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				

"Согласовано»

Директор МАОУ с/ош №25
И М Самошкина

«Утверждено»

ООО Совер

Меню приготовляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

2024 год

Четверг

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (1 смена)					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	170	12,32	14,9	37,15	331,98
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	47,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,69
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	500	15,18	15,63	67,24	470,35
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (1 смена)					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,85
СЫР	10	3,09	3,93	5,9	71,33
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	7,6	2,34	19,6	129,86
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,38
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	77,55
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	43
Итого за прием пищи:	520	15,42	15,53	67,23	470,37
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	60	0,48	0,06	1,56	8,7
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	200	2,05	9,28	32,2	220,52
ПЛОВ	210	20,3	17,25	53,6	450,85
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	20,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	70,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,38
Итого за прием пищи:	700	26,95	27,55	116,7	822,55
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				

"Согласовано"

Директор МАОУ СОШ №25
И М Самошкина

«Утверждено»

ООО Сонер

Меню приготовления блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

15 мая 2024 год

Пятница

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ (1 смена)					
ГУЛЯШ	90	6,5	6,95	11,15	133,15
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	3,75	7,35	13,69	135,91
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКАМИ	200	0,2	0	13,1	53,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	70,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	0,99	14,49	77,07
Итого за прием пищи:	500	15,42	15,59	67,07	470,27
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ (1 смена)					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,85
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ИЛИ ДЖЕМОМ	220	9,4	6,1	17,35	161,9
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКАМИ	200	0,2	0	13,1	53,2
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,2	21,96	103,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	0,99	14,49	77,07
Итого за прием пищи:	500	15,64	15,54	67	470,42
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				
ОБЕД (2 смена)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	60	0,48	0,06	1,56	8,7
СУП С КЛЕЦКАМИ	200	0,5	15,98	15	205,82
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200	20,69	10,1	66	437,66
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	70,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	0,99	14,49	77,07
Итого за прием пищи:	720	26,64	27,43	117,29	822,59
Дополнительный прием: молоко или кисломолочный продукт объемом не менее 200 мл в индивидуальной упаковке	не менее 200 мл				