

Согласовано:

*С.З.И.*



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева



01.12.2025

01.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 1 013            | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 5,41       | 7         | 22,7            | 180,2   |
| 891              | Омлет запеченный или паровой                      | 100     | 10,08      | 11        | 3,26            | 152,6   |
| 1 046            | Бутерброд с повидлом                              | 40      | 2,15       | 1         | 22,19           | 103,4   |
| 686              | Чай с лимоном                                     | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 897              | Хлеб пшеничный                                    | 30      | 3,21       | 1         | 24,99           | 85,2    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550     | 20,91      | 20        | 88,3            | 581,3   |
| <b>Обед</b>      |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 1 844            | Чеснок                                            | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 039            | Суп с вермишелью                                  | 250     | 4,42       | 5         | 17,43           | 100,8   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 018            | Плов со свининой                                  | 230     | 18,51      | 42        | 56,1            | 588,2   |
| 14 539,27        | Чай с сахаром                                     | 200     | 0,2        |           | 6,5             | 26,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.                                      | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед    |                                                   | 736     | 28,45      | 49        | 104,43          | 853,1   |
| Итого за день    |                                                   | 1 286   | 49,36      | 69        | 192,73          | 1 434,4 |



Согласовано:

*С. Зина*



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева



02.12.2025

02.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                 |     |       |    |       |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 235,05           | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 7,03  | 7  | 39,61 | 244,5 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                   | 200 |       |    | 16    | 63,8  |
| 808              | Бутерброд с маслом сливочным                    | 40  | 2,11  | 12 | 10,88 | 184   |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                 | 40  | 3,24  |    | 19,52 | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                 | 530 | 12,38 | 19 | 86,01 | 589,1 |

Обед

|               |                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|--------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)              | 1     |       |    | 0,01   | 0,1     |
| 139           | Суп картофельный с бобовыми          | 250   | 5,88  | 6  | 21,48  | 166,6   |
| 1 308,02      | Биточек куриный                      | 90    | 16,74 | 18 |        | 191,7   |
| 1 126         | Соус томатный                        | 20    | 0,12  | 4  | 1,16   | 11,1    |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом | 160   | 6,76  | 5  | 40,39  | 233     |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов          | 200   | 0,35  |    | 24,36  | 101,7   |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                      | 25    | 2,03  |    | 12,2   | 60,5    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                         | 25    | 2,13  | 1  | 12,13  | 64,8    |
| Итого за Обед |                                      | 771   | 34,01 | 34 | 111,73 | 829,5   |
| Итого за день |                                      | 1 301 | 46,39 | 53 | 197,74 | 1 418,6 |



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

03.12.2025

03.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                          |     |       |    |        |       |
|------------------|----------------------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 850              | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250 | 8,41  | 11 | 35,99  | 276,8 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                            | 200 |       |    | 16     | 63,8  |
| 450,05           | Маффин ванильный                                         | 60  | 6,21  | 6  | 44,16  | 259,5 |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                          | 40  | 3,24  |    | 19,52  | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                          | 550 | 17,86 | 17 | 115,67 | 696,9 |

Обед

|               |                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|--------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 844         | Чеснок                               | 1     | 0,01  |    | 0,03   | 0,2     |
| 1 030         | Рассольник ленинградский со сметаной | 250   | 2,7   | 6  | 17,8   | 139,2   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5     | 1,15  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 027,13      | Котлета Деревенская                  | 90    | 14,69 | 12 | 8,5    | 199,9   |
| 1 126         | Соус томатный                        | 20    | 0,12  | 4  | 1,16   | 11,1    |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая           | 160   | 9,95  | 6  | 51,86  | 303,6   |
| 705           | Напиток из плодов шиповника          | 200   | 0,68  |    | 27,62  | 128,6   |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                      | 25    | 2,03  |    | 12,2   | 60,5    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                         | 25    | 2,13  | 1  | 12,13  | 64,8    |
| Итого за Обед |                                      | 776   | 33,46 | 30 | 131,34 | 919,7   |
| Итого за день |                                      | 1 326 | 51,32 | 47 | 247,01 | 1 616,6 |



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю.Козырева

04.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 111            | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 7,17       | 8         | 33,82           | 237,6   |
| 686              | Чай с лимоном                                   | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 810              | Бутерброд с сыром                               | 40      | 5,58       | 5         | 13,71           | 118,3   |
| 976              | Яблоки свежие                                   | 110     | 0,44       |           | 10,78           | 80,7    |
| Итого за Завтрак |                                                 | 600     | 13,25      | 13        | 73,47           | 496,5   |
| <b>Обед</b>      |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 813            | Лук репчатый (порциями)                         | 1       |            |           | 0,01            | 0,1     |
| 1 021            | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 250     | 1,91       | 7         | 13,68           | 124,4   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 319,01         | Шницель из мяса птицы                           | 90      | 33,04      | 6         | 19,99           | 150,1   |
| 1 126            | Соус томатный                                   | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 995              | Пюре картофельное                               | 160     | 3,48       | 5         | 23,5            | 156,8   |
| 1 188            | Чай с сахаром                                   | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                 | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.                                    | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед    |                                                 | 776     | 43,86      | 24        | 98,71           | 643,4   |
| Итого за день    |                                                 | 1 376   | 57,11      | 37        | 172,18          | 1 139,9 |



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

05.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                   |     |       |    |       |       |
|------------------|---------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 013            | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 7,51  | 9  | 31,53 | 250,3 |
| 1 330,23         | Оладьи с топпингом                                | 70  | 2,67  | 3  | 6,21  | 71,9  |
| 1 188            | Чай с сахаром                                     | 200 |       |    | 16    | 63,8  |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 30  | 2,43  |    | 14,64 | 72,6  |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550 | 12,61 | 12 | 68,38 | 458,6 |

Обед

|               |                                               |       |       |    |        |         |
|---------------|-----------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 844         | Чеснок                                        | 1     | 0,01  |    | 0,03   | 0,2     |
| 124           | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250   | 1,9   | 6  | 9,14   | 132,5   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5     | 1,15  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 023         | Фрикасе из мяса птицы с соусом                | 100   | 17,33 | 5  | 3,31   | 132,2   |
| 512           | Рис припущенный                               | 160   | 3,84  | 6  | 39,52  | 235,1   |
| 912           | Компот из свежих яблок                        | 200   | 0,11  |    | 23,88  | 99,1    |
| 897           | Хлеб пшеничный                                | 25    | 2,68  | 1  | 20,83  | 71      |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                                  | 25    | 2,13  | 1  | 12,13  | 64,8    |
| Итого за Обед |                                               | 766   | 29,15 | 20 | 108,88 | 746,7   |
| Итого за день |                                               | 1 316 | 41,76 | 32 | 177,26 | 1 205,3 |



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

06.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                 |     |       |    |        |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 883              | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 8,99  | 10 | 39,74  | 303,3 |
| 1 141,09         | Печенье детское                                 | 60  | 4,5   | 6  | 34     | 244,2 |
| 686              | Чай с лимоном                                   | 200 | 0,06  |    | 15,16  | 59,9  |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                 | 40  | 3,24  |    | 19,52  | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550 | 16,79 | 16 | 108,42 | 704,2 |

Обед

|               |                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|--------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)              | 1     |       |    | 0,01   | 0,1     |
| 1 058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной  | 250   | 2,54  | 6  | 17,28  | 136,7   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5     | 1,15  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 308,04      | Котлета Полтавская                   | 90    | 14,76 | 19 | 1,58   | 164,6   |
| 1 126         | Соус томатный                        | 20    | 0,12  | 4  | 1,16   | 11,1    |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом | 160   | 6,76  | 5  | 40,39  | 233     |
| 1 188         | Чай с сахаром                        | 200   |       |    | 16     | 63,8    |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                      | 25    | 2,03  |    | 12,2   | 60,5    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                         | 25    | 2,13  | 1  | 12,13  | 64,8    |
| Итого за Обед |                                      | 776   | 29,49 | 36 | 100,79 | 746,4   |
| Итого за день |                                      | 1 326 | 46,28 | 52 | 209,21 | 1 450,6 |



Согласовано:

*08.12.2025*



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева



08.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |              |              |           |                 |                |
| 235,05*                 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250          | 7,03         | 7         | 39,61           | 244,5          |
| 1 141,09                | Печенье детское                                 | 60           | 4,5          | 6         | 34              | 244,2          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200          |              |           | 16              | 63,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40           | 3,24         |           | 19,52           | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>550</b>   | <b>14,77</b> | <b>13</b> | <b>109,13</b>   | <b>649,3</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                 |              |              |           |                 |                |
| 1 844                   | Чеснок                                          | 1            | 0,01         |           | 0,03            | 0,2            |
| 1 049                   | Суп-пюре из гороха                              | 250          | 7,71         | 3         | 22,58           | 141,6          |
| 943                     | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10           | 1,3          |           | 7,81            | 40             |
| 1 027,13                | Котлета Деревенская                             | 90           | 14,69        | 12        | 8,5             | 199,9          |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом            | 180          | 7,61         | 5         | 45,44           | 262,1          |
| 1 242                   | Морс ягодный                                    | 200          | 0,24         |           | 27,7            | 114,3          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 25           | 2,03         |           | 12,2            | 60,5           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                    | 25           | 2,13         | 1         | 12,13           | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                 | <b>781</b>   | <b>35,72</b> | <b>21</b> | <b>136,39</b>   | <b>883,4</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>1 331</b> | <b>50,49</b> | <b>34</b> | <b>245,52</b>   | <b>1 532,7</b> |



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Ю.Козырева

09.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                                             |         |            |           |                 |         |
| 174              | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 250     | 6,78       | 7         | 42,29           | 245     |
| 1 188            | Чай с сахаром                               | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 450,05           | Маффин ванильный                            | 60      | 6,21       | 6         | 44,16           | 259,5   |
| 897              | Хлеб пшеничный                              | 40      | 4,28       | 2         | 33,32           | 113,6   |
| Итого за Завтрак |                                             | 550     | 17,27      | 15        | 135,77          | 681,9   |
| <u>Обед</u>      |                                             |         |            |           |                 |         |
| 1 813            | Лук репчатый (порциями)                     | 1       |            |           | 0,01            | 0,1     |
| 1 175            | Рассольник домашний со сметаной             | 250     | 2,27       | 6         | 13,85           | 120,9   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд)         | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 020            | Плов с мясом птицы                          | 250     | 15,72      | 15        | 48,42           | 386,8   |
| 928              | Компот из смеси сухофруктов                 | 200     | 0,35       |           | 24,36           | 101,7   |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                             | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.                                | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед    |                                             | 756     | 23,65      | 23        | 111,01          | 746,6   |
| Итого за день    |                                             | 1 306   | 40,92      | 38        | 246,78          | 1 428,5 |



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

10.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 1 013            | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 240     | 7,21       | 9         | 30,27           | 240,3   |
| 739,01           | Слойка с творогом                                 | 85      | 73,43      | 135       | 601,43          | 3 929,7 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                     | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 897              | Хлеб пшеничный                                    | 20      | 2,14       | 1         | 16,66           | 56,8    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 545     | 82,78      | 145       | 664,36          | 4 290,6 |
| <b>Обед</b>      |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 1 844            | Чеснок                                            | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 021            | Борщ с капустой, картофелем и сметаной            | 250     | 1,91       | 7         | 13,68           | 124,4   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 237            | Птица запеченная                                  | 100     | 22,98      | 39        | 1,22            | 378,8   |
| 995              | Пюре картофельное                                 | 180     | 3,91       | 6         | 26,44           | 176,3   |
| 1 188            | Чай с сахаром                                     | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.                                      | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед    |                                                   | 786     | 34,12      | 54        | 81,74           | 880,6   |
| Итого за день    |                                                   | 1 331   | 116,9      | 199       | 746,1           | 5 171,2 |



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю.Козырева

11.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                    | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                                       |         |            |           |                 |         |
| 334              | Макаронные изделия запеченные с сыром | 210     | 14,04      | 13        | 51,04           | 360     |
| 1 188            | Чай с сахаром                         | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                       | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 976              | Яблоки свежие                         | 110     | 0,44       |           | 10,78           | 80,7    |
| Итого за Завтрак |                                       | 545     | 16,51      | 13        | 90,02           | 565     |
| <u>Обед</u>      |                                       |         |            |           |                 |         |
| 1 813            | Лук репчатый (порциями)               | 1       |            |           | 0,01            | 0,1     |
| 1 058            | Суп Крестьянский с крупой, сметаной   | 250     | 2,54       | 6         | 17,28           | 136,7   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд)   | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 308,02         | Биточек куриный                       | 90      | 16,74      | 18        |                 | 191,7   |
| 1 126            | Соус томатный                         | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 512              | Рис припущенный                       | 180     | 4,32       | 7         | 44,46           | 264,5   |
| 705              | Напиток из плодов шиповника           | 200     | 0,68       |           | 27,62           | 128,6   |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                       | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.                          | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед    |                                       | 796     | 29,71      | 37        | 114,9           | 869,8   |
| Итого за день    |                                       | 1 341   | 46,22      | 50        | 204,92          | 1 434,8 |



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

12.12.2025

12.12.2025 Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 842              | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 250     | 9,1        | 9         | 32,75           | 316,9   |
| 806,41           | Маффин творожный®                               | 60      | 8,22       | 9         | 9,54            | 148,9   |
| 686              | Чай с лимоном                                   | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 897              | Хлеб пшеничный                                  | 40      | 4,28       | 2         | 33,32           | 113,6   |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550     | 21,66      | 20        | 90,77           | 639,3   |
| <u>Обед</u>      |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 844            | Чеснок                                          | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 015            | Суп-лапша на курином бульоне                    | 250     | 5,48       | 6         | 15,3            | 137,6   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 437,06           | Гуляш из мяса свинины                           | 100     | 11,17      | 28        | 3,61            | 236,3   |
| 998              | Каша гречневая рассыпчатая                      | 180     | 11,19      | 7         | 58,35           | 341,5   |
| 1 188            | Чай с сахаром                                   | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                 | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.                                    | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед    |                                                 | 786     | 33,16      | 43        | 117,66          | 916,5   |
| Итого за день    |                                                 | 1 336   | 54,82      | 63        | 208,43          | 1 555,8 |