

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБ СОШ

с. Нижегородка

В.С. Кузьмина



Меню лагеря с дневным пребыванием
на базе МОБУ СОШ с.Нижегородка
на 2021 год

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО

«УКДЦ»

И.П.Круглий

«__» ____ 20__ г.

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 01.06.2021 вторник
летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Масло порционное	10	58	0,08	6,38	0,12
Каша пшенная молочная жидкая	185	225	6,73	7,93	31,71
Чай с сахаром и лимоном	200	37	0,06	0,01	9,27
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	109	3,56	0,49	22,39
Стоимость питания (руб) 43,99	Пищевая ценность		428	10,43	14,81
Обед					
Нарезка из помидоров	60	38	0,52	2,70	6,53
Суп картофел.с крупой рисовой	250	93	2,01	2,25	15,90
Птица туш.в соусе с овощами	200	180	12,10	11,60	16,30
Компот из свежих плодов	200	68	0,20	0,10	17,20
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	109	3,56	0,49	22,39
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 117,31	Пищевая ценность		533	19,72	17,32
Итого за день - стоимость (руб) 161,3		- Пищевая ценность		961	30,15
			32,12		150,44

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 02.06.2021 среда

летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66	
Каша молочная "Дружба"	185	181	2,52	3,84	18,02
Чай с сахаром и лимоном	200	37	0,06	0,01	9,27
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	109	3,56	0,49	22,39
Яблоки	100	40	0,38	0,35	8,92
Стоимость питания (руб) 54,21	Пищевая ценность		401	9,16	7,35
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	36	0,50	2,80	2,20
Рассольник ленинградский (без смет)	250	187	3,40	7,88	25,38
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Биточки рыбные(минтай)**	1/50	16		1,76	
Картофельное пюре	180	158	3,67	5,33	24,06
Соус томатный	30	20	0,31	1,23	1,87
напиток яблочно-лимонный	200	92	0,20	0,20	22,80
Соль	4				
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	1/40	87	2,85	0,39	17,91
Стоимость питания (руб) 107,09	Пищевая ценность		658	12,51	21,27
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	- Пищевая ценность		1 059	21,67	28,62
				161,82	

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 03.06.2021 четверг
летний лагерь Малышок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Масло порционное	10	58	0,08	6,38	0,12
Каша Артек молочная вязкая	180/5	152	4,20	4,30	21,00
Чай с сахаром	200	36			90,80
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Яблоки	100	40	0,38	0,35	8,92
Стоимость питания (руб) 48,68	Пищевая ценность		394	8,23	11,51
Обед					
Салат из свежих огурцов	80	28	0,60	1,76	2,24
Борщ с капуст. и карт. (без смет)	250	88	1,70	3,82	11,70
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Гуляш п/ф	100	392	18,67	15,33	5,33
Каша гречневая рассыпчатая	160	233	8,82	4,81	38,60
Компот из кураги	200	114	0,98	0,05	27,45
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 112,62	Пищевая ценность		1 003	35,20	27,84
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	- Пищевая ценность		1 397	43,43	255,45

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 04.06.2021 пятница
летний лагерь Малышок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Масло порционное	10	58	0,08	6,38	0,12
Запеканка из творога	130	189	11,35	11,09	27,04
Молоко сгущенное	15	45	1,02	1,13	7,64
Чай	200				
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Стоимость питания (руб) 69,76	Пищевая ценность		400	16,02	19,09
Обед					
Нарезка из помидоров	80	51	0,70	3,60	8,70
Суп картофельный с бобовыми	250	178	5,50	4,10	15,20
Жаркое по-домашнему с филе кур	140/60	210	5,10	4,50	1,80
Сок фруктовый	200	32	0,20	0,30	5,50
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 91,54	Пищевая ценность		603	15,67	13,07
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	Пищевая ценность		1 004	31,69	114,93

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижнегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 05.06.2021 суббота
летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы		
1 Завтрак							
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66			
Каша рисовая молочная вязкая	160	185	4,41	5,12	30,41		
Яйцо отварное	53	65	5,50	4,66	0,29		
Чай с сахаром и лимоном	200	37	0,06	0,01	9,27		
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38		
Печенье	20	13	4,27	3,20	2,13		
Стоимость питания (руб) 59,31	Пищевая ценность		443	20,43	16,14	64,49	
Обед							
Нарезка из св. огурцов	60	33	0,45	2,70	1,80		
Щи из св.капусты с карт.без смет	250	82	1,70	4,57	8,30		
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36		
Котлеты мясные	1/50	16		1,76			
Макаронные изделия отварные	160	198	5,65	4,06	34,83		
Соус томатный	30	20	0,31	1,23	1,87		
Компот из смеси сухофр.с вит С	200	158	1,03		38,46		
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64		
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91		
Стоимость питания (руб) 101,99	Пищевая ценность		655	13,57	16,38	112,17	
Итого за день - стоимость (руб) 161,3		- Пищевая ценность		1 098	34,00	32,52	176,65

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 07.06.2021 понедельник
летний лагерьМальшок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66	
Каша пшенная молочная жидкая	160	194	5,82	6,86	27,43
Чай с сахаром и молоком	200	63	1,36	1,41	11,22
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Печенье	20	13	4,27	3,20	2,13
Стоимость питания (руб) 51,58	Пищевая ценность		413	17,64	14,61
Обед					
Нарезка из св. огурцов	60	33	0,45	2,70	1,80
Суп картофел.с лапшой домашней	250	85	1,38	1,50	10,13
Биточки рыбные(минтай)**	1/50	16		1,76	
Картофельное пюре	180	158	3,67	5,33	24,06
Сок фруктовый	200	32	0,20	0,30	5,50
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 109,72	Пищевая ценность		457	9,87	12,15
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	- Пищевая ценность		870	27,51	131,20

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 08.06.2021 вторник
летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Масло порционное	10	58	0,08	6,38	0,12
Омлет натуральный	120	184	6,80	7,50	7,40
Чай с сахаром	200	36			90,80
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Яблоки	100	40	0,38	0,35	8,92
Стоимость питания (руб) 62,8	Пищевая ценность		426	10,83	14,71
Обед					
Нарезка из помидоров	60	38	0,52	2,70	6,53
Суп из овощей	250	90	1,88	4,25	10,75
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Каша гречневая рассыпчатая	160	233	8,82	4,81	38,60
Гуляш п/ф	30/30	235	11,20	9,20	3,20
Напиток из плодов шиповника	200	111	0,60	0,30	27,00
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 98,5	Пищевая ценность		855	27,45	23,33
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	Пищевая ценность		1 282	38,28	38,04

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 09.06.2021 среда
летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы		
1 Завтрак							
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66			
Макаронные изделия отварные	160	198	5,65	4,06	34,83		
Соус томатный	30	20	0,31	1,23	1,87		
Котлеты рублен.из филе птицы	1/50	134	7,76	8,49	6,73		
Чай с сахаром и лимоном	200	37	0,10		9,30		
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38		
Стоимость питания (руб) 60,36	Пищевая ценность		532	20,01	16,92	75,11	
Обед							
Нарезка из св. огурцов	60	33	0,45	2,70	1,80		
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36		
Рассольник ленинградский (без смет)	250	187	3,40	7,88	25,38		
Рыба, туш.в том с овощ(филе минтая)	50/25	89	7,41	3,74	6,58		
Картофель отварной	200/4	179	3,90	4,40	30,00		
Компот из смеси сухофр.с вит С	200	158	1,03		38,46		
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64		
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91		
Соль	4						
Стоимость питания (руб) 100,94	Пищевая ценность		794	20,62	20,79	129,13	
Итого за день - стоимость (руб) 161,3		Пищевая ценность		1 325	40,64	37,71	204,24

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 10.06.2021 четверг
летний лагерь Малышок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Масло порционное	10	58	0,08	6,38	0,12
Каша Артек молочная вязкая	180/5	152	4,20	4,30	21,00
Печенье	15	10	3,20	2,40	1,60
Чай с сахаром и молоком	200	63	1,36	1,41	11,22
Хлеб ржаной	50	48	1,38	0,19	9,00
Яблоки	100	40	0,38	0,35	8,92
Стоимость питания (руб) 54,37	Пищевая ценность		371	10,60	15,03
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	36	0,50	2,80	2,20
Щи из св.капусты с карт.без смет	250	82	1,70	4,57	8,30
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Жаркое по-домашнему п/ф	160/40	345	19,30	6,50	24,30
Сок фруктовый	200	32	0,20	0,30	5,50
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 106,93	Пищевая ценность		643	26,13	16,23
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	- Пищевая ценность		1 013	36,73	31,26

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижнегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 11.06.2021 пятница
летний лагерьМалышок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66	
Каша гречневая рассыпчатая	160	233	8,82	4,81	38,60
Котлеты мясные	1/50	16		1,76	
Соус томатный	30	20	0,31	1,23	1,87
Чай с сахаром	200	36			90,80
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Стоимость питания (руб) 59,13	Пищевая ценность		447	15,33	10,94
Обед					
Салат из свежих помидор	60	32	0,24	2,70	3,66
Суп-лапша домаш. с мясными фрикадельками	250	96	2,60	4,30	11,60
Плов из курицы(филе курицы)	50/150	429	16,78	21,04	31,55
Компот из кураги	200	114	0,98	0,05	27,45
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 102,17	Пищевая ценность		804	24,77	100,81
Итого за день - стоимость (руб) 161,3		- Пищевая ценность		1 251	40,10
				39,60	254,46

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижнегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 14.06.2021 понедельник
летний лагерьМалышок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Масло порционное	10	58	0,08	6,38	0,12
Каша пшенная молочная жидкая	180/5	162	3,10	4,20	13,80
Яйцо отварное	53	65	5,50	4,66	0,29
Чай с сахаром и молоком	200	63	1,36	1,41	11,22
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Стоимость питания (руб) 55,55	Пищевая ценность		456	13,61	17,13
Обед					
Нарезка из помидоров	60	38	0,52	2,70	6,53
Борщ с капуст. и карт.(без смет)	250	88	1,70	3,82	11,70
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Соус томатный	30	20	0,31	1,23	1,87
Макаронные изделия отварные	160	198	5,65	4,06	34,83
Котлеты мясные	1/50	16		1,76	
Напиток из плодов шиповника	200	111	0,60	0,30	27,00
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 105,75	Пищевая ценность		620	13,21	15,93
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	- Пищевая ценность		1 076	26,82	33,06

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 15.06.2021 вторник
летний лагерь Малышок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Запеканка из творога	120	101	6,24	6,96	8,16
Молоко сгущенное	15	45	1,02	1,13	7,64
Чай с сахаром и лимоном	200	37	0,06	0,01	9,27
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Яблоки	100	40	0,38	0,35	8,92
Стоимость питания (руб) 76	Пищевая ценность		331	11,27	56,37
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	36	0,50	2,80	2,20
Рассольник ленинградский (без смет)	250	187	3,40	7,88	25,38
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Жаркое по-домашнему с филе кур	140/60	210	5,10	4,50	1,80
Компот из смеси сухофруктов	200	121	0,50	0,10	31,20
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 85,3	Пищевая ценность		702	13,93	87,49
Итого за день - стоимость (руб) 161,3 - Пищевая ценность			1 033	25,20	143,86

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 16.06.2021 среда
летний лагерьМальшок7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Масло порционное	5	29	0,04	3,19	0,06
Каша Артек молочная вязкая	160	175	3,32	2,91	24,94
Чай с сахаром	200	36			9,08
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Печенье	20	21	3,73	2,40	5,47
Стоимость питания (руб) 37,51		Пищевая ценность	369	10,66	8,98
Обед					
Нарезка из св. огурцов	60	33	0,45	2,70	1,80
Щи из св.капусты с карт.без смет	250	82	1,70	4,57	8,30
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Каша рассыпчатая пшенная	160	248	4,44	4,85	45,52
Рыба, туш.в том с овощ(филе минтая)	100	119	9,88	4,99	8,77
Напиток лимонный	200	77	0,20		19,80
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 123,79		Пищевая ценность	728	21,82	19,27
Итого за день - стоимость (руб) 161,3		Пищевая ценность	1 097	32,48	28,25

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат
детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 17.06.2021 четверг
летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66	
Каша пшеничная молочная жидкая	160	140	2,68	3,63	11,94
Чай с сахаром и молоком	200	63	1,36	1,41	11,22
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Яблоки	100	40	0,38	0,35	8,92
Стоимость питания (руб) 63,57	Пищевая ценность		385	10,62	8,54
Обед					
Нарезка из помидоров	60	38	0,52	2,70	6,53
Суп картофельный с бобовыми	250	178	5,50	4,10	15,20
Макаронные изделия отварные	160	199	5,71	4,06	34,08
Гуляш п/ф	30/30	235	11,20	9,20	3,20
Компот из кураги	200	114	0,98	0,05	27,45
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Соль	4				
Стоимость питания (руб) 97,73	Пищевая ценность		896	28,09	20,68
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	- Пищевая ценность		1 282	38,70	29,22

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 19.06.2021 суббота
летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Яйцо отварное	53	65	5,50	4,66	0,29
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66	
Каша рисовая молочная вязкая	185	214	5,09	5,92	35,16
Чай с сахаром и лимоном	200	37	0,06	0,01	9,27
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Печенье	20	13	4,27	3,20	2,13
Стоимость питания (руб) 59,84	Пищевая ценность		471	21,12	16,94
Обед					
Нарезка из св. огурцов	60	33	0,45	2,70	1,80
Щи из св.капусты с карт. без смет	250	82	1,70	4,57	8,30
Сметана к пер.блюдам (прокип)	10	16	0,26	1,50	0,36
Котлеты мясные	1/50	16		1,76	
Макаронные изделия отварные	160	198	5,65	4,06	34,83
Соус томатный	30	20	0,31	1,23	1,87
Компот из смеси сухофр.с вит С	200	158	1,03		38,46
Соль	2				
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Стоимость питания (руб) 101,46	Пищевая ценность		655	13,57	16,38
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	Пищевая ценность		1 127	34,69	33,32
				181,40	

УТВЕРЖДАЮ

Общество с ограниченной ответственностью "Уфимский комбинат детского питания"

СОГЛАСОВАНО

МОБУ СОШ с.Нижегородка МР Уфимский район РБ

МЕНЮ

на 21.06.2021 понедельник
летний лагерь Малышок 7-11

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
1 Завтрак					
Сыр порционный	10	34	2,63	2,66	
Каша пшенная молочная жидкая	185	225	6,73	7,93	31,71
Чай с сахаром и молоком	200	63	1,36	1,41	11,22
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	108	3,57	0,48	22,38
Печенье	20	13	4,27	3,20	2,13
Стоимость питания (руб) 42,91	Пищевая ценность		443	18,55	15,68
Обед					
Нарезка из св. огурцов	60	33	0,45	2,70	1,80
Суп картофел.с лапшой домашней	250	85	1,38	1,50	10,13
Биточки рыбные(минтай)**	1/50	16		1,76	
Сок фруктовый	200	32	0,20	0,30	5,50
Картофельное пюре	1/150	132	3,06	4,44	20,05
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	87	2,85	0,39	17,91
Соль	2				
Хлеб ржаной	48	46	1,32	0,18	8,64
Стоимость питания (руб) 118,39	Пищевая ценность		430	9,26	11,27
Итого за день - стоимость (руб) 161,3	- Пищевая ценность		874	27,81	131,47