



УТВЕРЖДАЮ: ХАФИС МАХМУТОВ Х.Х.



МЕНЮ

по организации горячего питания для учащихся на 2025 г. (бюджет)

№	№ рецепту	Наименование продукта	Выход на 1 порц.	Цена, руб
1-ая неделя				
1-ый день (понедельник)				
1	202	Макароны отварные с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
2 - ой день (вторник)				
1	189	Каша Пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
3 - ий день (среда)				
1	181	Каша Манная с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	10,65
		Итого		
4 - ый день (четверг)				
1	184	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
5 - ый день (пятница)				
1	323	Каша гречневая с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
6 - ый день (суббота)				
1	181	Каша Перловая рассыпчатая с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65

2-ая неделя		1-ый день (понедельник)		
1	202	Макароны отварные с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
2 - ой день (вторник)				
1	175	Каша пшеничная с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
3 - ий день (среда)				
1	184	Каша "Дружба"	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/15	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
4 - ый день (четверг)				
1	189	Каша манная молочная с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
5 - ый день (пятница)				
1	184	Каша ячневая с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
6 - ый день (суббота)				
1	270	Пюре гороховая с маслом сливочным	100/3	
2	430	Чай черный с сахаром	200/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный, ржаной	30/20	
		Итого		10,65
		Всего сумма за 12 дней		127,80

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ



МАХМУТОВ Х.Х.

Утверждаю



МЕНЮ-РАСКЛАДКА

БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,75	2,86	23,96	136,52
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,73	0,45	23,94	114,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			7,57	3,17	55,83	282,02
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,57	3,17	55,83	282,02

Утверждаю



МЕНЮ-РАСКЛАДКА

БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		2,78	2,72	16,33	100,76
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	25	24,75	2,76	0,31	16,31	78,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,2	69,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			6,60	3,03	48,20	246,26
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,60	3,03	48,20	246,26



МЕНЮ-РАСКЛАДКА

БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,03	3,82	15,04	106,27
КРУПА МАННАЯ	15,6	15,6	1,56	0,16	10,68	49,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	51,5	51,5	1,45	1,25	2,40	26,98
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			6,85	4,13	46,91	251,77
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,85	4,13	46,91	251,77

Утверждаю



МЕНЮ-РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,07	3,27	16,79	108,92
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	25	24,75	2,41	0,31	15,70	75,15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,9	22,9	0,64	0,55	1,07	12,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,1	55,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			6,89	3,58	48,66	254,42
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,89	3,58	48,66	254,42

МЕНЮ-РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 5

ДЕНЬ 5						Энергетическая ценность, ккал
Наименование блюда	Выход		Химический состав			
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		5,46	3,84	24,70	154,86
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	45	44,55	5,44	1,43	24,68	133,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,2	69,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			9,28	4,15	56,57	300,36
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			9,28	4,15	56,57	300,36





МЕНЮ-РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛО СЛИВОЧНЫМ	100/3		2,25	2,67	16,08	97,39
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	25	24,75	2,23	0,26	16,06	75,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,9	76,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7		1,55	0,00	10,04	46,33
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	1,55	0,00	3,26	19,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			7,62	2,98	51,21	262,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,62	2,98	51,21	262,13



МЕНЮ-РАСКЛАДКА

БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100/3		3,75	2,86	23,96	136,52
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,73	0,45	23,94	114,75
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			7,57	3,17	55,83	282,02
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,57	3,17	55,83	282,02

Утверждаю



МЕНЮ-РАСКЛАДКА

БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3		2,78	2,72	16,33	100,76
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	25	24,75	2,76	0,31	16,31	78,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,2	69,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			6,60	3,03	48,20	246,26
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,60	3,03	48,20	246,26



МЕНЮ-РАСКЛАДКА

БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	100/3		4,80	4,77	25,28	163,60
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1,01	0,15	10,66	47,97
ПШЕНО	15	14,85	1,66	0,39	10,14	50,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,25	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			8,62	5,08	57,15	309,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			8,62	5,08	57,15	309,10



МЕНЮ-РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,95	3,88	21,44	135,79
КРУПА МАННАЯ	25	25	2,50	0,24	17,12	79,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,4	33,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50,6	50,6	1,43	1,23	2,36	26,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,5	8,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			7,77	4,19	53,31	281,29
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,77	4,19	53,31	281,29



МЕНЮ-РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		2,43	2,72	15,72	96,92
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	25	24,75	2,41	0,31	15,70	75,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,9	76,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		1,55	0,00	10,04	46,33
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	1,55	0,00	3,26	19,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-,РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			7,80	3,03	50,85	261,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,80	3,03	50,85	261,66

Утверждаю



МЕНЮ-РАСКЛАДКА

БЮДЖЕТ

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		8,90	3,03	18,59	137,20
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	40	39,8	8,88	0,62	18,57	115,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	5	5	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,6	8,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			12,72	3,34	50,46	282,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,72	3,34	50,46	282,70