

Согласовано:

Утверждаю: Директор ООО «АШ-СУ»



М.Исламова

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ НА 2026 ГОД С 1 ЯНВАРЯ (ШКОЛА
ОНИКС - 5 РАЗ. 14 ДНЕЙ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Масса продуктов блюда в брутто, г	Цена	Сумма
			Белки	Жиры	Углеводы					
1-я неделя										
1-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная из овсяной крупы со сливочным маслом	130	5.935	6.045	27.312	187.51	384/2013 Сб.рец.			10.827
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.800
	Чак-чак	35	3.441	1.771	24.119	200.701				18.550
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.660
Итого за завтрак			12.416	8.136	79.111	514.211				33.837
2-ой завтрак										
	Каша вязкая молочная «Дружба» со сливочным маслом	130	4.1	4.555	25.372	156.76	384/2013 Сб.рец.			11.607
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.800
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.660
Итого за 2-ой завтрак			7.14	4.875	53.052	282.76				16.067
Обед										
	Котлеты из мяса птицы с соусом	60/30	9.544	8.999	11.447	158.284	667:759/2013 Сб.рец.			37.294
	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150/6	6.49	5.68	34.76	207.51	378/2013 Сб.рец.			10.79
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.66
Итого за обед			17.35	15.155	73.371	492.594				52.546
Полдник										
	Булочка домашняя	50	5.451	4.154	32.695	192.957	144 стр./1997 Сб.рец.			8.919
	Сок фруктовый	200	0	0	22	100				19
Итого за полдник			5.451	4.154	54.695	292.957				27.919
Ужин										
	Голубцы ленивые.	100	10.534	10.63	10.034	178.411	636/2013 Сб.рец.			43.049
	Хлеб сельский	35	1.155	0.42	16.765	82.95				2.45
	Печенье «Нарезное» 25 гр	50	1.75	0.6	36.5	154.5				9.75
	Яблоки	85	0.299	0.299	7.33	35.156				15.3
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.66
Итого за ужин			13.738	11.949	78.629	483.017				72.209
Итого за 1-й день			56.095	44.269	338.858	2065.539				202.578
2-й день										
Завтрак										
	Яйцо отварное	80	8.839	8.004	0.487	109.272	424/2013 Сб.рец.			32
	Масло сливочное 5	5	0.05	3.625	0.07	33.1	96/2004 Сб.рец.			6
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.66
Итого за завтрак			11.929	11.949	28.237	268.372				42.46
2-ой завтрак										
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом	130	5.285	4.485	27.637	174.185	384/2013 Сб.рец.			10.47
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.66
Итого за 2-ой завтрак			8.325	4.805	55.317	300.185				14.93
Обед										

	Суп гороховый с мясными фрикадельками	250	13.548	12.204	12.424	238.382	206/2013 Сб.пец.			43.262
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Цикорий с молоком	200	2.88	3.204	14	96.6	958/2013 Сб.пец.			10.32
Итого за обед			17.748	15.888	45.584	429.782				56.382
Полдник										
	Коржи молочные	50	4.75	5.5	27.5	122.5				25
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Яблоки	85	0.299	0.299	7.33	35.156				15.3
Итого за полдник			5.049	5.799	42.83	189.656				41.96
Ужин										
	Плов с мясом.	130	14.164	14.657	37.335	336.683	601/2013 Сб.пец.			50.823
	Хлеб сельский	35	1.155	0.42	16.765	82.95				2.45
	Кекс «Волжский»	75	4.5	8.25	26.25	192				30
	Банан	85	1.275	0.425	17.85	81.6				17.85
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за ужин			21.094	23.752	106.2	725.233				102.783
Итого за 2-й день			64.145	62.193	278.168	1913.228				258.515
3-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная «Дружба» со сливочным маслом	130	4.1	4.555	25.372	156.76	384/2013 Сб.пец.			11.607
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			7.14	4.875	53.052	282.76				16.067
2-ой завтрак										
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы со сливочным маслом	130	5.61	5.038	28.385	175.81	384/2013 Сб.пец.			10.827
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за 2-ой завтрак			8.65	5.358	56.065	301.81				15.287
Обед										
	Салат из свеклы	60	1.056	3.067	6.195	56.538	34/2016 Сб.пец.			6.32
	Тефтели с мясом и рисом с соусом	60/30	8.936	16.376	11.788	230.97	462:759/200 4 Сб.пец.			40.331
	Картофельное пюре со сливочным маслом	150/3	3.404	3.642	22.107	135.134	299/2013 Сб.пец.			18.492
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Компот из урюка и яблок	200	0.568	0.028	11.99	57.209	393/2016 Сб.пец.			4.36
Итого за обед			15.284	23.593	71.24	574.651				72.303
Полдник										
	Треугольник с мясом	100	14.823	12.458	45.63	356.833	177 стр./1997 Сб.пец.			51.56
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Банан	90	1.35	0.45	18.9	86.4				18.9
Итого за полдник			16.173	12.908	72.53	475.233				72.12
Ужин										
	Жаркое по-домашнему.	150	11.571	11.772	18.172	225.016	590/2013 Сб.пец.			48.69
	Пряники «Мятные» 30 гр	30	1.05	0.36	21.9	92.7				5.1
	Хлеб сельский	30	0.99	0.36	14.37	71.1				2.1
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за ужин			13.611	12.492	62.442	420.816				57.55
Итого за 3-й день			60.858	59.226	315.329	2055.27				233.327
4-й день										
Завтрак										
	Каша молочная из манной крупы со сливочным маслом	200	7.69	7.265	41.89	266.1	384/2013 Сб.пец.			18.297
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			10.73	7.585	69.57	392.1				22.757
2-ой завтрак										
	Вак белеш 100г	100	11.78	15.432	36.992	336.063	180-182 ст/1997 Сб.пец.			44.553

	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за 2-ой завтрак			11.78	15.432	44.992	368.063				46.213
Обед										
	Уха с крупой	250	14.06	9.538	15.221	203.007	182/1994 Сб.пец.			40.882
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за обед			15.38	10.018	42.381	329.807				45.342
Полдник										
	Омлет натуральный	130	12.229	21.629	2.573	253.85	340/2004 Сб.пец.			51.822
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Апельсин	85	0.765	0.17	6.885	36.55				19.975
Итого за полдник			16.034	22.119	37.138	416.4				76.257
Ужин										
	Макаронник с мясом.	120	14.303	16.346	35.086	347.908	437/2016 Сб.пец.			47.14
	Хлеб сельский	30	0.99	0.36	14.37	71.1				2.1
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Торт песочный «Атня»	40	1.832	2.86	30.98	123				10.4
Итого за ужин			17.125	19.566	88.436	574.008				61.3
Итого за 4-й день			71.049	74.72	282.517	2080.378				251.869
5-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная из овсяной крупы со сливочным маслом	150/10	7.71	12.67	34.26	282.1	384/2013 Сб.пец.			23.069
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			10.75	12.99	61.94	408.1				27.529
2-ой завтрак										
	Запеканка из творога	75	16.722	8.577	20.407	225.317	469/2013 Сб.пец.			42.77
	Бутерброд с маслом	50/10	3.9	7.65	24.74	183.7	3/2004 Сб.пец.			15.5
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за 2-ой завтрак			20.622	16.227	53.147	441.017				59.93
Обед										
	Биточки из говядины с соусом	60/30	9.42	10.879	7.487	165.414	621:759/201 3 Сб.пец.			37.346
	Макаронны отварные со сливочным маслом	150/5	5.35	4.155	37.7	213.3	414/2013 Сб.пец.			9.467
	Хлеб сельский	35	1.155	0.42	16.765	82.95				2.45
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за обед			15.925	15.454	69.952	493.664				50.923
Полдник										
	Пицца	90	8.667	9.009	39.33	270				55
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Банан	90	1.35	0.45	18.9	86.4				18.9
Итого за полдник			10.017	9.459	66.23	388.4				75.56
Ужин										
	Запеканка картофельная с мясом	130	10.624	13.78	22.899	254.668	626/2013 Сб.пец.			48.871
	Хлеб сельский	30	0.99	0.36	14.37	71.1				2.1
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Яблоки	85	0.299	0.299	7.33	35.156				15.3
Итого за ужин			11.913	14.439	52.599	392.924				67.931
Итого за 5-й день			69.227	68.569	303.868	2124.105				281.873
6-й день										
Завтрак										
	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	150	6.52	8.44	29.662	214.06	182/2016 Сб.пец.			16.672
	Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	82.25				2.45
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			9.18	8.72	54.882	328.31				20.782
Обед										
	Голубцы ленивые	150	16.324	18.47	45.758	378.02	636/2013 Сб.пец.			47.08
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8

	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за обед			19.364	18.79	73.438	504.02				51.54
Ужин										
	Суп с пельменями	250	11.888	10.553	7.986	268.445	225/2013 Сб.пец.			63.032
	Бутерброд с маслом	50/10	3.9	7.65	24.74	183.7	3/2004 Сб.пец.			15.5
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Коржи молочные	50	4.75	5.5	27.5	122.5				25
Итого за ужин			20.538	23.703	68.226	606.645				105.192
Итого за 6-й день			49.082	51.213	196.546	1438.975				177.514
7-й день										
Завтрак										
	Яйцо отварное	80	8.839	8.004	0.487	109.272	424/2013 Сб.пец.			32
	Масло сливочное	8	0.08	5.8	0.112	52.96				9.6
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			11.959	14.124	28.279	288.232				46.06
Обед										
	Суп овощной на мясном бульоне	250	6.142	4.563	15.425	128.053	72/2016 Сб.пец.			27.3
	Котлеты из мяса птицы с соусом	60/30	9.544	8.999	11.447	158.284	667:759/201 3 Сб.пец.			37.294
	Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	5.35	4.155	37.7	213.3	414/2013 Сб.пец.			9.467
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	141				4.2
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за обед			25.596	18.197	102.092	672.637				79.921
Ужин										
	Манты с мясом	150	0	0	0	0				171
	Кекс «Волжский»	75	4.5	8.25	26.25	192				30
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за ужин			4.5	8.25	34.25	224				202.66
Итого за 7-й день			42.055	40.571	164.621	1184.869				328.641
8-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная из овсяной крупы со сливочным маслом	130	5.935	6.045	27.312	187.51	384/2013 Сб.пец.			10.827
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чак-чак	35	3.441	1.771	24.119	200.701				18.55
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			12.416	8.136	79.111	514.211				33.837
2-ой завтрак										
	Каша вязкая молочная из рисовой крупы со сливочным маслом	130	3.74	4.385	27.322	162.96	384/2013 Сб.пец.			12.487
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за 2-ой завтрак			6.78	4.705	55.002	288.96				16.947
Обед										
	Котлеты из мяса птицы с соусом	60/30	9.544	8.999	11.447	158.284	667:759/201 3 Сб.пец.			37.294
	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150/6	6.486	5.676	34.764	207.51	378/2013 Сб.пец.			10.792
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Компот из урюка и яблок	200	0.568	0.028	11.99	57.209	393/2016 Сб.пец.			4.36
Итого за обед			17.918	15.183	77.361	517.803				55.246
Полдник										
	Сыр	20	5.2	5.36	0	70.6	15/2013 Сб.пец.			13.4
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Банан	90	1.35	0.45	18.9	86.4				18.9
Итого за полдник			9.59	6.13	46.58	283				36.76
Ужин										
	Бифштекс из говядины	53	12.834	16.035	0	195.37	604/2013 Сб.пец.			51.875

	Картофель отварной со сливочным маслом.	120/4	2.402	3.372	19.303	117.402	296/2013 Сб.пец.			16.298
	Хлеб сельский	30	0.99	0.36	14.37	71.1				2.1
	Пряники «Мятные» 30 гр	30	1.05	0.36	21.9	92.7				5.1
	Итого за ужин		17.276	20.127	55.573	476.572				75.373
	Итого за 8-й день		63.98	54.281	313.627	2080.546				218.163
	9-й день									
	Завтрак									
	Каша молочная из манной крупы со сливочным маслом	130	4.9	4.385	27.032	168.76	384/2013 Сб.пец.			11.182
	Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	82.25				2.45
	Масло сливочное	10	0.1	7.25	0.14	66.2	96/2004 Сб.пец.			12
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Итого за завтрак		7.66	11.915	52.392	349.21				27.292
	2-ой завтрак									
	Омлет натуральный	130	12.229	21.629	2.573	253.85	340/2004 Сб.пец.			51.822
	Бутерброд с сыром	60	6.768	3.6	23.616	155.16	3/2004 Сб.пец.			11.4
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Итого за 2-ой завтрак		18.997	25.229	34.189	441.01				64.882
	Обед									
	Свекла отварная с маслом растительным	60	0.984	3.063	5.773	54.522	34/2016 Сб.пец.			5.93
	Котлеты из рыбы с соусом	60/30	12.612	9.997	12.239	182.984	510:759/201 3 Сб.пец.			36.378
	Картофельное пюре со сливочным маслом	150/3	3.404	3.642	22.107	135.134	299/2013 Сб.пец.			18.492
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Итого за обед		18.32	17.182	67.279	499.44				65.26
	Полдник									
	Булочка сдобная	50	4.473	7.451	28.779	202.576	145 стр./1997 Сб.пец.			7.337
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Яблоки	85	0.299	0.299	7.33	35.156				15.3
	Итого за полдник		4.772	7.75	44.109	269.732				24.297
	Ужин									
	Котлеты из говядины	50	8.336	9.338	8.751	146.35	608/2013 Сб.пец.			30.746
	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150/6	6.486	5.676	34.764	207.51	378/2013 Сб.пец.			10.792
	Хлеб сельский	30	0.99	0.36	14.37	71.1				2.1
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Банан	85	1.275	0.425	17.85	81.6				17.85
	Итого за ужин		17.087	15.799	83.735	538.56				63.148
	Итого за 9-й день		66.836	77.875	281.704	2097.952				244.879
	10-й день									
	Завтрак									
	Каша вязкая молочная «Дружба» со сливочным маслом	150	4.33	6.035	29.62	187.9	384/2013 Сб.пец.			14.557
	Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	82.25				2.45
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Итого за завтрак		6.99	6.315	54.84	302.15				18.667
	2-ой завтрак									
	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	150/10	7.065	10.785	29.4	236.775	378/2013 Сб.пец.			21.447
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Итого за 2-ой завтрак		10.105	11.105	57.08	362.775				25.907
	Обед									
	Котлеты из говядины с соусом	60/30	10.196	13.327	12.239	203.114	608:759/201 3 Сб.пец.			39.126
	Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	5.35	4.155	37.7	213.3	414/2013 Сб.пец.			9.467
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Какао с молоком	200	3.52	3.59	13.12	99.07	959/2013 Сб.пец.			10.961

	Фрукты: яблоки	100	0.352	0.352	8.624	41.36	847/2013 Сб.пец.			18
Итого за обед			20.738	21.904	90.843	651.644				80.354
Полдник										
	Ватрушка с урюком	75	7.708	10.137	46.741	333.805	201 стр./1997 Сб.пец.			20.715
	Сок фруктовый	200	0	0	22	100				19
Итого за полдник			7.708	10.137	68.741	433.805				39.715
Ужин										
	Гороховое пюре	150	14.003	7.812	11.752	246.962	182/2016 Сб.пец.			10.197
	Пицца	90	8.667	9.009	39.33	270				55
	Хлеб сельский	30	0.99	0.36	14.37	71.1				2.1
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Апельсин	85	0.765	0.17	6.885	36.55				19.975
Итого за ужин			24.425	17.351	80.337	656.612				88.932
Итого за 10-й день			69.966	66.812	351.841	2406.986				253.575
11-й день										
Завтрак										
	Яйцо отварное	80	8.839	8.004	0.487	109.272	424/2013 Сб.пец.			32
	Масло сливочное 5	5	0.05	3.625	0.07	33.1	96/2004 Сб.пец.			6
	Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	82.25				2.45
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			11.549	11.909	25.777	256.622				42.11
2-ой завтрак										
	Дучмак с картофелем 100г	100	7.69	13.185	42.544	322.907	189 стр./1997 Сб.пец.			27.415
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за 2-ой завтрак			7.69	13.185	50.544	354.907				29.075
Обед										
	Борщ с капустой и картофелем с фрикадельками из мяса птицы и говядины	250	9.474	9.497	12.192	173.602	170:179/201 3 Сб.пец.			47.637
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за обед			10.794	9.977	39.352	300.402				52.097
Полдник										
	Коржи молочные	50	4.75	5.5	27.5	122.5				25
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Апельсин	85	0.765	0.17	6.885	36.55				19.975
Итого за полдник			5.515	5.67	42.385	191.05				46.635
Ужин										
	Плов с мясом.	130	14.164	14.657	37.335	336.683	601/2013 Сб.пец.			50.823
	Хлеб сельский	30	0.99	0.36	14.37	71.1				2.1
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
	Кекс «Волжский»	75	4.5	8.25	26.25	192				30
Итого за ужин			19.654	23.267	85.955	631.783				84.583
Итого за 11-й день			55.202	64.008	244.013	1734.764				254.5
12-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы со сливочным маслом	150	6.17	6.618	33.531	212.08	384/2013 Сб.пец.			13.669
	Масло сливочное	10	0.1	7.25	0.14	66.2	96/2004 Сб.пец.			12
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за завтрак			9.31	14.188	61.351	404.28				30.129
2-ой завтрак										
	Запеканка из творога	75	16.722	8.577	20.407	225.317	469/2013 Сб.пец.			42.77
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.пец.			1.66
Итого за 2-ой завтрак			19.762	8.897	48.087	351.317				47.23
Обед										
	Салат из свеклы с яблоками	60	0.723	3.104	6.924	58.895	36/2016 Сб.пец.			7.558

