

"Согласовано" и л
 и 0 Директор
 Подпись ФИО
 Школа № 101

Меню на 29.04.2026

Наименование блюда		Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белк и	Жиры	Угле воды
Холодные блюда							
6/Л	Б-д с колб." Сервелат Финский" ...	20/25	25,05	139.5	4.77	7.43	13.34
61/П	Бутерброды с форелью слабосол./сыр творож./...	80	121,04	190.34	8.3	9.23	26.87
5/294/М	Гамбургер с котлетой из птицы /лист салата/пакет/...	190/5	77,65	362	19.44	11.72	44.46
Акт 04.26 г.	Сэндвич с запеченным филе/сыр сл. пл.,л.салата,помидор	80	46,01	92.86	6.65	2.2	14.97
5/294/М	Гамбургер с кот. натур./уголок/...	200/5	135,73	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/...	50/50	36,91	173	5.8	8.3	14.83
45/21П	Салат сельдь с картофелем с зел....	100	53,08	132	6.4	8.5	7.4
76/М	Сельдь с луком...	100	104,17	164	10.08	10	1.28
572/2002	Салат овощной с мясом /филе	100/1	42,08	115.3	5.7	6.2	7.48
24/М	Салат из свежих помидоров и	100/2/2	39,37	7.07	0.964	6.076	3.464
№22/Л	Салат из св. помидоров с кр. перцем.лист салата..кинза.петрушка...	100/1/1/1	47,58	7.41	1.1	6.07	3.75
Акт 04.26г.	Салат греческий с сыром Фета/св.пом,огур.маслины,айсберг/...	150	101,86	228.31	3.67	21.95	4.4
№17/П	Салат из свежих помидоров с	100/2/2	43,81	3.3	57	1.4	4.1
Акт 04.2026 г.	Салат кукурузный с куриной грудкой/ фасоль лист	180	107,46	245.59	18.07	12.59	13.9
Акт.04.2026 г.	Салат Цезарь с курицей...	200	149,22	368.04	25.13	17.42	26.99

28/М	Салат "Весна"/масло рас./...	100/1	59,22	68.4	1.764	5.733	2.443
44/Л	Салат из краснокочанной капусты/зел. лист с/...	100/1/1	31,97	90	0.8	5	10.4
57/ Л.	Лобио из фасоли...	100	21,70	143.25	4.7	8.2	12.61
250/Л	Баклажаны жареные смет. /зел./...	100/10/1	80,72	107	1.9	7.4	7.8
250/Л	Кабачки жареные /смет./зел./...	100/10/1	93,21	110	1.3	7.7	8.5
67/М	Винегрет овощ./зел. гор., лист сал.,зел./...	100/1/1	23,55	125.1	1.4	10.1	7.29
Акт от .04.20	Салат из свеклы с сыром и чесноком...	100	31,88	117.7	4.67	9.38	7.19
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис.	100/1/1	28,29	84	1.3	5	8
75/М	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18,32	13.93	2.4	7.6	13
17/Л	Салат из соленых огурцов с луком...	100/1/1	33,31	104	0.12	12.9	2.4
№209 М	Яйцо варен....	40	21,60	63	5.08	4.6	0.28
450/П.	Желе из сока Нектар фруктовый...	200	24,60	65.1	2.69	0.04	13.61
450/452/П	Желе из молока и сока плодового...	200	30,81	79.1	3.645	0.965	14
362/М.	Желе из плодов или ягод вишня (замороженных)...	200	47,32	129.2	5.46	0.02	26.16
452/П.	Желе из молока...	200	37,02	93.1	4.6	1.89	14.4
338/М	Яблоко...	100	17,60	47	0.4	0.4	8.8
338/М	Апельсины...	100	36,80	43	0.9	0.2	8.1
338/М	Мандарины...	100	40,00	38	0.8	0.2	7.5
674/Л	Яблоки печеные...	75	19,06	120.7	0.22	0.15	30.1
629/Л	Лимон с сахаром...	30/10	10,72	67.6	8.26	0.04	15.48

Первые блюда

102/ М.	Суп картофельный с горохом...	250	12,47	148.25	4.5	5.77	11.53
102 М.	Суп картофельный с горохом /филе,зелень/...	250/25/1	37,83	186.25	9.3	7.67	11.73
82/ М	Борщ с капустой и картофелем...	250	14,61	106	2	5.4	13.1
82/ М	Борщ с капустой и картофелем/филе. смет.зелень/...	250/25/10/1	47,19	144	6.8	7.1	13.3
103/М	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./...	250	14,40	137	4.9	2.5	26
103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./ филе птицы,зелень/...	250/25/1	40,63	175	9.7	4.4	26.2
88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем...	250	14,53	89.75	2	4.3	10
88/17М.	Щи из св. капусты с карт./филе птицы.смет.зелень/...	250/25/10/1	47,11	127.75	6.8	6.2	10.2

96/М.	Рассольник ленинградский...	250	18,08	107.25	2.52	6.36	14.98
96/М.	Рассольник ленинградский/филе птицы.смет.зелень./...	250/25/10/ 1	50,66	145.25	7.32	8.26	15.18
101М	Суп картофельный с крупой /рис/...	250	13,64	85.75	1.98	2.71	12.11
101М	Суп картофельный с крупой /рис,филе,зелень/...	250/25/1	39,87	123.75	6.78	4.61	12.31
98 М	Суп крестьянский с пшеном...	250	11,52	76.25	1.49	4.91	6.09
98 М	Суп крестьянский с пшеном/филе птицы,смет.зелень/...	250/25/10/ 1	44,10	114.25	6.29	6.81	6.29

Вторые блюда

Акт4.2026 г.	Мясо по - французки /корейка, лук, сыр , смет./...	160	179,96	461.76	26.33	38.99	4.38
Акт04.24г.	Котлета Сочная с помидором и сыром/ бедро,филе/...	120	102,75	197.84	23.05	10.08	2.23
Акт04.26 г.	Рыба жареная / филе хек в хрустящей панировке/...	100	109,42	199.35	11.76	9.59	16.52
229/М	Рыба . тушенная в томате с овощами/минтай/...	50/50	34,62	123	8.55	9.2	6.8
260/М.	Гуляш /свин./...	50/50	53,49	253.3	5.97	11.52	2.89
Акт от 04.2026г.	Котлета по- киевски / филе , зелень,масло сл./...	135	118,47	244.34	14.83	5.65	27.6
54-10 м сб.2022 г.	Капуста тушенная с мясом/ гов. 1 кат./...	200	172,94	339.4	22.1	21.9	13.2
6/9/22 АКП	Люля из птицы /филе/...	100/20/5	69,09	248	15	14.2	14.4
АКП.20.11 .2024	Котлета нат.рублен.из	100	85,44	248	15	14.2	14.4
268/М.	Биточки / гов./...	100	90,49	202.5	10.477	12.52	11.43
269,331/ М.	Котлеты особые /смет.-том.соус/...	60/40	44,05	180	8.8	11.81	9.34
№486/Л.	Голубцы /соус смет. томат гов.кот./...	85/50	72,26	162	10.7	9.59	8.71
№467 сб 2004 г.	Биточки по- белорусски	100/5	129,47	307	14.63	21.13	16
№377 /Л.	Рыба жареная / минтай филе/...	100	58,75	146	15.2	7.54	4.27
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров.	100	80,21	363.3	23	24.89	11.11
АКП (496/Л	Наггетсы 2 шт....	100	80,31	327	20.7	22.4	10
Акт 07.09.22г	Отбивная нат.школьная с сыр из ф.птицы/помид./...	110	119,09	252.2	24.2	23.8	14
457 сб 2004	Зразы рубленые из говядины /паровые/...	100/5	90,33	265	13.5	16.3	15.5

377/04/Л	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	118,16	160	9.3	6.8	14.2
307/П	Котлета рыбная (горбуша б/г	100/5	89,80	196	13	8.8	15.2
388 сб 2004г. 293/М	Котлета рыбная / минтай/...	100/5	48,95	196	12	8.8	15.2
293/М	Птица жареная/ бедро/...	100	71,09	184	24.18	17.09	0.04
293/М	Птица жареная/голень/...	100	71,09	184	24.18	17.09	0.04
293/17 М.	Птица жареная...	100	63,47	215	18.7	15.3	0.6
Акт17.11.2 5г. 260/М.	Шашлычок школьный / филе птицы/...	120	117,68	186	19.2	16.8	14
№ 423 Л 251М	Гуляш /гов./...	50/50	113,79	221	14.55	16.79	2.89
379/94	Бефстроганов /гов./...	50/50	128,07				
381/1994	Поджарка /говяд./...	50/15	115,62	120	12.7	6.7	2.25
	Эскалоп/свин./...	85	111,61	343.15	17.1	52.6	
	Котлета отбивная свин./косточ/...	77/20	88,23	492.8	14.5	43.6	10.24
392/М	Пельмени отварные...	200/20	116,88	352	19.6	13	37.2
Акт4.26 г.	Соте из овощей/ каб.,бак.,перец сл..помид.лук./...	200	139,49	577.29	12.86	36.53	52.44
196 Л	Плов сладкий/ курага,изюм/...	200	55,40	428	5.26	7.84	83.92
377/Л.	Рыба жареная / филе хека/...	100	126,21	160	19.6	6.8	4.2

Диетические

291/М	Плов из птицы / филе/...	50/150	67,52	333.73	15.51	14.58	20.45
290/330/ М.	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/...	50/50	59,52	220	11.78	10.12	12.93
175 М	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с....	200	17,85	221.9	5.66	3.74	37.5
54-3/м- 2020	Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том....	100/50	68,07	128.4	8.4	7.6	6.4
259/2017г.	Жаркое по- домашнему/свин./...	50/150	69,34	437.7	14	19.8	18.94
259/М.	Жаркое по- домашнему/гов./...	50/150	129,58	337.1	18.05	20.67	18.9
288 М	Птица отварная /тушка/...	100	54,76	268	8.69	5.82	0.5
256/М.	Мясо тушеное/ свинина/...	50/50	53,17	305	10.58	18.17	7.56
256/М.	Мясо тушеное/ говядина/...	50/50	118,95	225	15.2	17.38	2.56
411/Л.	Мясо отварное /говядина/...	50	113,25	88.5	15.65	2.95	
395/М	Вареники с Адыг. сыром...	180/5	88,17	368	21.59	12.41	42.43
395/М	Вареники с картофелем с маслом...	180/5	69,47	271	19.82	5.08	36.44
395 М.	Вареники с творожным фаршем	180/5	79,26	368	21.59	12.41	42.43

129 М.	Капуста цветная отварная с маслом...	100/5/1	104,87	44	1.42	3.36	2.11
Акт от .04.20	Брокколи отварная с маслом с/м.зелень...	150/15/1	105,64	149.16	6.25	10.64	7.47
156,385/П	Овощи отварные с рисом припущ./заморож./...	200	58,45	195.8	5.4	5.2	29.6
156/П	Овощи отварные/фасоль стручковая/...	100	48,49	75	3	2.6	10
№210 М	Омлет натуральный...	150	75,56	298.5	15	25.05	2.85
288 Л	Тыква, запеченная с фруктами, по-ижевски/курага.яблоко и/...	115/5	40,03	87	1.2	5.9	7
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет....	100/10/20	98,98	251	15.2	12.4	18.9
366/Л	Запеканка творожная со	100/20	98,13	239	15	13.3	13.7
362/Л	Пудинг из творога со сметаной...	100/20	89,68	237	13.4	10.9	20.7
174/М.	Каша мол. рисовая с сах....	200/10	23,51	268	5.92	3.6	52.8

Гарниры

Акт от 04.	Картофель фри...	150	78,90	314.985	4.08	13.77	39.78
171/302М	Каша гречневая...	150	16,86	203.75	3.6	7.6	20.8
304/М	Рис отварной...	150	21,61	209.7	3.65	5.37	36.68
171,302м	Каша пшеничная...	150	14,18	117.2	4.32	2.9	23.9
508л	Каша кукурузная...	150	13,04	232.8	6.33	7.51	8.24
171/302м	Каша ячневая...	150	12,52	122.5	4.8	4.4	25.8
312/М	Картофельное пюре...	150	27,78	137.25	4.06	4.8	22.43
139/М	Капуста тушеная...	150	27,27	115.5	3.05	5.53	11.83
147/М	Картофель жареный в кожуре/пакет/...	150	89,49	306	4.35	15.75	30.3
310 М	Картофель отварной..	150	27,56	148	5.1	4.92	21.01
522Л.	Картофель жареный..	150	32,50	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

398/М	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	59,97	384	4.4	8.47	64.2
397/М	Блинчики с маслом...	60/3	32,88	148.8	3.18	6.06	19.8
№401 /М.	Оладьи со сгущ.молоком...	70/20	55,04	186.9	5.33	5.14	29.9
№401 /М.	Оладьи с конфитюром/п/ф /...	70/20	50,88	454	12.96	12.48	67.31
ТУ 9115-01	Жульен с куриной грудкой...	150	123,87	368.5	28.2	5.44	44.46
413/М	Пицца школьная...	100	50,42	299	9.89	16.25	28.3
537/п/акт	Пицца школьная	110	76,42	241	10.4	10.9	25.4
21.10.25	Оригинальная /вет./ сыр Рос....						
537/П/акт 4	Пицца Маргарита...	150	74,48	356.8	12.98	12.55	44.69

537/п акт 2.26 г	Пицца школьная Оригинальная /сервилат финский п/к/...	150	110,77	299	9.89	16.25	26.3
537/п акт26 г	Пицца школьная Оригинальная /филе птицы/...	150	107,39	241	10.4	10.9	25.4
408/ф 457/М	Пирожок из пресного слоеного теста / филе ц/б/с	120	94,74	353.6	6.3	16.51	44.72
747/Л	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49,91	228	9.6	13.84	26.9
850-1997	Хачапури имеретинские...	75	58,87	346	13.9	28.17	36.78
№850 сб.1997г.	Хачапури имеретинские...	120	94,18	184.8	5.56	11.26	14.71
418/ сб2017/М	Слойка с конфитюром...	100	27,74	333.3	3.17	11.79	50.72
566/1973	Слойка с марципаном/ Слойка с маковой начинкой...	100	44,56	426	7.9	10.2	58.6
АКП 05.10.23	Слойка с маковой начинкой...	120	33,99	333.3	3.17	11.79	50.72
АКП 05.10.23	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/...	110	47,83	357	7.59	10.27	58.62
408/471/1 7/М	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	52,33	88	2.42	1.08	17.11
АКП 02.202	Булочка "Синнабон"...	100	53,27	315	8.4	13.4	45.8
Акт4.26	Шарлотка с яблоками.	140	65,01	441.73	7.25	14.86	70.08
г31806- 2012	Косичка Кленовый Пекан 105 гр 1/42...	105	104,00	390	4	23	41
774/Л.	Булочка " Матвеевский	100	34,13	340	7.3	8.8	57.9
774/Л	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	100	29,76	340	7.3	8.8	57.9
ТТК 3	Булочка с сыром...	60	16,49	218	5.48	6.52	34.4
766/Л	Сдоба обыкновенная..	100	17,56	262	7.76	4.72	47.1
738/758/Л	Пирожок печен.с капустой...	60	14,43	132	3.9	3.26	20.76
685 ,723,6 87 /94	Пирожок печеный с картофелем...	60	11,05	153	3.91	4.7	23.75
685/98 /5 ч 46	Пирожок печеный с курагой...	100	30,11	266.66	11	20	86.6
405,470,4 06/М	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	21,67	92	1.82	2.04	16.62
Акт 4.026 г.	Бублик с кунжутом...	100	20,21	373.29	7.14	13.9	54.54
741/764/Л	Ватрушка с творогом..	75	29,00	202	9.22	5.48	29.18
741Л	Ватрушка с конфитюром...	75	24,68	253	4.97	9.2	39.6
687/ 685/ 710/1994	Пирожок печеный с мясом...	60	42,75	172	8.43	6.22	20.35
АКП 02.202	"Ореховая Гата"...	100	52,82	226	8.4	13.4	45.8
796/Л	Ромовая баба...	100	43,14	357	5.4	9.4	60.8
793Л	Кекс столичный...	75	52,17	323	4.57	13.84	43.06
№794/Л	Кекс " Творожный "...	75	39,76	300.75	6.15	13.8	38.65

572/1973	Сочни из песочного теста...	55	25,03	201	9.7	21.34	20.9
573/1973	Бисквит.пирог с конфитюром...	100	51,38	285	4.57	13.84	43.06
г 31806-20	Корж...	100	42,40	286	4.89	8.43	47.68
Акт 4.26г.	Круассан с форелью слабосоленой/пакет/.	140	187,68	237.93	10.38	11.54	33.59
АКП 09.01.25	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	108,58	388	15.62	12.28	53.5
АКП 09.01.25	Круассан с шоколадной начинкой...	140	83,25	377.7	7.6	3.7	53.5
Г31806-2012	Слойка с фруктовой начинкой...	90	68,64	286	7.6	3.7	53.5
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4,60	116.9	3.78	1.09	16.5
г58161-2018	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
Напитки							
Акт8.02.20 24 г.	Кисель из ягод замор....	200	12,24	140	0.31		29.4
495/П	Компот из смеси сухофруктов...	200	6,98	132.8	0.66	0.09	22.01
346/М./Акт.	Компот из лимонов...	200	25,07	141.2	0.56	0.1	33.9
491/П.	Компот из ягод заморожен....	200	10,96	114.6	0.16	0.16	20.4
491/П.	Компот из ягод облепихи	200	14,23	44	0.2	0.1	10.7
491/П	Компот из ягод черная смородина заморожен....	200	23,21	44	0.2	0.1	14.7
491/П.	Компот из клубники / заморожен./...	200	12,30	44	0.2	0.1	10.7
486/ П	Компот из свеж. яблоч...	200	5,53	46	0.16	0.16	20.88
375,376/М/	Чай с сахаром...	200	2,78	60	0.07	0.02	15
375,376/М.	Чай с лимоном...	200/7	5,02	62	0.13	0.02	15.2
	Чай черный классический 2 гр./ пакет/с сах....	200/15	9,13	60	0.07	0.02	15
	Чай зеленый 2 гр с сах. / пакет/...	200/15	11,05	60	0.07	0.02	15
	Чай фруктовый 2 гр с сах. / пакет/...	200/15	9,16	60	0.07	0.02	15
	Чай черный с Бергамотом 2 гр.с сах....	200/15	9,13	60	0.07	0.02	15
Напитки и соки							
Гост 28188	Вода питьевая 0,5 без/газа...	1шт.	36,25				
707/Л	Сок / нектар в ассортименте	1шт.	35,00	88			
Гост 28188-2014	Напиток не газ. "Сенежская" в ассорт. 0,44 *...	1 шт	53,00	15			4.5

"Fruktomania" HAPPY
DAY в асс. 0,5л...
Напиток негаз.
"Холодный Чай" Т.3.
Fruktomania 0,5л в
ассортименте...

1шт.	57,88	40	10
1шт.	48,88	1	0.2

Комплекс 1 Завтрак

54-23м/ 330М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус	60/30	42,07	171	8.67	8.2	10.69
171/302М	Каша гречневая	150	16,86	203.75	3.6	7.6	20.8
139/М	Капуста тушеная	60	10,91	46.2	3.41	2.21	10.93
ту9115-001	Хлебный батон	42	3,83	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2,78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 1:		542	76,45	581.05			

Комплекс 2 Завтрак

54-23м/ 330М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус	60/40	43,72	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая	180	20,23	292.5	10.18	7.34	29.37
75 /М.	Икра свекольная	100	16,56	13.93	2.4	7.6	13
ту9115-001	Хлебный батон	50	4,60	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5,02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 2:		637	90,13	718.33			

Комплекс 3 Обед

103/М	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14,40	137	4.9	2.5	26
256/М	Мясо тушеное/ свинина/	45/45	47,90	204.5	9.82	17.65	2.3
171/302м	Каша ячневая	150	12,52	122.5	4.8	4.4	25.8
149 П	Огурец соленый	60	18,65	6.6	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	48	4,44	116.9	3.78	1.09	16.5
г58161-2018	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
495/П	Компот из смеси сухофруктов	200	6,98	132.8	0.66	0.09	22.01
Итого комплекс 3:		818	107,03	768.916			

Комплекс 4 Обед

103/М	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14,40	137	4.9	2.5	26
256/2017 М	Мясо тушеное/ свинина/	40/60	44,27	227.44	10.57	18.39	4.78
302/ 2017	Каша ячневая	190	15,86	155.16	6.08	5.57	32.68
ТУ9115-001	Хлебный батон	70	6,48	136.38	4.6	0.58	56.35
г58161-2018	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
495/П	Компот из смеси сухофруктов	200	6,98	132.8	0.66	0.09	22.01
Итого комплекс 4:		830	90,13	837.396			

Комплекс 5 Завтрак

54-23м/ 330М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус	60/30	42,07	171	8.67	8.2	10.69
171/302М	Каша гречневая	150	16,86	203.75	3.6	7.6	20.8
139/М	Капуста тушеная	60	10,91	46.2	3.41	2.21	10.93

ту9115-001	Хлебный батон	42	3,83	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2,78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 5:		542	76,45	581.05			

Комплекс 6 Обед

103/М	Суп карт. с мак. из.- ми/ верм./	250	14,40	137	4.9	2.5	26
256/М	Мясо тушеное/ свинина/	45/45	47,90	204.5	9.82	17.65	2.3
171/302м	Каша ячневая	150	12,52	122.5	4.8	4.4	25.8
149 П	Огурец соленый	60	18,65	6.6	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	48	4,44	116.9	3.78	1.09	16.5
г58161- 2018	Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
495/П	Компот из смеси сухофруктов	200	6,98	132.8	0.66	0.09	22.01
Итого комплекс 6:		818	107,03	768.916			

Комплекс 7 Завтрак

54-23м/ 330М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус	60/40	43,72	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая	180	20,23	292.5	10.18	7.34	29.37
75 /М.	Икра свекольная	100	16,56	13.93	2.4	7.6	13
ту9115-001	Хлебный батон	50	4,60	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5,02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 7:		637	90,13	718.33			

Комплекс 8 Обед

103/М	Суп карт. с мак. из.- ми/ верм./	250	14,40	137	4.9	2.5	26
256/М.	Мясо тушеное/ свинина/	50/50	53,17	305	10.58	18.17	7.56
302/ 2017	Каша ячневая	190	15,86	155.16	6.08	5.57	32.68
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис.	100/1/1	28,29	84	1.3	5	8
ТУ9115-00	Хлебный батон	58	5,34	116.9	3.94	0.5	20.85
г58161- 2018	Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
495/П	Компот из смеси сухофруктов	200	6,98	132.8	0.66	0.09	22.01
Итого комплекс 8:		920	126,18	979.476			

Комплекс 9 Обед

103/М	Суп карт. с мак. из.- ми/ верм./	250	14,40	137	4.9	2.5	26
256/М	Мясо тушеное/ свинина/	45/45	47,90	204.5	9.82	17.65	2.3
171/302м	Каша ячневая	150	12,52	122.5	4.8	4.4	25.8
149 П	Огурец соленый	60	18,65	6.6	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	48	4,44	116.9	3.78	1.09	16.5
г58161- 2018	Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	2,14	48.616	1.54	0.16	10.28
495/П	Компот из смеси сухофруктов	200	6,98	132.8	0.66	0.09	22.01
Итого комплекс 9:		818	107,03	768.916			

Комплекс 10 Завтрак