

## Обед «Школьника» Сахарный диабет Перемены с 13:00 до 17:00 Для обучающихся 5-11 классов Март-Май 2023 г. для ОУ № 5,10,12,14,15,23,24,26,32,35,36,36ф,37,39,40,41,48,49,50,50ф,52,54ф,55,56,58,68,74,82,89,90,90ф,91,92,93,95,96,97,97 ф

			W. VIII. 710 749		-
І НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход,	Пищевая/энергетическая ценность	II НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход,	Пищевая/энергетическая ценность
попедельник	гр.	Б/Ж/У/	Попедельник	гр.	Б/Ж/У/
		Эн.цен.(ккал)			Эн.цен.(ккал)
Фрукты в ассортименте Щи с мясом и сметаной	150 250	0,6/0,6/14,7/70,5 7,44/7,62/8,8/134,45	Фрукты в ассортименте Маринад из моркови	150 100	0,6/0,45/15,45/70,5 1,86/7,12/10.04/114.37
Каша перловая рассыпчатая с маслом	180	4,26/5,82/29,15/186,05	Суп куриный с гречневой крупой	250	6,36/6,12/9,56/118,28
Мясо тушеное (говядина)	100	18,32/29,97/3,19/358,74	Гуляш (говядина)	100	19,5/18,23/4,55/260,49
Хлеб ржаной	50	3,31/0,6/21/99	Булгур отварной с маслом	180	6,93/6,05/41,11/232,8
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,36/0/7,58/30,75	Хлеб ржаной	20	1,32/0,24/8,04/39,6
			Компот из смеси фруктов и ягод без сахара	200	0,25/0/1,83/8,2
ВТОРНИК	150	0.610.45(15.45/70.5	ВТОРНИК	100	0.92/0.25/2.51/99.91
Фрукты в ассортименте Яйцо отварное	150 50	0,6/0,45/15,45/70,5 6,35/5,75/0,35/78,5	Салат из свежих огурцов Сыр порциями	100	0,82/9,25/2,51/88,81 4,64/5,9/0/72,8
Сыр порциями	20	4.64/5.9/0/72.8	Уха с рыбой	250	6,8/2,7/8,81/86,1
Суп картофельный с мясом	250	7,22/6,88/13,51/144,64	Бигус с мясом (говядина)	280	29,46/32,25/15,97/475,87
Рыба тушенная с овощами (минтай)	100	14,29/1,84/5,49/94,22	Хлеб ржаной (говядина)	50	3,31/0,6/21/99
Булгур отварной с маслом	180	6,93/6,05/41,11/232,8	Компот из кураги без сахара	200	0,83/0,04/7,89/35,5
Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/21/99			
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,36/0/7,58/30,75			
СРЕДА			СРЕДА		
Салат из фасоли с морковью	100	2,89/10,23/8,46/142,84	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Свекольник с мясом и сметаной	250	7,33/10,81/12,12/176	Борщ с мясом и сметаной	250	7,09/10,12/11,27/165,55
Котлета мясная (говядина, курица)	100	19,16/16,64/8,74/261,98	Биточек из рыбы (минтай)	100	16,44/14,47/13,53/251,51
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,71/5,95/38,11/238,6	Пюре из гороха с маслом	180	18,98/5,06/38,41/271,43
Хлеб ржаной	30	1,98/0,36/12,06/59,4	Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2
Сок томатный	200	0/0/9/40	Чай без сахара	200	0/0/0/0
нетрерг			ЧЕТВЕРГ		
<b>ЧЕТВЕРГ</b> Огурцы порционные	100	0,8/1/2,6/14	Маринад из моркови	100	1,86/7,12/10,04/114,37
Эгурцы порционные Сыр порциями	50	11,6/14,75/0/182	Суп гороховый с мясом	250	11,25/7/17,25/176,25
Рассольник с мясом и сметаной и перловой крупой	250	7,86/7,97/15,02/163,89	Котлета мясная (говядина, курица)	100	19,16/16,64/8,74/261,98
Филе птицы тушенное в сливочно – сырном соусе	100	21,98/27,23/2,8/346,98	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,71/5,95/38,11/238,6
Каша ячневая вязкая с маслом	180	3,65/4,27/22,89/143,87	Хлеб ржаной	50	3,31/0,6/21/99
Хлеб ржаной	25	1,65/0,3/10,05/49,5	Сок томатный	200	0/0/9/40
Чай без сахара	200	0/0/0/0			
ПЯТНИЦА	100	2/9/8,6/122	ПЯТНИЦА  Салат из свежих помидоров с капустой	100	1.04/6.00/2.9/90.64
Икра овощная	100	2/9/8,6/122	Салат из свежих помидоров с капустои брокколи	100	1,94/6,09/3,8/80,64
Суп рыбный с крупой (рыбные консервы)	250	6,22/7,59/15,9/156,88	Сыр порциями	20	4,64/5,9/0/72,8
Курица запеченная с сыром	105	27,49/23,31/0,79/321,08	Суп картофельный с мясными	250	10,61/9,55/13,23/181,38
	ļ		фрикадельками		
Пюре из гороха с маслом	180	18,98/5,06/38,41/271,43	Печень говяжья тушеная в сметанном соусе	100	15,35/8,66/8,01/171,26
Хлеб ржаной	30 200	1,98/0,36/12,06/59,4 0,25/0/1,82/8,2	Каша перловая рассыпчатая с маслом Хлеб ржаной	180 50	4,26/5,82/29,15/186,05 3,31/0,6/21/99
Компот из смеси фруктов и ягод без сахара	200	0,23/0/1,82/8,2	Компот из сухофруктов без сахара	200	0,36/0/7,58/30,75
		Пищевая/энергетическая	IV НЕДЕЛЯ	200	Пищевая/энергетическая
ІІІ НЕДЕЛЯ		ценность			ценность
понедельник	Выход,	Б/Ж/У/	понедельник	Выход,	Б/Ж/У/
Home an area was	гр. 100	Эн.цен.(ккал) 2,16/7,11/11,61/121,24	Фрукты в ассортименте	гр. 150	Эн.цен.(ккал) 0,6/0,45/15,45/70,5
Икра свекольная Рассольник с мясом и сметаной и перловой крупой	250	7,86/7,97/15,04/163,89	Свекольник с мясом и сметаной	250	7,33/10,81/12,12/176
Филе птицы тушенное в томатном соусе	100	16,49/14,11/4,96/213,19	Филе птицы тушеное с овощами (филе	100	17,52/14,84/1,79/211,63
•			птицы, лук, морковь, томатная паста,		
			сметана)		
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,71/5,95/38,11/238,6	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,71/5,95/38,11/238,6
Хлеб ржаной Компот из сухофруктов без сахара	40 200	2,64/0,48/16,08/79,2 0,36/0/7,58/30,75	Хлеб ржаной Компот из сухофруктов без сахара	50 200	3,3/0,6/21/99,00 0,36/0/7,58/30,75
компот из сухофруктов оез сахара	200	0,30/0/7,38/30,73	компот из сухофруктов оез сахара	200	0,30/0/7,38/30,73
ВТОРНИК			вторник		
Салат из свежих огурцов	100	0,82/9,25/2,51/88,81	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Яйцо отварное	50	6,35/5,75/0,35/78,5	Яйцо отварное	50	6,35/5,75/0,35/78,5
Борщ с мясом и сметаной	250	7,09/10,12/11,27/165,55	Сыр порциями	20	4,64/5,9/0/72,8
Биточек из птицы	100	18,54/15,4/11,88/261,01	Щи вегетарианские со сметаной	250	2,12/3,47/8,97/76,8
Каша ячневая вязкая с маслом Хлеб ржаной	180 50	3,65/4,27/22,89/143,87	Фрикадельки куриные с красным соусом	100 200	14,47/9,82/9,06/173,57
Хлеб ржаной Чай без сахара	200	3,3/0,6/21/99,00 0/0/0/0	Каша перловая рассыпчатая с маслом Хлеб ржаной	60	4,73/6,47/32,39/206,72 3,96/0,72/24,12/118,8
лин ово вилири	200	0/0/0/0	Сок томатный	200	0/0/9/40
СРЕДА			СРЕДА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Салат из свежих помидоров с капустой	100	1,94/6,09/3,8/80,64
	<b>—</b>	40 4444 0811	брокколи		
Суп-пюре картофельный с фрикадельками с гренками из ржаного хлеба	262	12,61/15,85/19,28/271,73	Сыр порциями	50	11,6/14,75/0/182
AS DWAROLO XUCOA	<b>+</b>	19.5/18.23/4.55/260.49	Бульон куриный с яйцом и гренками	274	6,96/5,07/4,98/93,12
	100		Гуляш (говядина)	100	19.5/18.23/4.55/260.49
Гуляш (говядина)	100 180	18,98/5,06/38.41/271.43			18,98/5,06/38,41/271,43
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом	100 180 30	18,98/5,06/38,41/271,43 1,98/0,36/12,06/59,4	Пюре из гороха с маслом	180	10,70/3,00/30,41/2/1,43
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной	180		Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/21/99,00
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара	180 30	1,98/0,36/12,06/59,4	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара		
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара ЧЕТВЕРГ	180 30 200	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12	Пюре из гороха с маслом  Хлеб ржаной  Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ	50 200	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара ЧЕТВЕРГ	180 30	1,98/0,36/12,06/59,4	Пюре из гороха с маслом  Хлеб ржаной  Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ  Салат из свежих овощей (огурец свежий,	50	3,3/0,6/21/99,00
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара ЧЕТВЕРГ	180 30 200	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло	50 200	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ  Фрукты в ассортименте	180 30 200	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12	Пюре из гороха с маслом  Хлеб ржаной  Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ  Салат из свежих овощей (огурец свежий,	50 200	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте Суп гороховый с мясом	180 30 200 150 250 100	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45	Пюре из гороха с маслом  Хлеб ржаной  Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ  Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное)  Борщ с мясом и сметаной  Зраза мясная ленивая (свинина, курица)	50 200 100 250 100	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запсканка куриная под сырной шапкой Булгур отварной с маслом	180 30 200 150 250 100 180	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8	Пюре из гороха с маслом  Хлеб ржаной  Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ  Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное)  Борщ с мясом и сметаной  Зраза мясная ленивая (свинина, курица)  Каша пшенная вязкая с маслом	50 200 100 250 100 180	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ  Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запеканка куриная под сырной шапкой Булгур отварной с маслом Хлеб ржаной	180 30 200 150 250 180 40	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/323,8 2,64/0,48/16,08/79,2	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, эглень, масло подсолнечное) Борщ с мясом и сметаной Зраза мясная ленивая (свинина, курица) Каша пшенная вязкая с маслом Хлеб ржаной	50 200 100 250 100 180 40	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66 2,64/0,48/16,08/79,20
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запеканка куриная под сырной шапкой Булгур отварной с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара	180 30 200 150 250 100 180	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное) Борщ с мясом и сметаной Зраза мясная ленивая (свинина, курица) Каша пшенная вязкая с маслом Хлеб ржаной Чай без сахара	50 200 100 250 100 180	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запеканка куриная под сырной шапкой Булгур отварной с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ПЯТНИЦА	180 30 200 150 150 250 100 180 40 200	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,64/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8 2,64/0,48/16,08/79,2 0,25/0/1,82/8,2	Пноре из гороха с маслом  Хлеб ржаной  Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ  Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное)  Борщ с мясом и сметаной  Зраза мясная ленивая (свинина, курица)  Каша пшенная вязкая с маслом  Хлеб ржаной  Чай без сахара	50 200 100 250 100 180 40 200	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66 2,64/0,48/16,08/79,20 0/0/0/0
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запеканка куриная под сырной шапкой булгур отварной с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ПЯТНИЦА Кукуруза консервированная	180 30 200 150 250 100 180 40 200	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8 2,64/0,48/16,08/79,2 0,25/0/1,82/8,2 2,07/0,35/10,19/52,20	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное) Борщ с мясом и сметаной Зраза мясная ленивая (свинина, курица) Каша пшенная вязкая с маслом Хлеб ржаной Чай без сахара  ПЯТНИЦА	50 200 100 100 250 100 180 40 200	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66 2,64/0,48/16,08/79,20 0/0/0/0
Гуляш (говядина) Піоре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запеканка куриная под сырной шапкой Булгур отварной с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ПЯТНИЦА Кукуруза консервированная Яйцо отварное	180 30 200 150 250 100 180 40 200 100 50	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8 2,64/0,48/16,08/79,2 0,25/0/1,82/8,2 2,07/0,35/10,19/52,20 6,35/5,75/0,35/78,5	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное) Борщ с мясом и сметаной Зраза мясная ленивая (свинина, курица) Каша пшенная вязкая с маслом Хлеб ржаной Чай без сахара  ПЯТНИЦА Икра свекольная Суп картофельный с мясом	50 200 100 100 250 100 180 40 200 100 250	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66 2,64/0,48/16,08/79,20 0/0/0/0 2,16/7,11/11,61/121,24 7,23/6,88/13,5/144,62
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запеканка куриная под сырной шапкой Булгур отварной с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара ПЯТНИЦА Кукуруза консервированная Яйцо отварное Суп куриный с гречневой крупой	180 30 200 150 150 250 100 180 40 200 100 50 250	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,64/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8 2,64/0,48/16,08/79,2 0,25/0/1,82/8,2 2,07/0,35/10,19/52,20 6,35/5,75/0,35/78,5 6,36/6,12/9,56/118,28	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное) Борщ с мясом и сметаной Зраза мясная ленивая (свинина, курица) Каша пшенная вязкая с маслом Хлеб ржаной Чай без сахара  ПЯТНИЦА Икра свекольная Сул картофельный с мясом Мясо тушеное (говядина)	50 200 100 100 250 100 180 40 200 100 250 100	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66 2,64/0,48/16,08/79,20 0/0/0/0 2,16/7,11/11,61/121,24 7,23/6,88/13,5/144,62 19,3/17,58/3,4/249,15
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара  ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте  Суп гороховый с мясом Запеканка куриная под сырной шапкой Булгур отварной с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ПЯТНИЦА Кукуруза консервированная Яйцо отварное Суп куриный с гречневой крупой Рыба запеченная под сырно-овощной шапкой (минтай)	180 30 200 150 250 100 180 40 200 100 50	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8 2,64/0,48/16,08/79,2 0,25/0/1,82/8,2 2,07/0,35/10,19/52,20 6,35/5,75/0,35/78,5	Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное) Борщ с мясом и сметаной Зраза мясная ленивая (свинина, курица) Каша пшенная вязкая с маслом Хлеб ржаной Чай без сахара  ПЯТНИЦА Икра свекольная Суп картофельный с мясом	50 200 100 100 250 100 180 40 200 100 250	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66 2,64/0,48/16,08/79,20 0/0/0/0 2,16/7,11/11,61/121,24 7,23/6,88/13,5/144,62
Гуляш (говядина) Пюре из гороха с маслом Хлеб ржаной Отвар из шиповника без сахара	180 30 200 150 250 100 180 40 200 100 50 250 100	1,98/0,36/12,06/59,4 0,64/0,25/8,79/51,12 0,6/0,6/14,7/70,5 11,25/7/17,25/176,25 22,42/22,57/2,33/304,45 6,93/6,05/41,11/232,8 2,64/0,48/16,08/79,2 0,25/0/1,82/8,2 2,07/0,35/10,19/52,20 6,35/5,75/0,35/78,5 6,36/6,12/9,56/118,28 21,69/11,3/6,54/214,58	Пноре из гороха с маслом Хлеб ржаной Компот из смеси фруктов и ягод без сахара  ЧЕТВЕРГ Салат из свежих овощей (огурец свежий, помидор свежий, зелень, масло подсолнечное) Борщ с мясом и сметаной Зраза мясная ленивая (свинина, курица) Каппа пшенная вязкая с маслом Хлеб ржаной Чай без сахара  ПЯТНИЦА Икра свекольная Суп картофельный с мясом Мясо тушеное (говядина) Каша ячневая вязкая с маслом	50 200 100 100 180 40 200 100 250 100 180	3,3/0,6/21/99,00 0,25/0/1,82/8,2 0,96/8,89/3,05/93,31 7,09/10,12/11,27/165,55 20,99/21,48/8,59/312,86 4,72/5,08/26,21/168,66 2,64/0,48/16,08/79,20 0/00/0 2,16/7,11/11,61/121,24 7,23/6,88/13,5/144,62 19,3/17,58/3,4/249,15 3,65/4,27/22,89/143,87

