



«Утверждаю»

Директор ГБОУ СОШ с.Кошки
Панжинская Л.И./

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
СТРУКТУРНОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «ТЕРЕМОК».
ГБОУ СОШ с.КОШКИ
(возрастная категория от 3 до 7 лет)**

день 1 понедельник неделя 1

сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто в | цена | сумма | пищевые вещества | | | энерг ценность | |
|----------------|-------------------------------------|--------------------|------------|-------------------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------|--------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | макароны | отварные с маслом | 180 | 0,045 | 44,00 | 1,98 | 7,57 | 4,63 | 36,31 | 0 | 217 |
| | макароны | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | масло сливочное | | | | | 4,25 | | | | | |
| | кисель | | 200 | | | | 0,08 | 0 | 20,03 | 2,4 | 100 |
| | кисель концентрат | | | 0,020 | 150,00 | 3,00 | | | | | |
| | сахар | | | 0,005 | 60,00 | 0,30 | | | | | |
| | бутерброд с маслом | | 45 | | | 3,30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 0 | 136 |
| | хлеб пшеничный | | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 425 | | | 11,90 | 10,1 | 12,18 | 70,96 | 2,4 | 453 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | СОК (при наличии денежных средств) | | 150 | 0,150 | 50,00 | 7,50 | 0,9 | 0 | 18,18 | 4,5 | 76 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| | щи со свежей капустой и сметаной | | 200 | | | | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 19,41 | 118 |
| | мясо птицы | | | 0,030 | 155,00 | 4,65 | | | | | |
| | картофель | | | 0,090 | 35,00 | 3,15 | | | | | |
| | капуста | | | 0,060 | 30,00 | 1,80 | | | | | |
| | лук | | | 0,010 | 25,00 | 0,25 | | | | | |
| | морковь | | | 0,015 | 40,00 | 0,60 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,002 | 454,46 | 0,91 | | | | | |
| | томат | | | 0,004 | 130,00 | 0,52 | | | | | |
| | масло растительное | | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | |
| | сметана | | | 0,010 | 165,00 | 1,65 | | | | | |
| | суфле из мяса птицы с рисом | | 180 | | | 13,76 | 7,5 | 11,2 | 3,42 | 0,09 | 250,3 |
| | мясо птицы | | | 0,180 | 155,00 | 27,90 | | | | | |
| | лук | | | 0,015 | 25,00 | 0,38 | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|------------|-------|--------|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------|--|--|--|--|
| рис | | 0,010 | 65,00 | 0,65 | | | | | | | | | |
| масло сливочное | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | | | | | |
| масло растительное | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | | | | | |
| яйцо 1/2 | | 0,020 | 7,50 | 2,55 | | | | | | | | | |
| молоко | | 0,040 | 42,61 | 1,70 | | | | | | | | | |
| | | | | 34,77 | | | | | | | | | |
| зелёный горошек отварной | 60 | | | | 3 | 0,12 | 4,98 | 6,6 | 33 | | | | |
| зелёный горошек | | 0,065 | 140,00 | 9,10 | | | | | | | | | |
| | | | 180 | 9,10 | | | | | | | | | |
| напиток из шиповника | 200 | | | 2,40 | | | | | | | | | |
| шиповник | | 0,012 | 200,00 | 2,40 | | | | | | | | | |
| сахар | | 0,015 | 60,00 | 0,90 | | | | | | | | | |
| | | | | 3,30 | | | | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 40 | 0,040 | 52 | 2,08 | 3,19 | 0,49 | 20,43 | | 103 | | | | |
| хлеб ржаной | 45 | 0,045 | 49 | 2,21 | 2,34 | 0,54 | 19,93 | 0 | 96 | | | | |
| | 725 | | | 65,22 | 19,95 | 19,52 | 75,67 | 41,1 | 700,3 | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | |
| ватрушка с повидлом | 80 | | | | 5,3 | 4,75 | 29,5 | 0,26 | 192 | | | | |
| мука | | 0,040 | 40,00 | 1,60 | | | | | | | | | |
| молоко | | 0,030 | 42,61 | 1,28 | | | | | | | | | |
| яйцо 1/10 | | 0,004 | 7,50 | 0,58 | | | | | | | | | |
| сахар | | 0,007 | 60,00 | 0,42 | | | | | | | | | |
| Дрожжи | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | | | | | |
| повидло | | 0,030 | 140,00 | 4,20 | | | | | | | | | |
| масло раст. | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | | | | | |
| масло слив. | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | | | | | |
| | | | | 10,07 | | | | | | | | | |
| какао | 200 | | | | 1,2 | 1,3 | 13 | 1,17 | 90 | | | | |
| молоко | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | | | | | |
| сахар | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | | | | | |
| какао | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | | | | | |
| | | | | 8,67 | | | | | | | | | |
| | | | | 18,74 | 6,50 | 6,05 | 42,50 | 1,43 | 282,00 | | | | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 280 | | | 0,06 | | | | | | | | | |
| соль | 5 | 0,005 | 12,00 | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА 1 день | | | | 103,42 | 37,45 | 37,75 | 207,31 | 49 | 1511 | | | | |

День 2 вторник неделя 1

сезон осень - зима возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | энерг ценность | |
|-------|------------|---------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------|------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | суп молочный с вермишелью | 200 | | | | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 1 | 155 |
| | | вермишель | | 0,015 | 37,00 | 0,56 | | | | | |
| | | молоко | | 0,180 | 41,00 | 7,38 | | | | | |
| | | сахар | | 0,002 | 38,00 | 0,08 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,002 | 341,00 | 0,68 | | | | | |
| | | | | | | 8,69 | | | | | |
| | | чай с сахаром | 200 | | | | 0 | 0 | 11,98 | 0 | 43 |
| | | чай | | 0,0006 | 800,00 | 0,48 | | | | | |
| | | сахар | | 0,010 | 38,00 | 0,38 | | | | | |
| | | | | | | 0,86 | | | | | |
| | | бутерброд с маслом и сыром | 60 | | | | 5,06 | 7 | 14,62 | 0,19 | 145 |
| | | хлеб пшеничный | | 0,040 | 49,00 | 1,96 | | | | | |
| | | сыр | | 0,015 | 430,00 | 6,45 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,005 | 341,00 | 1,71 | | | | | |
| | | | | | | 10,12 | | | | | |
| | | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 460 | | | 9,55 | 10,91 | 12,81 | 46,59 | 1,19 | 343 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | груша | 100 | 0,150 | 89,00 | 8,20 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 5 | 46 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | свекольник со сметаной | 250 | | | | 4,22 | 6,5 | 13,77 | 9,95 | 145 |
| | | мясо кури | | 0,050 | 165,00 | 8,25 | | | | | |
| | | картофель | | 0,120 | 22,00 | 2,64 | | | | | |
| | | свёкла | | 0,060 | 30,00 | 1,80 | | | | | |
| | | лук | | 0,012 | 25,00 | 0,30 | | | | | |
| | | морковь | | 0,020 | 25,00 | 0,50 | | | | | |
| | | томат | | 0,003 | 120,00 | 0,36 | | | | | |
| | | сметана | | 0,010 | 165,00 | 1,65 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,002 | 341,00 | 0,68 | | | | | |
| | | масло растительное | | 0,002 | 80,00 | 0,16 | | | | | |
| | | | | | | 16,34 | | | | | |
| | | котлета рыбная горошница | 230 | | | | 7,8 | 4,35 | 28,3 | 0,42 | 114 |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ОБЕД

День 3 среда неделя 1

сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | энерг ценность | |
|-----------------------|-----------------------------|--------------------|------------|--------------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------|------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | суп молочный с пшеном | | 200 | | | | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 1,17 | 156 |
| | пшено | | | 0,015 | 40,00 | 0,60 | | | | | |
| | молоко | | | 0,2 | 42,61 | 8,52 | | | | | |
| | сахар | | | 0,002 | 60,00 | 0,12 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,002 | 454,46 | 0,91 | | | | | |
| | | | | | | 10,15 | | | | | |
| | чай с сахаром | | 200 | | | | 0 | 0 | 11,98 | 0 | 43 |
| | чай | | | 0,0006 | 800,00 | 0,48 | | | | | |
| | сахар | | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | |
| | | | | | | 1,08 | | | | | |
| | бутерброд с маслом | | 45 | | | | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 0 | 108 |
| | хлеб пшеничный | | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 4,35 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 445 | | | 15,58 | 8,06 | 10,99 | 44,88 | 1,17 | 307 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | пюре фруктовое | | 90 | 0,090 | 505,00 | 45,45 | 4,35 | 4,8 | 6 | 4,5 | 60 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| | суп картофельный с клёцками | | 200 | | | | 5,16 | 7,05 | 18,95 | 5,31 | 196,8 |
| | мясо | | | 0,020 | 155,00 | 3,10 | | | | | |
| | картофель | | | 0,120 | 35,00 | 4,20 | | | | | |
| | мука | | | 0,010 | 40,00 | 0,40 | | | | | |
| | лук | | | 0,015 | 25,00 | 0,38 | | | | | |
| | морковь | | | 0,020 | 40,00 | 0,80 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | |
| | масло растительное | | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | |
| | яйцо 1/8 | | | 0,005 | 7,50 | 0,72 | | | | | |
| | | | | | | 11,19 | | | | | |
| | гуляш с перловой кашей | | 230 | | | | 6 | 7,6 | 2,47 | 0,8 | 164,8 |
| | мясо | | | 0,100 | 155,00 | 15,50 | | | | | |
| | лук | | | 0,015 | 25,00 | 0,38 | | | | | |
| | морковь | | | 0,030 | 40,00 | 1,20 | | | | | |
| | томат | | | 0,008 | 130,00 | 1,04 | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|------------|-------|----------------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| мука | 40,00 | 0,004 | 40,00 | 0,16 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло сливочное | 454,46 | 0,007 | 454,46 | 3,18 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло растительное | 115,00 | 0,004 | 115,00 | 0,46 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| перловка | 28,00 | 0,045 | 28,00 | 1,26 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 0 | 243 | | | | | | | | | | | | |
| свёкла варёная кусочком | 60 | 0,100 | 30,00 | 3,00 | 1,2 | 0,08 | 7,04 | 8 | 33,6 | | | | | | | | | | | | |
| компот из с/ф | 200 | | | 0,48 | 0 | 23,8 | 0,4 | 90 | | | | | | | | | | | | | |
| сахар | | 0,015 | 90,00 | 1,35 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 0,015 | 60,00 | 0,90 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 40 | 0,040 | 52,00 | 2,08 | 3,19 | 0,49 | 20,43 | | 103 | | | | | | | | | | | | |
| хлеб ржаной | 45 | 0,045 | 49,00 | 2,21 | 2,34 | 0,54 | 19,93 | 0 | 96 | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 775 | | | 43,90 | 26,96 | 21,85 | 131,26 | 14,51 | 927,2 | | | | | | | | | | | | |
| | | | ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| творожная запеканка со сгущённым | 180 | | | | 19,6 | 16,7 | 43,1 | 0,54 | 475,3 | | | | | | | | | | | | |
| молоком | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| творог | | 0,130 | 200,00 | 26,00 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| крупа манная | | 0,010 | 45,00 | 0,45 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| сахар | | 0,006 | 60,00 | 0,36 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло сливочное | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло растительное | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| яйцо куриное 1/4 | | 0,010 | 7,50 | 1,45 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| сметана | | 0,010 | 150,00 | 1,50 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| молоко | | 0,030 | 42,61 | 1,28 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| сгущённое молоко | | 0,030 | 250,00 | 7,50 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 41,04 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| кофейный напиток | 200 | | | 1,3 | 1,3 | 14 | | 1 | 92 | | | | | | | | | | | | |
| молоко | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| сахар | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| кофейный напиток | | 0,002 | 550,00 | 1,10 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 9,37 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 380 | | | 50,41 | 20,9 | 18 | 57,1 | 1,54 | 567,3 | | | | | | | | | | | | |
| соль на весь день | 5 | 0,005 | 12,00 | 0,06 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ | | | | 109,95 | 60,27 | 55,64 | 239,24 | 21,72 | 1861,5 | | | | | | | | | | | | |

Итого за 3 дня: 109,95 / 60,27 / 55,64 / 239,24 / 21,72 / 1861,5

Соль на весь день: 5 / 0,005 / 12,00 / 0,06

день 4 четверг неделя 1
сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | энерг ценность | |
|-------|------------|-------------------------------------|------------|--------------------|-----------------------|--------------|------------------|--------------|-----------|-------------------|------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | | |
| | | | | | ЗАВТРАК | | | | | | |
| | | Каша рисовая молочная | 200 | | | | 6,44 | 7,53 | 25,38 | 1,95 | 192 |
| | | рис | | 0,025 | 65,00 | 1,63 | | | | | |
| | | молоко | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | |
| | | сахар | | 0,005 | 60,00 | 0,30 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 11,87 | | | | | |
| | | какао | 200 | | | | 1,2 | 1,3 | 13 | 1,17 | 90 |
| | | молоко | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | |
| | | сахар | | 0,009 | 60,00 | 0,54 | | | | | |
| | | какао | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | |
| | | | | | | 8,61 | | | | | |
| | | бутерброд с маслом и сыром | 60 | | | | 5,06 | 7 | 14,62 | 0,19 | 145 |
| | | хлеб пшеничный | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | | сыр | | 0,015 | 500,00 | 7,50 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 11,85 | | | | | |
| | | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 460 | | | 32,33 | 12,7 | 15,83 | 53 | 3,31 | 427 |
| | | | | | ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| | | СОК (при наличии денежных средств) | 150 | 0,150 | 50,00 | 7,50 | 0,9 | 0 | 18,18 | 4,5 | 76 |
| | | | | | ОБЕД | | | | | | |
| | | суп рыбный со сметаной | 200 | | | | 2,34 | 2,82 | 16,71 | 12 | 101 |
| | | рыба | | 0,060 | 155,00 | 5,72 | | | | | |
| | | картофель | | 0,180 | 35,00 | 3,80 | | | | | |
| | | лук | | 0,015 | 25,00 | 0,29 | | | | | |
| | | морковь | | 0,017 | 40,00 | 0,37 | | | | | |
| | | сметана | | 0,010 | 150,00 | 0,37 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,002 | 454,46 | 0,55 | | | | | |
| | | масло растительное | | 0,002 | 115,00 | 0,21 | | | | | |
| | | | | | | 11,31 | | | | | |
| | | капуста тушёная с мясом | 200 | | | | 10 | 8,2 | 10,8 | 21 | 280 |
| | | мясо | | 0,060 | 155,00 | 9,30 | | | | | |
| | | лук | | 0,011 | 25,00 | 0,28 | | | | | |
| | | морковь | | 0,015 | 40,00 | 0,60 | | | | | |

день 5 пятница неделя 1

сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | | энерг ценность |
|-----------------------|-------------------------------|--------------------|------------|--------------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------|-------------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | вит.С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | каша манная | молочная | 200 | | | | 6,21 | 7,47 | 25,09 | 1,95 | 192 |
| | манка | | | 0,020 | 45,00 | 0,90 | | | | | |
| | молоко | | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | |
| | сахар | | | 0,004 | 60,00 | 0,24 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,004 | 454,46 | 1,82 | | | | | |
| | | | | | | 10,63 | | | | | |
| | кофейный напиток | | 200 | | | | 1,3 | 1,3 | 14 | 1 | 92 |
| | молоко | | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | |
| | сахар | | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | |
| | кофейный напиток | | | 0,002 | 550,00 | 1,10 | | | | | |
| | | | | | | 9,37 | | | | | |
| | бутерброд с маслом и сыром | | 60 | | | | 5,06 | 7 | 14,62 | 0,19 | 145 |
| | хлеб пшеничный | | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | сыр | | | 0,015 | 500,00 | 7,50 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 11,85 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 460 | | | 31,85 | 12,57 | 15,77 | 53,71 | 3,14 | 429 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | пюре фруктовое | | 90 | 0,090 | 505,05 | 45,45 | 0,9 | 0 | 18,18 | 4,5 | 76 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| | суп картофельный с вермишелью | | 200 | | | | 2,8 | 3,4 | 23,5 | 6,05 | 129 |
| | мясо | | | 0,020 | 155,00 | 3,10 | | | | | |
| | картофель | | | 0,130 | 35,00 | 4,55 | | | | | |
| | вермишель | | | 0,010 | 44,00 | 0,44 | | | | | |
| | лук | | | 0,010 | 25,00 | 0,00 | | | | | |
| | морковь | | | 0,015 | 40,00 | 0,60 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | |
| | масло растительное | | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | |
| | | | | | | 10,28 | | | | | |
| | жаркое по домашнему | | 200 | | | | 7,5 | 5,3 | 14,66 | 8,17 | 227,27 |
| | мясо | | | 0,080 | 155,00 | 12,40 | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|-------|--------|---------------|--|--|--|--------------|--|--------------|--|---------------|--|--|--|--|--|--------------|-------|--|----------------|
| лук | 0,013 | 25,00 | 0,33 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| морковь | 0,020 | 40,00 | 0,80 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| картофель | 0,180 | 35,00 | 6,30 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло сливочное | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло растительное | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| салат из белокачанной капусты | | | 22,33 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| капуста | 0,060 | 25,00 | 1,50 | | | | 0,84 | | 3,64 | | 5,41 | | | | | | | 19,47 | | 52,44 |
| морковь | 0,008 | 40,00 | 0,32 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| сахар | 0,002 | 60,00 | 0,12 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло растительное | 0,003 | 115,00 | 0,35 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | 2,29 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| изюм | 0,015 | 220,00 | 3,30 | | | | 0,15 | | 0,013 | | 24,43 | | | | | | | 6,4 | | 96 |
| сахар | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 0,040 | 52 | 3,90 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| хлеб ржаной | 0,045 | 49 | 2,21 | | | | 3,19 | | 0,49 | | 20,43 | | | | | | | | | 103 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 700 | 43,08 | | | | 16,82 | | 13,38 | | 108,36 | | | | | | | 40,09 | | 703,71 |
| печенье | 0,080 | 110,00 | 8,80 | | | | 2,56 | | 2,24 | | 64,88 | | | | | | | 0,48 | | 273,68 |
| сок | 0,200 | 50,00 | 10,00 | | | | 5,22 | | 4,5 | | 7,56 | | | | | | | 0,54 | | 92 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 280 | 18,80 | | | | 7,78 | | 6,74 | | 72,44 | | | | | | | 1,02 | | 365,68 |
| соль | 0,005 | 12,00 | 0,06 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА 5 день | | | 139,24 | | | | 38,07 | | 35,89 | | 252,69 | | | | | | 48,75 | | | 1574,39 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Состав: ...
Итого за обед: ...
Итого за полдник: ...
Итого за 5 день: ...

день 6 понедельник неделя 2
сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | энерг ценность | |
|-----------------------|------------|---------------------------|------------|--------------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------|------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | | суп молочный с вермишелью | 200 | 0,015 | 44,00 | 0,66 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 1 | 155 |
| | | вермишель | | 0,200 | 42,61 | 8,52 | | | | | |
| | | молоко | | 0,002 | 60,00 | 0,12 | | | | | |
| | | сахар | | 0,002 | 454,46 | 0,91 | | | | | |
| | | масло сливочное | | | | 10,21 | | | | | |
| | | чай с сахаром | 200 | 0,0006 | 800,00 | 0,48 | 0 | 0 | 11,98 | 0 | 43 |
| | | чай | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | |
| | | сахар | | | | 1,08 | | | | | |
| | | бургер с маслом | 45 | | | 2,08 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 0 | 108 |
| | | хлеб пшеничный | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 445 | | | 4,35 | 8,15 | 10,17 | 34,61 | 1 | 306 |
| | | | | | | 15,64 | | | | | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | | пюре фруктовое | 90 | 0,090 | 505,05 | 45,45 | 0,9 | 0 | 18,18 | 4,5 | 76 |
| | | ОБЕД | | | | | | | | | |
| | | борщ со сметаной | 250 | | | | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 9,74 | 117 |
| | | мясо | | 0,022 | 155,00 | 3,41 | | | | | |
| | | картофель | | 0,080 | 35,00 | 2,80 | | | | | |
| | | капуста | | 0,040 | 25,00 | 1,00 | | | | | |
| | | свёкла | | 0,030 | 30,00 | 0,90 | | | | | |
| | | томат-паста | | 0,003 | 130,00 | 0,39 | | | | | |
| | | лук | | 0,008 | 25,00 | 0,20 | | | | | |
| | | морковь | | 0,020 | 40,00 | 0,80 | | | | | |
| | | сметана | | 0,010 | 150,00 | 1,50 | | | | | |
| | | масло сливочное | | 0,002 | 454,46 | 0,91 | | | | | |
| | | масло растительное | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | |
| | | | | | | 12,14 | | | | | |
| | | ПЛОВ с мясом | 200 | | | | 19,33 | 16,19 | 33,99 | 0,96 | 359 |
| | | мясо | | 0,080 | 155,00 | 12,40 | | | | | |
| | | лук | | 0,015 | 25,00 | 0,38 | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|--|------------|--|-------|--------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----------------|--|
| морковь | | | | 0,020 | 40,00 | 0,80 | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло сливочное | | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло растительное | | | | 0,003 | 115,00 | 0,35 | | | | | | | | | | | | | | | |
| рис | | | | 0,046 | 65,00 | 2,99 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 19,18 | | | | | | | | | | | | | | | |
| икра кабачковая | | 60 | | | | | 0,72 | 2,83 | 4,63 | 5,76 | | | | | | | | | | 46,8 | |
| икра кабачковая | | | | 0,065 | 120,00 | 7,80 | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло растительное | | | | 0,001 | 115,00 | 0,12 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 7,92 | | | | | | | | | | | | | | | |
| компот из кураги | | 200 | | | | | 0,48 | 0 | 23,8 | 0,4 | | | | | | | | | | 90 | |
| курага | | | | 0,015 | 200,00 | 3,00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| сахар | | | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 3,60 | | | | | | | | | | | | | | | |
| хлеб пшеничный | | 40 | | 0,040 | 52 | 2,08 | 3,19 | 0,49 | 20,43 | | | | | | | | | | | 103 | |
| хлеб ржаной | | 45 | | 0,045 | 49 | 2,21 | 2,34 | 0,54 | 19,93 | 0 | | | | | | | | | | 96 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 795 | | | | 47,12 | 29,58 | 26,03 | 112,56 | 16,86 | | | | | | | | | | 811,8 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| плюшка | | 80 | | | | | 5,3 | 4,75 | 29,5 | 0,26 | | | | | | | | | | 185,3 | |
| мука | | | | 0,040 | 40,00 | 1,60 | | | | | | | | | | | | | | | |
| молоко | | | | 0,030 | 42,61 | 1,28 | | | | | | | | | | | | | | | |
| яйцо 1/10 | | | | 0,004 | 7,50 | 0,58 | | | | | | | | | | | | | | | |
| сахар | | | | 0,007 | 60,00 | 0,42 | | | | | | | | | | | | | | | |
| дрожжи | | | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло раст. | | | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | | | | | | | | | | | |
| масло слив. | | | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 5,87 | | | | | | | | | | | | | | | |
| какао | | 200 | | | | | 1,2 | 1,3 | 13 | 1,17 | | | | | | | | | | 90 | |
| молоко | | | | 0,200 | 42,61 | 8,52 | | | | | | | | | | | | | | | |
| сахар | | | | 0,009 | 60,00 | 0,54 | | | | | | | | | | | | | | | |
| какао | | | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 9,46 | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 200 | | | | 15,33 | 1,2 | 1,3 | 13 | 1,17 | | | | | | | | | | 275,3 | |
| соль | | 5 | | 0,005 | 12,00 | 0,06 | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА 6 день | | | | | | 123,61 | 39,83 | 37,50 | 178,35 | 23,53 | | | | | | | | | | 1469,10 | |

Итого за 6 дней: 1469,10

день 7 вторник неделя 2

сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | | энерг ценность |
|-----------------------|----------------------------|--------------------|------------|--------------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------|-------------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | вит.С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | Каша "Дружба" молочная | | 200 | | | | 6,21 | 7,73 | 27,71 | 1,95 | 201 |
| | пшено | | | 0,010 | 40,00 | 0,40 | | | | | |
| | рис | | | 0,013 | 65,00 | 0,85 | | | | | |
| | молоко | | | 0,150 | 42,61 | 6,39 | | | | | |
| | сахар | | | 0,004 | 60,00 | 0,24 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 10,15 | | | | | |
| | кофейный напиток | | 200 | | | | 1,3 | 1,3 | 14 | 1 | 92 |
| | молоко | | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | |
| | сахар | | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | |
| | кофейный напиток | | | 0,002 | 550,00 | 1,10 | | | | | |
| | | | | | | 9,37 | | | | | |
| | бутерброд с маслом и сыром | | 60 | | | | 5,06 | 7 | 14,62 | 0,19 | 145 |
| | хлеб пшеничный | | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | сыр | | | 0,015 | 500,00 | 7,50 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 11,85 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 460 | | | 31,37 | 12,57 | 16,03 | 56,33 | 3,14 | 438 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | яблоко | | 100 | 0,140 | 120,00 | 16,80 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 10 | 44 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| | рассольник со сметаной | | 200 | | | | 7,62 | 5,06 | 10,93 | 7,54 | 104 |
| | мясо кури | | | 0,050 | 155,00 | 7,75 | | | | | |
| | картофель | | | 0,080 | 35,00 | 2,80 | | | | | |
| | огурцы сол | | | 0,017 | 93,75 | 1,59 | | | | | |
| | лук | | | 0,012 | 25,00 | 0,30 | | | | | |
| | морковь | | | 0,015 | 40,00 | 0,60 | | | | | |
| | перловка | | | 0,008 | 28,00 | 0,22 | | | | | |
| | сметана | | | 0,010 | 150,00 | 1,50 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,002 | 454,46 | 0,91 | | | | | |
| | масло растительное | | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | |
| | | | | | | 15,91 | | | | | |
| | Суфле из рыбы | | 160 | | | | 13,6 | 10,5 | 3,5 | 0,4 | 164,2 |

день 8 среда неделя 2
сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукта | цена | сумма | пищевые вещества | | | вит.С | энерг ценность |
|-----------------------|-------------------------------------|--------------------|------------|-----------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------|----------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | Каша пшеничная молочная | | 200 | | | | 7,01 | 8,09 | 28,39 | 1,95 | 213 |
| | пшено | | | 0,025 | 40,00 | 1,00 | | | | | |
| | молоко | | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | |
| | сахар | | | 0,004 | 60,00 | 0,24 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 11,18 | | | | | |
| | какао | | 200 | | | | 1,2 | 1,3 | 13 | 1,17 | 90 |
| | молоко | | | 0,200 | 42,61 | 8,52 | | | | | |
| | сахар | | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | |
| | какао | | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | |
| | | | | | | 9,52 | | | | | |
| | бутерброд с маслом | | 45 | | | | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 0 | 108 |
| | хлеб пшеничный | | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 4,35 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 445 | | | 25,06 | 10,51 | 13,75 | 56,01 | 3,12 | 411 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | сок (при наличии денежных средств) | | 150 | 0,150 | 50,00 | 7,50 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 4,5 | 92 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| | суп картофельный с гренками | | 200 | | | | 2,34 | 2,82 | 16,71 | 12 | 101 |
| | мясо | | | 0,022 | 272,71 | 6,00 | | | | | |
| | картофель | | | 0,190 | 35,00 | 6,65 | | | | | |
| | лук | | | 0,015 | 25,00 | 0,38 | | | | | |
| | морковь | | | 0,017 | 40,00 | 0,68 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,002 | 454,46 | 0,91 | | | | | |
| | масло растительное | | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | |
| | | | | | | 14,84 | | | | | |
| | овощное рагу с мясом | | 200 | | | | 2,67 | 4,82 | 12,19 | 17,2 | 104 |
| | мясо | | | 0,060 | 272,71 | 16,36 | | | | | |
| | лук | | | 0,017 | 25,00 | 0,43 | | | | | |
| | морковь | | | 0,019 | 40,00 | 0,76 | | | | | |

день 9 четверг неделя 2
сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № т/к | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | вит.С | энерг ценность |
|-----------------------|--|--------------------|------------|--------------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------|-------------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | суп молочный с рисом | | 200 | | | | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 1,17 | 156 |
| | рис | | | 0,015 | 65,00 | 0,98 | | | | | |
| | молоко | | | 0,200 | 42,61 | 8,52 | | | | | |
| | сахар | | | 0,003 | 60,00 | 0,18 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | |
| | | | | | | 11,04 | | | | | |
| | чай с сахаром | | 200 | | | | 0 | 0 | 11,98 | 0 | 43 |
| | чай | | | 0,0006 | 800,00 | 0,48 | | | | | |
| | сахар | | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | |
| | | | | | | 1,08 | | | | | |
| | бургерброд с маслом | | 45 | | | | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 0 | 108 |
| | хлеб пшеничный | | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 4,35 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 445 | | | 16,47 | 8,06 | 10,99 | 44,88 | 1,17 | 307 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | СОК (при наличии денежных средств) | | 150 | 0,150 | 50,00 | 7,50 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 4,5 | 92 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| | овощной суп | | 200 | | | | 2,75 | 7,3 | 16,36 | 29,63 | 140,85 |
| | мясо | | | 0,022 | 272,71 | 6,00 | | | | | |
| | картофель | | | 0,110 | 35,00 | 3,85 | | | | | |
| | капуста | | | 0,030 | 25,00 | 0,75 | | | | | |
| | лук | | | 0,010 | 25,00 | 0,25 | | | | | |
| | морковь | | | 0,015 | 40,00 | 0,60 | | | | | |
| | огурец солёный | | | 0,020 | 93,75 | 1,88 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | |
| | масло растительное | | | 0,003 | 115,00 | 0,35 | | | | | |
| | зелёный горошек | | | 0,010 | 180,00 | 1,80 | | | | | |
| | | | | | | 16,83 | | | | | |
| | бифстроганов с макаронами отварными | | 220 | | | | 13,38 | 12,62 | 3,4 | 0,38 | 180,65 |
| | мясо | | | 0,080 | 272,71 | 21,82 | | | | | |
| | лук | | | 0,008 | 25,00 | 0,20 | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|------------|-------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|--|
| морковь | | 0,020 | 40,00 | 0,80 | | | | | | |
| сметана | | 0,025 | 150,00 | 3,75 | | | | | | |
| мука | | 0,003 | 40,00 | 0,12 | | | | | | |
| масло сливочное | | 0,003 | 454,46 | 1,36 | | | | | | |
| масло растительное | | 0,003 | 115,00 | 0,35 | | | | | | |
| макароны | | 0,045 | 44,00 | 1,98 | 7,57 | 4,63 | 36,31 | 0 | 217 | |
| | | | | 30,38 | | | | | | |
| свёкла варёная кусочком | 60 | 0,100 | 30,00 | 3,00 | 1,2 | 0,08 | 7,04 | 8 | 33,6 | |
| компот из с/ф | 200 | | | | 0,48 | 0 | 23,8 | 0,4 | 90 | |
| с/ф | | 0,015 | 90,00 | 1,35 | | | | | | |
| сахар | | 0,012 | 60,00 | 0,72 | | | | | | |
| | | | | 2,07 | | | | | | |
| хлеб пшеничный | 40 | 0,040 | 52 | 2,08 | 3,19 | 0,49 | 20,43 | | 103 | |
| хлеб ржаной | 45 | 0,045 | 49 | 2,21 | 2,34 | 0,54 | 19,93 | 0 | 96 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 765 | | | 56,56 | 30,91 | 25,66 | 127,27 | 38,41 | 861,1 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| пирожок с капустой | 80 | | | | 6,02 | 8,36 | 27,7 | 0,12 | 213 | |
| мука | | 0,040 | 40,00 | 1,60 | | | | | | |
| молоко | | 0,020 | 42,61 | 0,85 | | | | | | |
| яйцо 1/8 | | 0,005 | 7,50 | 0,52 | | | | | | |
| сахар | | 0,003 | 60,00 | 0,18 | | | | | | |
| дрожжи | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | | |
| капуста | | 0,060 | 25,00 | 1,50 | | | | | | |
| лук | | 0,010 | 25,00 | 0,25 | | | | | | |
| масло раст. | | 0,006 | 115,00 | 0,69 | | | | | | |
| масло слив. | | 0,006 | 454,46 | 2,73 | | | | | | |
| | | | | 8,72 | | | | | | |
| кофейный напиток | 200 | | | | 1,3 | 1,3 | 14 | 1 | 92 | |
| молоко | | 0,200 | 42,61 | 8,52 | | | | | | |
| сахар | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | | |
| кофейный напиток | | 0,002 | 550,00 | 1,10 | | | | | | |
| | | | | 10,22 | | | | | | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 280 | | | 18,94 | 7,32 | 9,66 | 41,7 | 1,12 | 305 | |
| соль | 5 | 0,005 | 12,00 | 0,06 | | | | | | |
| ИТОГО ЗА 9 День | | | | 99,54 | 51,51 | 50,81 | 221,41 | 45,20 | 1565,10 | |

день 10 пятница неделя 2
сезон зима - весна возрастная категория от 3 до 7 лет

| № рецептур | приём пищи | наименование блюда | выход | кол-во продукто | цена | сумма | пищевые вещества | | | | энерг ценность |
|-----------------------|------------------------------|--------------------|------------|-----------------|--------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------|----------------|
| | | | | | | | Б | Ж | У | вит.С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | каша манная молочная | | 200 | | | | 6,21 | 7,47 | 25,09 | 1,95 | 192 |
| | манка | | | 0,020 | 45,00 | 0,90 | | | | | |
| | молоко | | | 0,180 | 42,61 | 7,67 | | | | | |
| | сахар | | | 0,004 | 60,00 | 0,24 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,004 | 454,46 | 1,82 | | | | | |
| | | | | | | 10,63 | | | | | |
| | какао | | 200 | | | | 1,2 | 1,3 | 13 | 1,17 | 90 |
| | молоко | | | 0,200 | 42,61 | 8,52 | | | | | |
| | сахар | | | 0,010 | 60,00 | 0,60 | | | | | |
| | какао | | | 0,001 | 400,00 | 0,40 | | | | | |
| | | | | | | 9,52 | | | | | |
| | бутерброд с маслом и сыром | | 60 | | | | 5,06 | 7 | 14,62 | 0,19 | 145 |
| | хлеб пшеничный | | | 0,040 | 52,00 | 2,08 | | | | | |
| | сыр | | | 0,015 | 500,00 | 7,50 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,005 | 454,46 | 2,27 | | | | | |
| | | | | | | 11,85 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 460 | | | 32,00 | 12,47 | 15,77 | 52,71 | 3,31 | 427,00 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| | яблоко | | 100 | 0,140 | 120,00 | 16,80 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 10 | 44 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| | суп крестьянский со сметаной | | 200 | | | | 3,02 | 2,02 | 16,5 | 8,85 | 165,44 |
| | мясо | | | 0,022 | 272,71 | 6,00 | | | | | |
| | картофель | | | 0,110 | 35,00 | 3,85 | | | | | |
| | пшено | | | 0,010 | 40,00 | 0,40 | | | | | |
| | лук | | | 0,012 | 25,00 | 0,30 | | | | | |
| | морковь | | | 0,020 | 40,00 | 0,80 | | | | | |
| | масло сливочное | | | 0,002 | 454,46 | 0,91 | | | | | |
| | масло растительное | | | 0,002 | 115,00 | 0,23 | | | | | |
| | сметана | | | 0,010 | 150,00 | 1,50 | | | | | |
| | | | | | | 13,99 | | | | | |
| | котлета мясная | | 80 | | | | 9,84 | 8,02 | 7,16 | 0,81 | 139,13 |

