

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ООШ № 28

им. Радченко Ф.Г.

Н.Н. Дрожко



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Завтрак 7-11 лет

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
День 1	Оладьи из печени по-кунцевски*	90	12,6	7,2	17,23	153 399
	Масло сливочное	0,9/0,9	0,01	0,65	0,02	5,09
	Сахар	0,18/0,18	0	0	0,18	0,81
	Мука пшеничная	0,9/0,9	0,09	0,01	0,68	4,05
	Молоко	18/18	0,52	0,58	0,85	10,8
	Морковь	9,9/7,92	0,1	0,01	0,55	2,77
	Масло сливочное	2,16/2,16	0,03	1,57	0,04	12,23
	Мука пшеничная	15,84/15,84	1,63	0,17	11,88	71,28
	Печень говяжья	70,2/64,8	11,6	2,4	3,43	82,3
	Соль поваренная пищевая	0,94/0,94	0	0	0	0
	Яйцо 1С	7,2/7,2	0,91	0,83	0	11,3
	Соус сметанный	20	0,56	2,56	1,41	32,04 263
	Сметана	17/17	0,46	2,55	0,66	27,54
	Мука пшеничная	1/1	0,1	0,01	0,75	4,5
	Гарнир сложный(макаронны отварные, икра овощная)	160	5,18	8	31,22	256 62a
	Масло растительное	8/8	0	7,99	0	71,92

ЗАВТРАК

Лук	17,48/14,68	0,21	0,03	1,2	6,02
Морковь	23,5/18,64	0,24	0,02	1,29	6,52
Свекла	23,44/18,64	0,28	0,02	1,64	7,83
Чеснок	0,63/0,48	0,03	0	0,14	0,71
Масло растительное	2,38/2,38	0	2,37	0	21,36
Масло сливочное	5,36/5,36	0,07	3,89	0,09	30,34
Макаронные изделия	38,59/38,59	4,36	0,81	26,86	131,98
Соль поваренная пищевая	1,88/1,88	0	0	0	0
Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	37,4 147
Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	49,72
Хлеб ржаной	25	0,75	0,25	13,75	48,75 148
Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	10	41,35
Компот из сухофруктов	180	0,41	0,02	23,72	113,4 283
Сахар	12,6/12,6	0	0	12,57	56,7
Сухофрукты из 12 компонентов	18,9/18,9	0,42	0,02	11,15	56,7
Конфеты шоколадные	30	1,2	7,89	17,76	147,3 180
Конфеты шоколадные	30/30	1,2	7,89	17,76	147,3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	527	20,92	26,07	117,19	787,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	527	20,92	26,07	117,19	787,89

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:
День 2

Овощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0	2,28	14,4 106
Помидоры	64,2/60	0,66	0	2,28	14,4
Котлеты или биточки рыбные	100	9,18	8,62	9,28	148,41 161
Хлеб пшеничный	10/10	0,75	0,09	5,68	22,6
Лук	10/8,4	0,12	0,02	0,69	3,44
Морковь	25/20	0,26	0,02	1,38	7
Минтай	122/75	7,5	3,75	0	67,5
Соль поваренная пищевая	0,25/0,25	0	0	0	0
Яйцо 1С	6/5,33	0,68	0,61	0	8,37
Масло растительное	4/4	0	4	0	35,96
Молоко	4,4/4,4	0,13	0,14	0,21	2,64
Соус томатный	25	0,32	0,56	2,41	16,96 265
Масло сливочное	0,75/0,75	0,01	0,54	0,01	4,24
Сахар	0,75/0,75	0	0	0,75	3,38
Мука пшеничная	1,25/1,25	0,13	0,01	0,94	5,62
Томат-паста	3,75/3,75	0,18	0	0,71	3,71

ЗАВТРАК

Морковь	23,5/18,64	0,24	0,02	1,29	6,52
Свекла	23,44/18,64	0,28	0,02	1,64	7,83
Чеснок	0,63/0,48	0,03	0	0,14	0,71
Масло растительное	2,38/2,38	0	2,37	0	21,36
Масло сливочное	5,36/5,36	0,07	3,89	0,09	30,34
Макаронные изделия	38,59/38,59	4,36	0,81	26,86	131,98
Соль поваренная пищевая	1,88/1,88	0	0	0	0
Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	37,4 147
Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	49,72
Хлеб ржаной	25	0,75	0,25	13,75	48,75 148
Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	10	41,35
Компот из сухофруктов	180	0,41	0,02	23,72	113,4 283
Сахар	12,6/12,6	0	0	12,57	56,7
Сухофрукты из 12 компонентов	18,9/18,9	0,42	0,02	11,15	56,7
Конфеты шоколадные	30	1,2	7,89	17,76	147,3 180
Конфеты шоколадные	30/30	1,2	7,89	17,76	147,3
Итого за завтрак	527	20,92	26,07	117,19	787,89
Итого за день:	527	20,92	26,07	117,19	787,89

Итого за завтрак
Итого за день:
День 2

Опощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0	2,28	14,4 106
Помидоры	64,2/60	0,66	0	2,28	14,4
Котлеты или биточки рыбные	100	9,18	8,62	9,28	148,41 161
Хлеб пшеничный	10/10	0,75	0,09	5,68	22,6
Лук	10/8,4	0,12	0,02	0,69	3,44
Морковь	25/20	0,26	0,02	1,38	7
Мятай	122/75	7,5	3,75	0	67,5
Соль поваренная пищевая	0,25/0,25	0	0	0	0
Яйцо 1С	6/5,33	0,68	0,61	0	8,37
Масло растительное	4/4	0	4	0	35,96
Молоко	4,4/4,4	0,13	0,14	0,21	2,64
Соус томатный	25	0,32	0,56	2,41	16,96 265
Масло сливочное	0,75/0,75	0,01	0,54	0,01	4,24
Сахар	0,75/0,75	0	0	0,75	3,38
Мука пшеничная	1,25/1,25	0,13	0,01	0,94	5,62
Томат-паста	3,75/3,75	0,18	0	0,71	3,71
Картофельное пюре	150	3,26	6,61	21,9	153,23 241

ЗАВТРАК

Картофель	169,95/127,9	2,55	0,51	20,78	98,18
Масло сливочное	7,5/7,5	0,1	5,44	0,13	42,45
Соль поваренная пищевая	0,38/0,38	0	0	0	0
Молоко	21/21	0,61	0,67	0,99	12,6
Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	37,4
Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	49,72
Хлеб ржаной	25	0,75	0,25	13,75	48,75
Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	10	41,35
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	25,4	110
Сок фруктовый	200/200	1	0	25,4	110
Итого за завтрак	582	15,39	16,19	87,12	529,15
Итого за день:	582	15,39	16,19	87,12	529,15
День 1					

Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,5	8,4
Огурцы	63/60	0,48	0,06	1,5	8,4
Котлеты рубленые из птицы*	90	10,85	5,02	7,74	113,93
Масло сливочное	1,58/1,58	0,02	1,14	0,03	8,91
Сахар	0,32/0,32	0	0	0,31	1,42
Мука пшеничная	1,58/1,58	0,16	0,02	1,18	7,09
Молоко	31,5/31,5	0,91	1,01	1,48	18,9
Хлеб пшеничный	5,12/5,12	0,38	0,05	2,91	11,57
Лук	4,1/2,92	0,04	0,01	0,24	1,2
Масло сливочное	2,19/2,19	0,03	1,59	0,04	12,42
Сухари панировочные	5,85/5,85	0	0	0	0
Куры-филе грудной части	38,61/38,02	8,97	0,72	0,15	42,97
Молоко	15,36/15,36	0,45	0,49	0,72	9,21
Гарнир сложный (картоф, пюре, икра свекольная)***	150	3,59	5,6	21,51	147,02
Лук	15,75/13,12	0,18	0,03	1,08	5,38
Свекла	71,62/56,25	0,84	0,06	4,95	23,62
Сахар	0,94/0,94	0	0	0,94	4,22
Томат-паста	18,75/18,75	0,9	0	3,56	18,56
Соль поваренная пищевая	0,23/0,23	0	0	0	0
Масло растительное	1,12/1,12	0	1,12	0	10,11
Картофель	84,98/63,75	1,27	0,26	10,39	49,09

ЗАВТРАК

Масло сливочное	3,75/3,75	0,05	2,72	0,06	21,22
Соль поваренная пищевая	0,19/0,19	0	0	0	0
Молоко	10,5/10,5	0,3	0,34	0,49	6,3
Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	37,4
Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	49,72
Хлеб ржаной	25	0,75	0,25	13,75	48,75
Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	10	41,35
Кисель из сока натурального	180	0,45	0	21,31	94,05
Сахар	9,9/9,9	0	0	9,88	44,55
Крахмал	7,2/7,2	0	0	0	0
Сок фруктовый	90/90	0,45	0	11,43	49,5
Итого за ЗАВТРАК	527	16,34	11,08	77,91	449,55
Итого за ДЕНЬ:	527	16,34	11,08	77,91	449,55

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Завтрак 7-11 лет"	Ед. изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	Картофель	кг	0,255	0,191
2	Конфеты шоколадные	кг	0,03	0,03
3	Крахмал	кг	0,007	0,007
4	Куры-филе грудной части	кг	0,039	0,038
5	Пук	кг	0,047	0,039
6	Макаронные изделия	кг	0,039	0,039
7	Масло растительное	л	0,016	0,016
8	Масло сливочное	кг	0,024	0,024
9	Мятай	кг	0,122	0,075
10	Молоко	л	0,101	0,101
11	Морковь	кг	0,058	0,047
12	Мука пшеничная	кг	0,021	0,021
13	Огурцы	кг	0,063	0,06
14	Печень говяжья	кг	0,07	0,065
15	Помидоры	кг	0,064	0,06
16	Сахар	кг	0,025	0,025
17	Свекла	кг	0,095	0,075
18	Сметана	кг	0,017	0,017
19	Сок фруктовый	кг	0,29	0,29

20	Соль поваренная пищевая	кг	0,004	0,004	0,004
21	Сухари панировочные	кг	0,006	0,006	0,006
22	Сухофрукты из 12 компонентов	кг	0,019	0,019	0,019
23	Томат-паста	кг	0,023	0,023	0,023
24	Хлеб пшеничный	кг	0,081	0,081	0,081
25	Хлеб ржаной	кг	0,075	0,075	0,075
26	Чеснок	кг	0,001	0,001	0
27	Яйцо 1С	шт (яйца)	0,322	0,306	0,306

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Запеканка из творога	150	22,65	6	16,29	252	141(2 вар)
	Масло сливочное	4,5/4,5	0,06	3,26	0,08	25,47	
	Сахар	4,5/4,5	0	0	4,49	20,25	
	Сметана	7,5/7,5	0,2	1,12	0,29	12,15	
	Творог	120/120	20,04	10,8	2,4	186,36	
	Крупа манная	10,38/10,38	0,93	0,1	7,78	34,57	
	Яйцо 1С	17,04/17,04	2,16	1,96	0	26,75	
	Молоко	26,54/26,54	0,77	0,85	1,25	15,92	
	Молоко сгущенное с сахаром	20	1,42	1,7	11	65,6	250
	Молоко сгущенное с сахаром	20/20	1,42	1,7	11,1	65,6	
	Чай с сахаром	180	0	0	10,87	48,98	136/1
	Сахар	10,8/10,8	0	0	10,78	48,6	
	Чай	0,9/0,9	0	0	0,1	0,38	
	Бутерброд с маслом	30	2,4	10,02	14,28	158,4	1
	Хлеб пшеничный	30/30	2,25	0,27	17,03	67,8	
	Масло сливочное	12/12	0,16	8,7	0,2	67,92	
	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	144
	Яблоки	114/100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого за завтрак	480	26,87	18,12	62,24	571,98	
	Итого за день:	480	26,87	18,12	62,24	571,98	
	Итого за день:	90	12,67	32,12	4,51	361	180

Йогурт питьевой	180/180	7,2	4,5	25,74	162
Булочка	70	3,06	2,1	25,2	140 187
Булочка	70/70	3,06	4,95	25,2	159,6
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47 144
Яблоки	114/100	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	23,09	24,8	114,84	711,04
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	560	23,09	24,8	114,84	711,04

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Завтрак 7-11 лет"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	Булочка	шт(70г)	1	1
2	Груши	кг	0,111	0,095
3	Йогурт питьевой	кг	0,18	0,18
4	Кофейный напиток	шт (100гр)	0,023	0,023
5	Крупа манная	кг	0,01	0,01
6	Крупа рисовая	кг	0,064	0,064
7	Лук	кг	0,041	0,033
8	Масло растительное	л	0,007	0,007
9	Масло сливочное	кг	0,027	0,027
10	Молоко	л	0,306	0,306
11	Молоко сгущенное с сахаром	кг	0,02	0,02
12	Морковь	кг	0,028	0,023
13	Мука пшеничная	кг	0,003	0,003
14	Сахар	кг	0,03	0,03
15	Свинина мясная (заморож)	кг	0,091	0,083
16	Сметана	кг	0,007	0,007
17	Соль поваренная пищевая	кг	0	0
18	Сыр Российский	кг	0,018	0,018
19	Творог	кг	0,12	0,12
20	Томат-паста	кг	0,008	0,008
21	Хлеб пшеничный	кг	0,09	0,09
22	Хлеб ржаной	кг	0,025	0,025
23	Чай	шт (100гр)	0,009	0,009
24	Яблоки	кг	0,228	0,2
25	Яйцо 1С	шт (яйца)	0,416	0,416

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0	2,28	14,4	106
	Помидоры	64,2/60	0,66	0	2,28	14,4	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	110	7,39	5,58	4,54	102,41	172
	Лук	13,05/11	0,15	0,02	0,9	4,51	
	Морковь	23,32/18,7	0,24	0,02	1,29	6,54	
	Сахар	1,1/1,1	0	0	1,1	4,95	
	Томат-паста	6,6/6,6	0,32	0	1,25	6,53	
	Минтай	106,7/66,77	6,68	3,34	0	60,09	
	Соль поваренная пищевая	0,28/0,28	0	0	0	0	
	Масло растительное	2,2/2,2	0	2,2	0	19,78	
	Картофельное пюре	150	3,26	6,61	21,9	153,23	241
	Картофель	169,95/127,5	2,55	0,51	20,78	98,18	
	Масло сливочное	7,5/7,5	0,1	5,44	0,13	42,45	
	Соль поваренная пищевая	0,38/0,38	0	0	0	0	
	Молоко	21/21	0,61	0,67	0,99	12,6	
	Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	37,4	147
	Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	49,72	
	Хлеб ржаной	25	0,75	0,25	13,75	48,75	148
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	10	41,35	
	Компот из сухофруктов	180	0,41	0,02	23,72	113,4	283
	Сахар	12,6/12,6	0	0	12,57	56,7	
	Сухофрукты из 12 компонентов	18,9/18,9	0,42	0,02	11,15	56,7	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	547	12,69	12,61	78,29	469,59	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	547	12,69	12,61	78,29	469,59	
День 8							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,27	2,44	1,12	27,47	18
	Лук	8,4/7,2	0,1	0,01	0,59	2,95	
	Огурцы	26,4/21	0,17	0,02	0,52	2,94	
	Помидоры	34,2/28,8	0,32	0	1,09	6,91	

ЗАВТРАК

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:

День 8

Салат из свежих помидоров и огурцов

Соль	0,14/0,14	0	0	0	0	0	0	0	0
Масло растительное	2,4/2,4	0	2,4	0	0	0	0	0	21,58
Плов из птицы	180	22,91	6,93	27,63	0	0	0	263,97	291
Лук	21,42/18	0,25	0,04	1,48	0,02	0,02	1,24	0,03	7,38
Морковь	22,5/18	0,23	0,02	1,24	1,3	0,36	23,4	10,19	6,3
Масло сливочное	1,8/1,8	0,02	0,36	0,03	0	0	0	0	0
Крупа рисовая	36/36	2,16	0,29	0	1,61	0,34	0	0	0
Томат-паста	5,99/5,99	0,29	19,97	0	0	0	0	0	0
Куры-филе грудной части	85,05/84,6	19,97	0	0	0	0	0	0	0
Соль поваренная пищевая	0,45/0,45	0	0	0	0	0	0	0	0
Масло растительное	3,6/3,6	0	3,6	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	0,15	0,2	12,49	37,4	147
Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	0,25	0,3	10	41,35	0
Хлеб ржаной	25	0,75	0,25	13,75	0,75	0,25	13,75	48,75	148
Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	10	0,3	0,3	10	41,35	0
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	25,4	1	0	25,4	110	293
Сок фруктовый	200/200	1	0	25,4	0,8	0,3	9,6	60	158
Сливы	100	0,8	0,3	9,6	0	0	0	0	0
Слива	111,2/95	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	587	25,95	10,07	89,6	25,95	10,07	89,6	547,59	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	587	25,95	10,07	89,6	25,95	10,07	89,6	547,59	0

ЗАВТРАК

День 9

Овощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0	2,28	0	0	2,28	14,4	106
Помидоры	64,2/60	0,66	0	2,28	0,66	0,66	2,28	14,4	0
Жаркое по-домашнему	185	11,19	10,69	25,1	11,19	10,69	25,1	462,5	294
Картофель	172,05/129,5	2,59	0,52	21,11	2,59	0,52	21,11	99,72	0
Лук	23,31/18,5	0,26	0,04	1,52	0,26	0,04	1,52	7,58	0
Морковь	11,66/9,25	0,12	0,01	0,64	0,12	0,01	0,64	3,24	0
Томат-паста	9,25/9,25	0,44	0	1,76	0,44	0	1,76	9,16	0
Говядина (мякоть замороженная)	59,2/51,8	7,77	6,42	0	7,77	6,42	0	96,87	0
Соль поваренная пищевая	0,3/0,3	0	0	0	0	0	0	0	0
Масло растительное	3,7/3,7	0	3,7	0	0	0	0	0	0
Лавровый лист	0,19/0,19	0,01	0,02	0,09	0,01	0,02	0,09	33,26	0
Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	0,22	0,15	12,1	37,4	147
Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	1,65	0,2	12,49	49,72	0

ЗАВТРАК

Хлеб ржаной	25		0,75	0,25	13,75	48,75	148
Хлеб ржаной	25/25		1,65	0,3	10	41,35	
Йогурт питьевой	180		7,2	4,5	18	99	517
Йогурт питьевой	180/180		7,2	4,5	25,74	162	
Яблоки	100		0,4	0,4	9,8	47	144
Яблоки	114/100		0,4	0,4	9,8	47	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	572		20,42	15,99	81,03	709,05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	572		20,42	15,99	81,03	709,05	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Завтрак 7-11 лет"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	Говядина (мякоть замороженная)	кг	0,059	0,052
2	Йогурт питьевой	кг	0,18	0,18
3	Картофель	кг	0,342	0,257
4	Крупа рисовая	кг	0,036	0,036
5	Куры-филе грудной части	кг	0,085	0,085
6	Лавровый лист	шт (20-25гр)	0,007	0,007
7	Лук	кг	0,066	0,055
8	Масло растительное	л	0,012	0,012
9	Масло сливочное	кг	0,009	0,009
10	Мятай	кг	0,107	0,067
11	Молоко	л	0,021	0,021
12	Морковь	кг	0,057	0,046
13	Огурцы	кг	0,026	0,021
14	Помидоры	кг	0,163	0,149
15	Сахар	кг	0,014	0,014
16	Слива	кг	0,111	0,095
17	Сок фруктовый	кг	0,2	0,2
18	Соль	кг	0	0
19	Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
20	Сухофрукты из 12 компонентов	кг	0,019	0,019
21	Томат-паста	кг	0,022	0,022
22	Хлеб пшеничный	кг	0,066	0,066
23	Хлеб ржаной	кг	0,075	0,075

кг 0,114 0,1

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0	3,6	4,2	78	6/н
	Икра кабачковая 360гр	60,3/60	0	3,6	4,2	78	
ЗАВТРАК	Бутерброды с мясными кулинарными изделиями (котлетами, биточками или шницелем)	90	6,3	13,5	22,5	182,7	5
	Хлеб пшеничный	27/27	2,02	0,24	15,33	61,02	
	Хлеб пшеничный	10,31/10,31	0,77	0,09	5,85	23,29	
	Масло сливочное	5,73/5,73	0,07	4,15	0,1	32,41	
	Сухари панировочные	5,73/5,73	0	0	0	0	
	Свинина мясная (заморож)	47,25/40,95	5,86	13,64	0	146,19	
	Масло растительное	3,43/3,43	0	3,43	0	30,87	
	Молоко	13,75/13,75	0,4	0,44	0,65	8,25	
	Омлет с сыром	150	12,97	12	4,3	212,75	138
	Масло сливочное	4,5/4,5	0,06	3,26	0,08	25,47	
	Сыр Российский	7,5/7,5	1,74	2,21	0	27,3	
	Соль поваренная пищевая	0,38/0,38	0	0	0	0	
	Яйцо 1С	67,5/67,5	8,57	7,76	0	0	
	Молоко	90/90	2,61	2,88	4,23	105,98	
	Хлеб пшеничный	22	0,22	0,15	12,1	37,4	147
Хлеб пшеничный	22/22	1,65	0,2	12,49	49,72		
Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)	200	2,7	3,24	24,08	138,14	498	
Сахар	3/3	0	0	2,99	13,5		
Молоко сгущенное с сахаром	38/38	2,7	3,23	21,09	124,64		
Какао	2,4/2,4	0	0	0	0		
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	144	
Яблоки	114/100	0,4	0,4	9,8	47		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		622	22,59	32,89	76,98	695,99	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		622	22,59	32,89	76,98	695,99
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		5571	205	208,89	863,27	6223,88
Среднее значение за период		557	20,5	20,89	86,33	622,39

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Завтрак 7-11 лет"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Булочка	шт(70г)	1	1
2	Говядина (мякоть замороженная)	кг	0,059	0,052
3	Груши	кг	0,111	0,095
4	Икра кабачковая 360гр	банки 360гр	0,168	0,167
5	Йогурт питьевой	кг	0,36	0,36
6	Какао	шт (100гр)	0,024	0,024
7	Картофель	кг	0,597	0,448
8	Конфеты шоколадные	кг	0,03	0,03
9	Кофейный напиток	шт (100гр)	0,023	0,023
10	Крахмал	кг	0,007	0,007
11	Крупа манная	кг	0,01	0,01
12	Крупа рисовая	кг	0,101	0,101
13	Куры-филе грудной части	кг	0,124	0,123
14	Лавровый лист	шт (20-25гр)	0,007	0,007
15	Лук	кг	0,154	0,127
16	Макаронные изделия	кг	0,039	0,039
17	Масло растительное	л	0,038	0,038
18	Масло сливочное	кг	0,07	0,07
19	Минтай	кг	0,229	0,142
20	Молоко	л	0,531	0,531
21	Молоко сгущенное с сахаром	кг	0,058	0,058
22	Морковь	кг	0,144	0,115
23	Мука пшеничная	кг	0,023	0,023
24	Огурцы	кг	0,089	0,081
25	Печень говяжья	кг	0,07	0,065
26	Помидоры	кг	0,227	0,209
27	Сахар	кг	0,071	0,071

28	Свекла	кг		0,095	0,075
29	Свинина мясная (заморож)	кг		0,138	0,124
30	Слива	кг		0,111	0,095
31	Сметана	кг		0,024	0,024
32	Сок фруктовый	кг		0,49	0,49
33	Соль	кг		0	0
34	Соль поваренная пищевая	кг		0,006	0,006
35	Сухари панировочные	кг		0,012	0,012
36	Сухофрукты из 12 компонентов	кг		0,038	0,038
37	Сыр Российский	кг		0,026	0,026
38	Творог	кг		0,12	0,12
39	Томат-паста	кг		0,053	0,053
40	Хлеб пшеничный	кг		0,296	0,296
41	Хлеб ржаной	кг		0,175	0,175
42	Чай	шт (100гр)		0,009	0,009
43	Чеснок	кг		0,001	0
44	Яблоки	кг		0,456	0,4
45	Яйцо 1С	шт (яйца)		2,384	2,368