

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н. Киселёв



«10» января 2022 г.

**Примерное диетическое 2-х недельное меню горячего питания  
для обучающихся 5-11 классов МБОУ СОШ с. Пензенское  
МО «Томаринский городской округ» Сахалинской области  
на осенний, зимний и весенний периоды**

2022

**День:** понедельник

**Неделя:** первая

**Сезон :**осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энер.- ческая цен. (ккал)	Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
№495сб.2004г.	<b>Завтрак</b>									
№466 сб.2004г.	Каша манная. молочная	200/10/10	3	0,4	32	146	11,49	138,3	92,5	3,11
таб.24 сб.1994г.	Биточки паровые	100	15,9	18	16	261	18,12	149,4	30,12	1,54
ТУ9115-001-12123	Овощи св.,,солен., кон.	60	0,06	4,45	0,7	60	9,91	30,4	10,19	0,34
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684,685 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			22,32	23,25	92,84	618,5	53,97	361,14	150,41	6,29
	<b>Обед</b>									
№101 сб.2004	Суп картоф.с рисом	250	6,2	5,6	22,3	167	35,08	87,52	32,24	1,62
№ 500 сб.2004г.	Котлета руб.из птицы паров	100	16,1	15,1	15,1	262	22,9	173	24,9	1,82
№520 сб.2004г.	Картофельное пюре	150	3,75	6,15	38,55	228	17,46	43,88	15,29	0,41
таб.24 сб.1994г.	Овощи св.,,солен., кон.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№684,686 сб.200	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	8,05	9,78	5,24	0,9
			31,12	31,94	124,4	915,7	117,79	392,48	101,77	6,56

**День:** вторник

**Неделя:** первая

**Сезон :**осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энер.- ческая цен. (ккал)	Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>									
№ 489 сб.2004г. таб.24 сб.1994г. ТУ9115-001-12123	Рагу из птицы Овощи св.,,солен., кон. Хлеб пшеничный	80/125 60 40	12,3 0,95 3,16	11,48 4,45 0,4	27,65 3,85 19,32	259 60 93,52	493,7 20,5 9,2	63,13 18,5 34,8	16,46 7,5 13,2	9,6 0,35 0,44
№684,685 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			16,61	16,33	65,82	470,5	528,65	124,67	41,56	11,25
	<b>Обед</b>									
№110 сб. 2004г. №487 сб.2004г. №202 сб.2017 таб.24 сб.1994г. ТУ9115-001-12123 Сб.2017г.	Борщ с капустой кар. смет. Птица отварная Макароны отварные Овощи св.,,солен., кон. Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	250/10 100/5 150 60 20 40	2 15,7 3,15 0,95 1,58 2,24	5,2 8,9 8,25 1,45 0,2 0,44	13,1 0,4 21,75 3,85 9,66 19,76	106 182,5 189 7 46,76 91,96	42,89 15,63 37,07 20,5 4,6 9,2	55,5 137,7 51,58 18,5 17,4 42,4	17,8 15,46 18,4 7,5 6,6 10	0,96 1,18 0,75 0,35 0,22 1,24
№684,685 сб.2004 №767 сб.2004г.	Чай с сахаром Булка ванильная	200 50	0,2 2,35	0 4,25	15 29,1	58 171,5	5,25	8,24	4,4	0,86
			28,17	28,69	112,6	852,7	135,14	331,32	80,16	5,56

**День:**среда

**Неделя:** первая

**Сезон :**осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энер. ческая цен. (ккал)	Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>									
№495 сб.2004г.	Каша рис. молочная	200/10/10	5,2	3,4	30,8	184	11,49	138,3	92,5	3,11
№223 сб 2017	Запеканка из творога с см	130/30	13,4	15	33,7	237	37,58	93,3	21,37	0,83
№693 сб.2004г.	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	133,3	111,11	25,56	2
			23,5	23,4	97	611	182,37	342,71	139,43	5,94
	<b>Обед</b>									
№140 сб.2004г.	Суп картоф. с вермишель..	250	2,9	2,5	21	120	19,72	67,35	27	0,99
№471 СБ 2004Г	Рыба отварная	100/5	11,43	2,51	2,61	80	18,74	142,53,	19,59	0,63
№518 сб.2004г.	Картофель отварной	200	3,84	7,55	26,64	200	26	106,7	38,71	1,57
таб.24 сб.1994г.	Овощи св.,,солен., кон.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№ 639,631 сб 2004	Компот из фруктов	200	0,6	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3
			23,54	28,63	110	701,6	122,16	275,75	126,4	65,3

**День:** четверг

**Неделя:** первая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний.

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энер. ческая цен. (ккал)	Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>									
№ 97 сб.2004 г.	Сыр / порциями /	20	5,33	5,33	5,47	72	150	81	7,5	0,165
№463 сб.2004г.	Тефтели ( паровые)	100/50	13,8	16,4	13,1	257	49,63	131,2	44,87	1,51
№304 сб 2017	Каша пшеничная	150	3,25	7,8	30,94	211,9	17,46	43,88	15,29	0,41
таб.24 сб.1994г.	Овощи св.,,солен., кон.	60	0,05	4,45	3,4	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684,685 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			25,79	34,38	87,23	752,4	217,09	256,08	67,66	2,085
	<b>Обед</b>									
№110 сб 2004г	Суп картоф с горохом	250	6,2	5,6	22,3	167	35,5	87,52	32,24	1,62
№ 498 сб.2004г.	Биточки паровые(филе)	100	16,1	15,1	15,1	262	22,9	173	24,9	1,82
№304 сб 2017	Рис отварной	200	3,66	5,38	36,65	209,7	1,36	60,96	16,33	0,53
таб.24 сб.1994г.	Овощи св.,,солен., кон.	60	0,95	0,75	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№684,685 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			30,93	27,47	122,3	895,4	99,31	408,02	101,97	6,64

**День:** пятница

**Неделя:** первая

**Сезон :**осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 5 по 11класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энер. ческая цен. (ккал)	Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
№1 сб.2004г.	<b>Завтрак</b> Бутерброд с маслом	10/20/00	1,1	9	6,8	115	6,76	21,16	7,2	0,45
№302 сб.2004г.	Каша молочная геркулес	200/10/10	5,6	10,4	26,4	230	11,49	138,3	92,5	3,11
№358 сб.2004г.	Сырники из творога	75/20/10	11,4	9,3	14,18	188,3	99,05	128,35	14,36	0,4
№684,685 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
Таб. 24 сб.1994г.	Фрукты свеж.	150	4,9	0	40,4	96				
			23,2	25,7	102,8	687,3	122,55	296,05	118,46	4,82
	<b>Обед</b>									
№110 сб. 2004г.	Борщ с капустой кар с см	250/10	2	5,2	13,1	106	42,89	55,5	17,8	0,96
№241 сб2017г	Мясо отварн с бел соусом	100	13,68	16,64	2,3	232,5	19,1	143,42	20,75	2,2
№171 сб2017	Каша гречневая	150	4,5	8,78	22,35	180	11,49	138,3	92,5	3,11
таб.24 сб.1994г.	Овощи св.,,солен.,, кон.	60	0,95	0,45	9,45	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№ 639,631 сб 2004	Компот из фруктов	200	0,6	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3
			25,55	31,89	101,5	820,1	131,18	438,92	172,15	68,38

**День:** суббота

**Неделя:** первая

**Сезон :**осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энер. чен. (ккал)	Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>									
№466сб.2004г.	Биточки паровые	100	15,9	14,4	16	261	18,12	149,4	30,12	1,54
№ 520 сб.2004г.	Пюре картофельное	150	3,15	8,25	21,75	189	37,07	51,58	18,4	0,75
таб.24 сб.1994г.	Овощи св., сол., консер.	60	0,95	0,05	8,85	60	4,6	8,4	2,8	0,12
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684,685 сб.2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			22,3	23,1	80,92	661,5	74,24	252,42	68,92	3,71
	<b>Обед</b>									
№110 сб.2004г.	Суп - лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	19,72	67,35	27	0,99
№ 381 сб.2004г.	Птица тушенная в сметан.	50/50	15,3	12	0,2	171	31,33	83	12,67	7,33
№511 сб.2004г.	Рис отварной	150	3,25	7,8	30,94	211,9	17,46	43,88	15,29	0,41
таб.24 сб.1994г.	Овощи св., сол., консер.	60	0,4	0,05	1,3	7	4,6	8,4	2,8	0,12
ТУ9115-001-12123	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
	Сок фруктовый	200	1,33	0	28,3	84	5,25	8,24	4,4	0,86
			26,9	26,29	104,1	732,6	92,16	270,67	78,76	11,17

**День:** понедельник

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория: с 5 по 11 класс**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Завтрак										
№97 сб. 2004г.	Сыр/порциями/	15	3,8	3,8	4,85	60	264	150	10,5	0,3
№498 сб. 2004г.	Сосиски отварные	100	10,3	17,2	0,2	202	16,3	160,4	20,3	0,9
№ 508 сб.2004г.	Каша гречневая	150	4,5	8,78	22,35	180	11,49	138,3	92,5	3,11
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684,686 сб.200	Чай с лимоном	200/7	0,30	0	15,2	60	8,05	9,78	5,24	0,9
			23,01	34,63	65,77	655,52	65,54	361,78	138,74	5,70
Обед										
№110 сб.2004г.	Суп карт. с горохом	250	3,6	3,1	26,3	150	19,72	67,35	27	0,99
№466 сб. 2004г.	Биточки паровые	100	15,9	14,4	16	261	18	151	28	1,6
№516 сб.2004г.	Макароны отварные	150	4,5	6,15	19,2	178,5	27	128	31	2,2
табл сб.1994г.	Овощи св., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№684,685 сб.200	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			28,97	28,74	109,77	846,22	104,27	432,89	114,5	7,46

**День:** вторник

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак									
№489 сб.2004г.	Рагу из птицы	80/125	12,3	11,48	19,9	237,8	493,7	63,13	16,46	9,6
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	50	0,95	4,45	3,85	70	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684,685 сб.200	Чай с лимоном	200	0,2	0	15	60	5,25	8,24	4,4	0,86
			16,61	16,33	58,07	461,32	34,95	61,54	25,1	1,65
	Обед									
№124 сб.2004г.	Щи из св.капусты с картоф.	250	2,5	6,5	16,4	88	34,31	44,4	17,8	0,96
№463 сб.2004г.	Тефтели /паровые/	100/50	13,8	16,4	13,1	257	49,53	131,2	44,87	1,51
№520 сб2004г.	Картофельное пюре	150	5,25	6,15	35,25	220,5	25,15	36,96	15,12	0,61
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	0,4	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№684,685 сб.200	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			26,52	29,1	113,02	822,22	148,54	299,1	106,29	5,75

**День:** среда

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>										
№302 сб. 2004г.	Каша молочная «Геркулес»	200/10/10	5,6	10,4	26,4	230	129,7	138	29,44	0,42
№223 сб.2017г.	Запеканка из творога со смет.	100/30	13,4	10,9	33,7	224	130	187	22	0,9
№684,686 сб.200	Какако с молоком	200	4,9	5	32,5	190	133,3	111,11	25,56	2
			23,9	26,3	75,35	644	393	436,11	77	3,32
<b>Обед</b>										
№103 сб.2017	Суп карт. с рисом	250	3	4,5	20,1	135	34,31	44,4	17,8	0,96
№494сб. 2004 г	Птица отварная	100	15,7	8,9	0,4	144	15,63	137,7	15,46	1,18
№511 сб.2004г.	Рис отварной	150	3,6	9	35,7	228	17,46	43,88	15,29	0,41
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	0,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№639,631 сб.200	Компот из фруктов	200	0,52	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3
			27,59	27,67	111,31	808,62	125,1	327,68	89,65	64,66

**День:** четверг

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг- ческая цен-ть (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>										
№97 сб. 2004г.	Сыр/порциями/	15	3,8	3,8	4,85	60	264	150	10,5	0,3
№340 сб.2004г.	Омлет натуральный	100/5	10	16,7	1,9	199	68,7	150,5	10,7	1,76
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684,685 сб.200	Какако с молоком	200	4,9	5	32,5	190	5,25	8,24	4,4	0,86
№769 СБ.2004г.	Булочка домашняя	50	3,95	4,25	29,05	171,5				
			26,76	34,6	91,47	774,02	367,65	362,04	46,3	3,71
<b>Обед</b>										
№103 сб.2017	Суп карт с макар./лапша/	250	6,2	5,6	22,3	167	35,5	87,52	32,24	1,62
№471 сб.2004г.	Фрикадельки из гов.туш.в соусе	100/50	15	14,2	14,14	169	21,18	47,99	110	1,1
№518 сб.2004г.	Картофель отварной	150	4,5	6,15	19,2	178,5	27	128	31	2,2
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	50	0,95	3,45	3,85	70	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№684,685 сб.200	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			27,95	29,74	105,8	747,5	131,28	359,83	206,98	8,49

**День:** пятница

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>										
№97 сб. 2004г.	Сыр/порциями/	15	3,8	3,8	4,85	60	24	36	10	0,42
№389 сб.2004г.	Котлеты рыбные паровые	100/5	13	8,8	15,2	196,25	37,9	21,3	116,68	0,74
табл сб.1994г.	Овощи свеж., сол., консерв.	60	0,4	0,05	0,8	7	11,5	12	7	0,3
№520 сб2004г.	Картофельное пюре	150	3,15	8,25	21,75	189	37,07	51,58	18,4	0,75
Ту9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684 сб 2004г	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			23,51	21,3	61,92	603,77	124,92	163,92	169,68	3,51
<b>Обед</b>										
№124 сб.2004г.	Щи из св.капусты с картоф.	250	2,5	6,5	16,4	88	34,31	44,4	17,8	0,96
№466 сб. 2004г.	Биточки паровые	100	15,9	14,4	16	299,5	18	151	28	1,6
№ 508 сб.2004г.	Каша пшеничная	150	3	7,65	23,85	181,5	25	57	23	1
табл сб.1994г.	Овощи свеж., солен., консерв.	60	0,95	4,45	3,85	60	20,5	18,5	7,5	0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№684,685 сб.200	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	5,25	8,24	4,4	0,86
			26,37	31,29	112,42	825,72	116,86	338,94	97,3	6,23

**День:** суббота

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 5 по 11 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>										
№489 сб.2004г. табл сб.1994г.	Рагу из птицы Овощи свеж., солен., консерв.	80/125 60	12,3 0,95	11,48 4,45	27,65 3,85	259 60	493,7 20,5	63,13 18,5	16,46 7,5	9,6 0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	9,2	34,8	13,2	0,44
№684,686 сб.200	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	8,05	9,78	5,24	0,9
№ 767 сб.2004г.	Булочка ванильная	50	3,95	4,25	29,05	171,5				
			20,66	20,58	95,07	644,02	531,45	126,21	42,40	11,29
<b>Обед</b>										
№110 сб.2004г.	Суп-лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	19,72	67,35	27	0,99
№457 сб. 2004г.	Зразы рубл.из говяд./паров./	80/5	12,16	12,3	6,24	185	18	148	30	0,7
№ 508 сб.2004г. табл сб.1994г.	Каша гречневая Овощи свеж., солен., консерв.	150 60	4,5 0,95	8,78 4,45	22,35 3,85	180 60	11,49 20,5	138,3 18,5	92,5 7,5	3,11 0,35
ТУ9115-001-1212	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	17,4	6,6	0,22
Сб.2017 г.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,2	42,4	10	1,24
№639,631 сб.200	Компот из фруктов	200	0,52	0,18	24,84	102,9	23,4	23,4	17	60,3
			28,45	32,15	90,65	786,62	106,91	455,35	190,6	66,91

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575794

Владелец Киселёв Сергей Николаевич

Действителен С 03.02.2022 по 03.02.2023