



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рсц.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет			
Завтрак							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2017м	20
Гуляш из отварного мяса	100	13,35	13,10	3,63	185,85	246/2017м	44
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	И.Т.	11
Пантоток из-шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,73
Итого за завтрак	650	25,59	23,38	96,90	709,09		108,73
Итого за неделю в среднем завтрак	690	24,39	19,92	101,25	693,10		
Обед							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70/2017м	20
Рассольник ленинградский	250	2,40	6,24	16,52	133,30	54-3с/2022н	19
Гречка по-Купечески с мясом	200	13,20	17,80	35,50	363,00	458/2002г	47
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,73
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	820	21,72	25,03	117,54	793,39		108,73
Всего за Пятницу	1470	47,31	48,41	214,44	1502,48		
Итого за неделю в среднем обед	878,00	31,94	27,72	117,97	859,17		