

Согласовано:

Заместитель начальника территориального отдела
Управления Федеральной службы по надзору в сфере
защиты прав потребителей и благополучия человека по
Ставропольскому краю в городе Георгиевске и
Георгиевском районе

Г. Н. Басова

_____ 2023 г.

Утверждаю:

Директор МОУ «СОШ № 1»

Слесарь / Г. В. Пескова
« _____ » _____ 2023 года



ПРИМЕРНОЕ

меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

МОУ «СОШ № 1» на период 2023-2024 учебный год

1-я возрастная группа

Составлено в соответствии: « Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях » / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год.

Принято в
Продуктовый блок
1.11.23

| Наименование блюд и кулинарных изделий | Выход порции грамм | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|--------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| Понедельник 1 неделя | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Каша вязкая молочная из риса с маслом | 200/10 | 5,7 | 6,8 | 41,7 | 252,6 | 0 | 1,3 | 0 | 0,3 | 61,8 | 108,3 | 35,2 | 0,5 |
| Сыр порциями (российский) | 15 | 3,95 | 3,99 | 0 | 60 | 0,01 | 0,21 | 78 | 1,83 | 264 | 150 | 10,5 | 0,3 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 0 | 2,83 | 0 | 0,01 | 14,2 | 4,4 | 2,4 | 0,36 |
| Яйца варёные | 40 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,06 | 0,11 | 0 | 40 | 0,02 | 2,4 | 3 | 0 | 0,02 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Итого за прием: | 485 | 11,84 | 18,26 | 71,04 | 507,98 | 0,17 | 4,34 | 118 | 2,75 | 349,3 | 290,9 | 58 | 1,75 |
| Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,02 | 6 | 0,01 | 6,3 | 0 | 0,05 | 13,78 | 25,2 | 8,4 | 0,17 |
| Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,34 | 5,64 | 11,2 | 117 | 0,05 | 9,17 | 0 | 1,39 | 54,17 | 0,73 | 34,45 | 1,72 |
| Рыба (минтай), запечённая в сметанном соусе | 90/140 | 30,3 | 10,73 | 0,075 | 185 | 0,08 | 0,2 | 9,31 | 1,36 | 104,2 | 259,5 | 77,6 | 1,02 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,25 | 0,14 | 18,2 | 0 | 1 | 36,97 | 86,59 | 27,7 | 1 |
| Кисель из ягод свежемороженых | 200 | 0,13 | 0,05 | 24,54 | 121 | 0,01 | 2,16 | 0 | 0,12 | 14,38 | 8,34 | 3,94 | 0,07 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 850 | 39,61 | 21,62 | 81,13 | 680,21 | 0,39 | 36,03 | 9,31 | 4,81 | 236 | 429,36 | 169,8 | 5,04 |
| Итого за день: | | 51,45 | 39,88 | 152,2 | 1188,19 | 0,55 | 40,37 | 127 | 7,56 | 585,3 | 720,26 | 227,8 | 6,79 |
| Вторник 1 неделя | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный | 106/10 | 10,1 | 16,7 | 1,9 | 198,1 | 0,1 | 0 | 0,2 | 3,4 | 80 | 173,4 | 13,3 | 1,9 |
| Горох овощной отварной | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,2 | 19,4 | 0,1 | 5 | 0 | 0,6 | 10 | 31 | 10,5 | 0,4 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Икра свекольная | 60 | 1,42 | 0,06 | 13,72 | 111,18 | 0,01 | 3,4 | 0 | 7,38 | 35,53 | 36,55 | 18,08 | 1,02 |
| Суп картофельный с рисовой крупой | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 | 0,05 | 8,25 | 0 | 1,36 | 26,7 | 55,97 | 22,77 | 0,87 |
| Бефстроганов из мяса говядины | 90/140 | 19,76 | 30 | 6,65 | 377 | 0,06 | 1,79 | 0 | 8,72 | 56,32 | 222,5 | 29,18 | 3,12 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,64 | 5,99 | 31,46 | 202,2 | 0,06 | 0 | 22,1 | 1,5 | 12,55 | 38,8 | 8,4 | 0,84 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,33 | 0,02 | 28,83 | 118 | 0 | 0,3 | 0 | 0,18 | 24,98 | 11,56 | 6,32 | 0,9 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 850 | 32,42 | 39,1 | 116,6 | 1008,09 | 0,28 | 13,74 | 22,1 | 20 | 168,58 | 414,38 | 102,5 | 7,81 |
| Итого за день: | | 55,55 | 53,22 | 204,8 | 1587,8 | 0,61 | 67,04 | 31,5 | 23,3 | 340,54 | 861,07 | 236,4 | 16,16 |
| Четверг 1 неделя | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога с яблоками со сгущенным молоком | 200/40 | 24,99 | 23,69 | 78,51 | 627,43 | 0,16 | 2 | 109 | 2 | 428,8 | 439,5 | 67,39 | 1,68 |
| Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 | 0,06 | 1,59 | 24,4 | 0,1 | 152,2 | 124,4 | 21,3 | 0,48 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Булочка | 50 | | | | | | | | | | | | |
| Яблоко сезонное калиброванное 1 шт | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | 0 | 20 | 0 | 0 | 32 | 22 | 0,1 | 4,4 |
| Итого за прием | 670 | 31,85 | 28,23 | 129,7 | 907,35 | 0,27 | 23,59 | 133 | 2,69 | 619,9 | 611,1 | 98,69 | 7,13 |
| Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи натуральные свежие или соленые (помидоры) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,02 | 6 | 0,01 | 6,3 | 0 | 0,05 | 13,78 | 25,2 | 8,4 | 0,17 |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,76 | 4,95 | 7,9 | 89,75 | 0,05 | 15,8 | 0 | 1,09 | 49,25 | 49 | 22,1 | 0,82 |
| Плов из птицы (бройлер- цыплят) | 90/270 | 21,62 | 10,74 | 43,74 | 358,4 | 0,18 | 7,8 | 33,6 | 7,8 | 43,31 | 227,2 | 64,7 | 2,24 |
| Компот из свежих плодов (яблок) | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,9 | 114,6 | 0,01 | 0,9 | 0 | 0,16 | 14,18 | 4,4 | 5,1 | 0,95 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 830 | 27,32 | 16,25 | 104,4 | 682,71 | 0,35 | 30,8 | 33,6 | 9,99 | 133,02 | 354,8 | 118 | 5,24 |
| Итого за день | | 59,17 | 44,48 | 234,1 | 1590,06 | 0,62 | 54,39 | 167 | 12,7 | 752,92 | 965,9 | 216,7 | 12,37 |
| Пятница 1 неделя | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные с яйцом и сыром (российский) | 180 | 8,69 | 14,69 | 27,78 | 277,71 | 0,06 | 0,42 | 103 | 0,42 | 62,9 | 109,5 | 14,32 | 1,37 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| Чай с сахаром | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 0 | 2,83 | 0 | 0,01 | 14,2 | 4,4 | 2,4 | 0,36 |
| Масло сливочное (крестьянское)МДЖ-72,5% | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,06 | 0,11 | 0 | 40 | 0,02 | 2,4 | 3 | 0 | 0,02 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 450 | 10,88 | 22,16 | 57,12 | 473,09 | 0,22 | 3,25 | 143 | 1,04 | 86,4 | 142,1 | 26,62 | 2,32 |
| Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| Капуста свежая тушеная | 60 | 1,17 | 0,95 | 4,52 | 31,18 | 0,02 | 12,87 | - | 41,6 | 30,1 | 15,49 | 0,61 | 0,17 |
| Рассольник ленинградский со сметаной 15-% жир | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,53 | 148,25 | 0,22 | 5,82 | 0 | 5,82 | 42,67 | 88,1 | 35,57 | 2,05 |
| Котлеты рубленые из говядины, запеченные с молочным соусом | 90/40 | 13,62 | 16,28 | 14,71 | 263,2 | 0,08 | 0,92 | 20,3 | 3,8 | 47,35 | 165,26 | 50,09 | 2,44 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,25 | 0,14 | 18,2 | 0 | 1 | 36,97 | 86,59 | 27,7 | 1 |
| Кисель из ягод свежемороженых | 200 | 0,13 | 0,05 | 24,54 | 121 | 0,01 | 2,16 | 0 | 0,12 | 14,38 | 8,34 | 3,94 | 0,07 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 840 | 26,77 | 27,67 | 104,6 | 814,84 | 0,57 | 39,97 | 20,3 | 53,2 | 183,97 | 412,78 | 135,6 | 6,79 |
| Итого за день: | | 37,65 | 49,83 | 161,7 | 1287,93 | 0,78 | 43,22 | 163 | 54,3 | 270,37 | 554,88 | 162,2 | 9,11 |
| Суббота 1 неделя | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи натуральные свежие или соленые | 70 | 0,48 | 0,08 | 1,02 | 6 | 0,01 | 6,3 | 0 | 0,05 | 13,78 | 25,2 | 8,4 | 0,17 |
| Плов из птицы (бройлер- цыплят) | 90/180 | 21,62 | 10,74 | 43,74 | 358,4 | 0,18 | 7,8 | 33,6 | 7,8 | 43,31 | 227,2 | 64,7 | 2,24 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,33 | 0,02 | 28,83 | 118 | 0 | 0,3 | 0 | 0,18 | 24,98 | 11,56 | 6,32 | 0,9 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 560 | 24,41 | 11,04 | 87,6 | 549,72 | 0,24 | 14,4 | 33,6 | 8,62 | 88,97 | 289,16 | 89,32 | 3,88 |
| Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,02 | 6 | 0,01 | 6,3 | 0 | 0,05 | 13,78 | 25,2 | 8,4 | 0,17 |
| Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,34 | 5,64 | 11,2 | 117 | 0,05 | 9,17 | 0 | 1,39 | 54,17 | 0,73 | 34,45 | 1,72 |
| Печень по- строгановски | 90/170 | 17,24 | 14,6 | 4,58 | 240,5 | 0,26 | 10,98 | 752 | 11 | 43,21 | 311,01 | 22,71 | 6,5 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,64 | 5,99 | 31,46 | 202,2 | 0,06 | 0 | 22,1 | 1,5 | 12,55 | 38,8 | 8,4 | 0,84 |
| Сок фруктовый (ягодный) в индивидуальной упаковке | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | 0,02 | 4 | 0 | 0,4 | 14 | 14 | 8 | 2,8 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Плов из говядины | 90/180 | 21,62 | 10,74 | 43,74 | 358,4 | 0,18 | 7,8 | 33,6 | 7,8 | 43,31 | 227,2 | 64,7 | 2,24 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 0 | 2,83 | 0 | 0,01 | 14,2 | 4,4 | 2,4 | 0,36 |
| Фрукты свежие (мандарины,яблоки) | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | 0 | 20 | 0 | 0 | 32 | 22 | 0,1 | 4,4 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Итого за прием: | 700 | 24,53 | 11,76 | 92,55 | 581,72 | 0,23 | 30,63 | 33,6 | 8,4 | 96,41 | 278,8 | 77,1 | 7,57 |
| Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,02 | 6 | 0,01 | 6,3 | 0 | 0,05 | 13,78 | 25,2 | 8,4 | 0,17 |
| Суп картофельный с пшеничной крупой | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 | 0,05 | 8,25 | 0 | 1,36 | 26,7 | 55,97 | 22,77 | 0,87 |
| Жаркое по- домашнему из говядины | 90/270 | 27,65 | 13,7 | 31,5 | 525,26 | 0,05 | 1,47 | 0 | 1,47 | 34,9 | 246,64 | 35,25 | 4,9 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,33 | 0,02 | 28,83 | 118 | 0 | 0,3 | 0 | 0,18 | 24,98 | 11,56 | 6,32 | 0,9 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 830 | 33,73 | 16,83 | 97,31 | 848,97 | 0,21 | 16,32 | 0 | 3,95 | 112,86 | 388,37 | 90,44 | 7,9 |
| Итого за день: | | 58,26 | 28,59 | 189,9 | 1430,69 | 0,44 | 46,95 | 33,6 | 12,4 | 209,27 | 667,17 | 167,5 | 15,47 |
| Пятница 2 неделя | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Икра свекольная | 60 | 1,42 | 0,06 | 13,72 | 111,18 | 0,01 | 3,4 | 0 | 7,38 | 35,53 | 36,55 | 18,08 | 1,02 |
| Биточки рубленые из бройлер- цыплят | 90/5 | 11,38 | 11,1 | 5,15 | 299,8 | 0,01 | 0,8 | 70,6 | 5,9 | 42,9 | 75,37 | 16,07 | 1,09 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 3,64 | 4,29 | 36,67 | 199,95 | 0,02 | 0 | 0 | 0,17 | 2,41 | 60,6 | 19 | 0,51 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 0 | 2,83 | 0 | 0,01 | 14,2 | 4,4 | 2,4 | 0,36 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 562 | 19,87 | 15,79 | 94,59 | 786,89 | 0,14 | 7,03 | 70,6 | 14,4 | 107,54 | 225,92 | 73,25 | 4,04 |
| Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| Капуста свежая тушеная | 60 | 1,17 | 0,95 | 4,52 | 31,18 | 0,02 | 12,87 | - | 41,6 | 30,1 | 15,49 | 0,61 | 0,17 |
| Суп картофельный с клёцками | 250 | 8,6 | 8,4 | 14,33 | 167,25 | 0,1 | 9,11 | 15 | 5,56 | 45,3 | 176,52 | 47,35 | 1,4 |
| Фрикадельки из говядины в соусе сметанном | 90/140 | 13,32 | 18,11 | 16 | 284,8 | 0,05 | 0,18 | 26,1 | 3,96 | 37,86 | 122,84 | 19,55 | 8,36 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,64 | 5,99 | 31,46 | 202,2 | 0,06 | 0 | 22,1 | 1,5 | 12,55 | 38,8 | 8,4 | 0,84 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,9 | 114,6 | 0,01 | 0,9 | 0 | 0,16 | 14,18 | 4,4 | 5,1 | 0,95 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 850 | 32,19 | 33,93 | 118,1 | 913,99 | 0,34 | 23,06 | 63,2 | 53,7 | 152,49 | 407,05 | 98,71 | 12,78 |
| Итого за день: | | 52,06 | 49,72 | 212,7 | 1700,88 | 0,48 | 30,09 | 134 | 68 | 260,03 | 632,97 | 172 | 16,82 |
| Суббота 2 неделя | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | | | | | | | | |
| Рагу из птицы | 90/180 | 21,62 | 10,74 | 43,74 | 358,4 | 0,18 | 7,8 | 33,6 | 7,8 | 43,31 | 227,2 | 64,7 | 2,24 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 0 | 2,83 | 0 | 0,01 | 14,2 | 4,4 | 2,4 | 0,36 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 530 | 25,71 | 11,16 | 86,96 | 555,04 | 0,28 | 10,63 | 33,6 | 8,99 | 71,31 | 282 | 86,9 | 3,74 |
| Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи натуральные свежие или соленые (помидоры) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,02 | 6 | 0,01 | 6,3 | 0 | 0,05 | 13,78 | 25,2 | 8,4 | 0,17 |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,53 | 148,25 | 0,22 | 5,82 | 0 | 5,82 | 42,67 | 88,1 | 35,57 | 2,05 |
| Плов из птицы (бройлер- цыплят) | 90/270 | 21,62 | 10,74 | 43,74 | 358,4 | 0,18 | 7,8 | 33,6 | 7,8 | 43,31 | 227,2 | 64,7 | 2,24 |
| Кисель из ягод свежемороженых | 200 | 0,13 | 0,05 | 24,54 | 121 | 0,01 | 2,16 | 0 | 0,12 | 14,38 | 8,34 | 3,94 | 0,07 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,32 | 0,12 | 9,84 | 46,64 | 0,05 | 0 | 0 | 0,3 | 5,6 | 23,8 | 7,8 | 0,49 |
| Хлеб (ржано- пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,2 | 14,01 | 67,32 | 0,05 | 0 | 0 | 0,59 | 6,9 | 25,2 | 9,9 | 0,57 |
| Итого за прием: | 830 | 31,02 | 16,46 | 109,7 | 747,61 | 0,52 | 22,08 | 33,6 | 14,7 | 126,64 | 397,84 | 130,3 | 5,59 |
| Итого за день: | | 56,73 | 44,28 | 186,5 | 1384,01 | 1,05 | 61,79 | 161 | 20,6 | 535,5 | 986,73 | 318,3 | 10,57 |
| Итого за весь период: | | 590,9 | 524,7 | 2149 | 16671,32 | 8,09 | 506,5 | 2239 | 376 | 5045,5 | 8999,4 | 2497 | 146,5 |
| В среднем 1 день | | 49,24 | 43,73 | 179,1 | 1389,277 | 0,67 | 42,21 | 187 | 31,3 | 420,46 | 749,95 | 208,1 | 12,21 |