

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР МАОУ „СОШ № 36“

Забирова Елена

Александрова

(подпись)

"20" августа 2024 год

УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР СМУП ПиТ «Восторг»

Жукова Галина Ивановна

[Подпись]

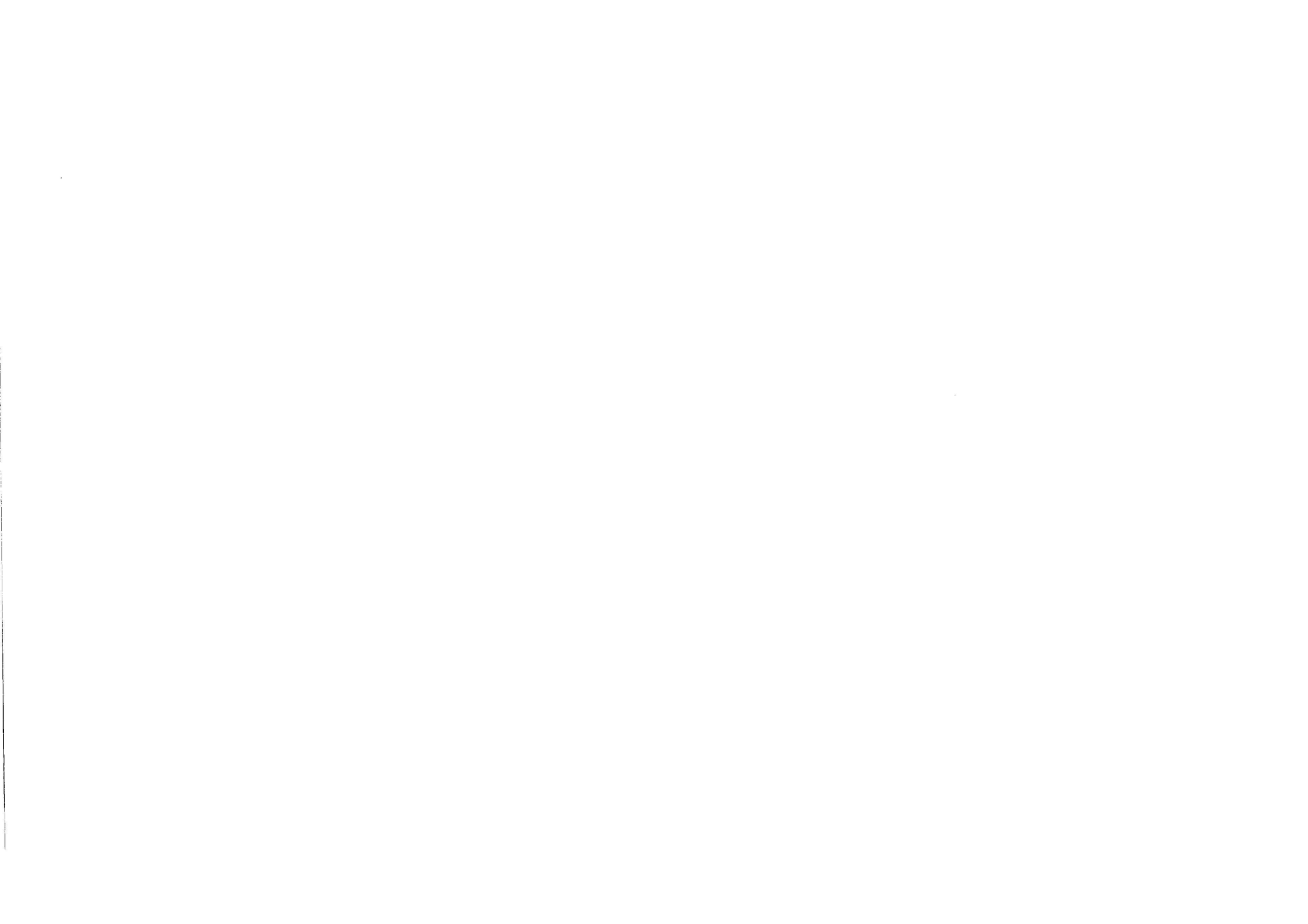
(подпись)

"20" августа 2024 год

**Примерное двухнедельное меню горячего питания для обучающихся  
1-11 классов в общеобразовательных учреждениях г. Сыктывкара,  
находящихся в положении малообеспеченных семей (МО),  
детей из многодетных семей (МС) и детей из семей военнослужащих (СВО).**

(МАОУ СОШ № 1, 4, 7, 12, 16, 18, 21, 24, 25, 26, 33, 35, 36, 38, 43, МОУ СОШ № 3, 9, 11, 15,  
МОУ ООШ № 8, МОУ НОШ № 6, МАОУ «Русская гимназия», МОУ КНГ)

(с 01 сентября 2024 года)



НАИМЕНОВАНИЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК										№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	7-11 лет					12+ лет						
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
Второй завтрак												
Шницель "Нежный"	90	14,68	9,98	11,03	180,7	100	16,31	9,53	12,26	200,78	352/1	ТТК № 352
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>19,41</b>	<b>15</b>	<b>56,67</b>	<b>427,95</b>	<b>515</b>	<b>21,65</b>	<b>15,51</b>	<b>61,99</b>	<b>475,48</b>		
Полдник												
Булочка "Ромашка" (с вареным сгущенным молоком)	100	8,71	9,68	58,08	361,74	100	8,71	9,68	58,08	361,74	254/1	ТТК № 254
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>9,71</b>	<b>10,48</b>	<b>100,48</b>	<b>545,14</b>	<b>400</b>	<b>9,71</b>	<b>10,48</b>	<b>100,48</b>	<b>545,14</b>		
ВТОРНИК												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
	Второй завтрак											
Медальоны из рыбы	90	10,6	12,6	9,06	207,09	100	11,63	14,08	10,08	230,1	42/5	ТТК № 42
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	180	6,62	5,42	31,73	202,14	114/1	ТТК № 114
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>17,79</b>	<b>17,33</b>	<b>60,71</b>	<b>485,54</b>	<b>515</b>	<b>19,92</b>	<b>19,72</b>	<b>67,01</b>	<b>542,24</b>		
Полдник												
Сметанник	100	8,64	9,85	45,53	292,98	100	8,64	9,85	45,53	292,98	59/1	ТТК № 59
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>9,64</b>	<b>10,65</b>	<b>87,93</b>	<b>476,38</b>	<b>400</b>	<b>9,64</b>	<b>10,65</b>	<b>87,93</b>	<b>476,38</b>		
СРЕДА												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
	Второй завтрак											
Плов из свинины	230	18,13	14,03	47,61	393,83	0	0	0	0	0	124/2	ТТК № 124
Каша молочная рисовая	0	0	0	0	0	250	7,2	13,02	51,54	352,8	100/5	ТТК № 100
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>465</b>	<b>19,8</b>	<b>14,25</b>	<b>72,81</b>	<b>503,83</b>	<b>505</b>	<b>10,47</b>	<b>13,44</b>	<b>86,94</b>	<b>512,8</b>		
Полдник												
Кекс "Творожный" (нарезной)	80	9,54	11,9	40,9	300,8	80	9,54	11,9	40,9	300,8	447/2	Москва 2011 № 447
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>380</b>	<b>10,54</b>	<b>12,7</b>	<b>83,3</b>	<b>484,2</b>	<b>380</b>	<b>10,54</b>	<b>12,7</b>	<b>83,3</b>	<b>484,2</b>		
ЧЕТВЕРГ												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
	ЗАВТРАК											
Второй завтрак												
Мясо с овощами "Болоньез"	90	11,52	13	4,05	189,6	100	12,81	14,46	4,5	210,7	35/2	ТТК № 35
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	180	10,32	7,31	46,37	292,5	99/1	ТТК № 99
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685

Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>21,79</b>	<b>19,31</b>	<b>67,89</b>	<b>543,35</b>	<b>515</b>	<b>24,8</b>	<b>21,99</b>	<b>76,07</b>	<b>613,2</b>		
<b>Полдник</b>												
Шаньга с картофелем	100	8,5	7,98	38,88	244,8	100	8,5	7,98	38,88	244,8	15/3	Сыктывкар 1990 № 15
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>9,5</b>	<b>8,78</b>	<b>81,28</b>	<b>428,2</b>	<b>400</b>	<b>9,5</b>	<b>8,78</b>	<b>81,28</b>	<b>428,2</b>		
<b>ПЯТНИЦА</b>												
<b>НАИМЕНОВАНИЕ</b>	<b>7-11 лет</b>					<b>12+ лет</b>					<b>№ ТК</b>	<b>№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР</b>
	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>ККАЛ</b>	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>ККАЛ</b>		
<b>Второй завтрак</b>												
Макароны отварные с сыром	220	14,88	17,51	37,52	367,84	220	14,88	17,51	37,52	367,84	204/3; 204/4	Москва 2011 № 204
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>455</b>	<b>16,55</b>	<b>17,73</b>	<b>62,72</b>	<b>477,84</b>	<b>455</b>	<b>16,55</b>	<b>17,73</b>	<b>62,72</b>	<b>477,84</b>		
<b>Полдник</b>												
Хачапури с сыром	100	12,78	14,16	37,66	333	100	12,78	14,16	37,66	333	11/6	Сыктывкар 1990 № 11
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>13,78</b>	<b>14,96</b>	<b>80,06</b>	<b>516,4</b>	<b>400</b>	<b>13,78</b>	<b>14,96</b>	<b>80,06</b>	<b>516,4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>СУББОТА</b>												
<b>НАИМЕНОВАНИЕ</b>	<b>7-11 лет</b>					<b>12+ лет</b>					<b>№ ТК</b>	<b>№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР</b>
	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>ККАЛ</b>	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>ККАЛ</b>		
<b>Второй завтрак</b>												
Фрикадельки мясные "Восторг"	90	13,9	10,4	12,1	198	100	15,4	11,6	13,4	220	142/10	ТТК №142/1
Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>19,22</b>	<b>15,99</b>	<b>73,98</b>	<b>517,7</b>	<b>515</b>	<b>21,45</b>	<b>18,26</b>	<b>82,62</b>	<b>581,64</b>		
<b>Полдник</b>												
Шанежка наливная с яйцом	100	8,38	10,37	42,19	209,84	100	8,38	10,37	42,19	209,84	693/2	Москва 1994 № 693
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>9,38</b>	<b>11,17</b>	<b>84,59</b>	<b>393,24</b>	<b>400</b>	<b>9,38</b>	<b>11,17</b>	<b>84,59</b>	<b>393,24</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>2 неделя</b>												
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>												
<b>НАИМЕНОВАНИЕ</b>	<b>7-11 лет</b>					<b>12+ лет</b>					<b>№ ТК</b>	<b>№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР</b>
	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>ККАЛ</b>	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>ККАЛ</b>		
<b>Второй завтрак</b>												
Котлета "Киевская"	90	11,1	14,3	10,2	215,87	100	12,3	15,8	11,3	239,86	169/3	Москва 2003 № 169
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>15,83</b>	<b>19,32</b>	<b>55,84</b>	<b>463,12</b>	<b>515</b>	<b>17,64</b>	<b>21,78</b>	<b>61,03</b>	<b>514,56</b>		
<b>Полдник</b>												
Булочка "Ромашка" (с вареным гущенным молоком)	100	8,71	9,68	58,08	361,74	100	8,71	9,68	58,08	361,74	254/1	ТТК № 254
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>9,71</b>	<b>10,48</b>	<b>100,48</b>	<b>545,14</b>	<b>400</b>	<b>9,71</b>	<b>10,48</b>	<b>100,48</b>	<b>545,14</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

НАИМЕНОВАНИЕ	ВТОРНИК										№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	7-11 лет					12+ лет						
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>Второй завтрак</b>												
Макароны отварные с сыром	220	14,88	17,51	37,52	367,84	220	14,88	17,51	37,52	367,84	204/3; 204/4	Москва 2011 № 204
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>455</b>	<b>16,55</b>	<b>17,73</b>	<b>62,72</b>	<b>477,84</b>	<b>455</b>	<b>16,55</b>	<b>17,73</b>	<b>62,72</b>	<b>477,84</b>		
<b>Полдник</b>												
Пицца "Болоньезе" (фарш мясной)	100	12,03	12,3	27,3	266,3	100	12,03	12,3	27,3	266,3	430/2	ТТК № 430
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>13,03</b>	<b>13,1</b>	<b>69,7</b>	<b>449,7</b>	<b>400</b>	<b>13,03</b>	<b>13,1</b>	<b>69,7</b>	<b>449,7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>СРЕДА</b>												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
<b>Второй завтрак</b>												
Фрикадельки из свинины	90	11,32	12,8	12,2	207,8	100	12,6	14,3	13,6	230,9	280/2	Москва 2011 № 280
Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>16,64</b>	<b>18,39</b>	<b>74,08</b>	<b>527,5</b>	<b>515</b>	<b>18,65</b>	<b>20,96</b>	<b>82,82</b>	<b>592,54</b>		
<b>Полдник</b>												
Хачапури с сыром	100	12,78	14,16	37,66	333	100	12,78	14,16	37,66	333	11/6	Сыктывкар 1990 № 11
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>13,78</b>	<b>14,96</b>	<b>80,06</b>	<b>516,4</b>	<b>400</b>	<b>13,78</b>	<b>14,96</b>	<b>80,06</b>	<b>516,4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
<b>Второй завтрак</b>												
Мясо с овощами "Болоньез"	90	11,52	13	4,05	189,6	100	12,81	14,46	4,5	210,7	35/2	ТТК № 35
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	180	6,62	5,42	31,73	202,14	114/1	ТТК № 114
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>18,71</b>	<b>17,73</b>	<b>55,7</b>	<b>468,05</b>	<b>515</b>	<b>21,1</b>	<b>20,1</b>	<b>61,43</b>	<b>522,84</b>		
<b>Полдник</b>												
Шаньга с картофелем	100	8,5	7,98	38,88	244,8	100	8,5	7,98	38,88	244,8	15/3	Сыктывкар 1990 № 15
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>9,5</b>	<b>8,78</b>	<b>81,28</b>	<b>428,2</b>	<b>400</b>	<b>9,5</b>	<b>8,78</b>	<b>81,28</b>	<b>428,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
<b>Второй завтрак</b>												
Голубцы ленивые	150	9,8	6	9,4	130,82	150	9,8	6	9,4	130,82	244/3	ТТК № 244
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>535</b>	<b>14,53</b>	<b>11,02</b>	<b>55,04</b>	<b>378,07</b>	<b>565</b>	<b>15,14</b>	<b>11,98</b>	<b>59,13</b>	<b>405,52</b>		

Полдник												
Кекс "Творожный" (нарезной)	80	9,54	11,9	40,9	300,8	80	9,54	11,9	40,9	300,8	447/2	Москва 2011 № 447
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>380</b>	<b>10,54</b>	<b>12,7</b>	<b>83,3</b>	<b>484,2</b>	<b>380</b>	<b>10,54</b>	<b>12,7</b>	<b>83,3</b>	<b>484,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
СУББОТА												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
Второй завтрак												
Котлета рыбная	90	11	6,98	13,1	159,84	100	12,2	7,76	14,54	177,6	234/2	Москва 2011 № 234
Рагу из овощей	150	2,6	11,8	12,81	163,5	180	4,1	13,3	15,37	196,2	541/1	Москва 2004 № 541/3
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>475</b>	<b>15,27</b>	<b>19</b>	<b>51,11</b>	<b>433,34</b>	<b>515</b>	<b>17,97</b>	<b>21,28</b>	<b>55,11</b>	<b>483,8</b>		
Полдник												
Сметанник	100	8,64	9,85	45,53	292,98	100	8,64	9,85	45,53	292,98	59/1	ТТК № 59
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>9,64</b>	<b>10,65</b>	<b>87,93</b>	<b>476,38</b>	<b>400</b>	<b>9,64</b>	<b>10,65</b>	<b>87,93</b>	<b>476,38</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

*Смирнов*