

Согласовано

Руководитель СПДС

ГБОУ СОШ № 14

/Белоусова Т.В./

**МЕНЮ**

8 сентября 2022 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ</b>	<b>150</b>	<b>5,7</b>	<b>7,6</b>	<b>21,7</b>	<b>174,2</b>	<b>0,7</b>
		САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
		МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5 / 5	0	3,9	0,1	29,8	0
		ПШЕНО	20 / 20	2,2	0,5	12,8	63,4	0
		<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	<b>150</b>	<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>12,6</b>	<b>96,6</b>	<b>0,7</b>
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		КАКАО-ПОРОШОК	0,5 / 0,5	0,1	0,1	0,1	1,3	0
		<b>БАТОН</b>	<b>20</b>	<b>1,6</b>	<b>0,2</b>	<b>9,8</b>	<b>47,6</b>	<b>0</b>
		БАТОН ПРОСТОЙ	20 / 20	1,6	0,2	9,8	47,6	0
		<b>МАСЛО НА БУТЕРБРОД</b>	<b>5</b>		<b>3,9</b>	<b>0,1</b>	<b>29,8</b>	<b>0</b>
		МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5 / 5	0	3,9	0,1	29,8	0
		<b>СЫР</b>	<b>8</b>	<b>1,8</b>	<b>3,3</b>		<b>25,6</b>	<b>0</b>
		СЫР ТВЕРДЫЙ НЕ МЕНЕЕ 45% ЖИР. В АССОРТ.	8 / 7,7	1,8	3,3	0	25,6	0
				<b>12,7</b>	<b>18,3</b>	<b>44,2</b>	<b>373,8</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
		<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,2</b>	<b>41,4</b>	<b>0,8</b>
		СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	100 / 100	0,5	0,1	9,2	41,4	0,8
				<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,2</b>	<b>41,4</b>	<b>2,2</b>
<b>Обед</b>								
		<b>СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б</b>	<b>150</b>	<b>7,0</b>	<b>7,2</b>	<b>12,7</b>	<b>137,4</b>	<b>6,8</b>
		СВЕКЛА	75 / 60	0,9	0,1	4,8	22,7	2,4
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 1	0	0,9	0	8,1	0
		КАРТОФЕЛЬ	48 / 36	0,7	0,1	5,6	24,9	2,9
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МОРКОВЬ КРАСНАЯ	10 / 8	0,1	0	0,5	2,5	0,2
		МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1 / 1	0	0,8	0	5,9	0
		СОЛЬ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		ТОМАТНАЯ ПАСТА	2 / 2	0,1	0	0,4	1,8	0,4
		ЧЕСНОК	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9 / 9	0,2	1,3	0,3	13,0	0
		БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30 / 26,7	4,8	4	0	52,8	0,2
		УКРОП	1 / 0,74	0	0	0	0,3	0,3
		<b>КОТЛЕТА КУРИНАЯ</b>	<b>60</b>	<b>9,1</b>	<b>9,4</b>	<b>6,4</b>	<b>140,8</b>	<b>0,7</b>
		БАТОН "НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ	10 / 10	0,8	0,4	4,9	25,2	0
		МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20 / 20	0,6	0,5	0,9	10,8	0,1
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44 / 49 / 39,6	7	6	0	78,4	0,3
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт. / 5	0,6	0,6	0	7,1	0

	<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>	<b>110</b>	<b>3,1</b>	<b>3,3</b>	<b>19,3</b>	<b>113,4</b>	<b>0</b>
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	30 / 30	3,1	0,4	19,3	91,3	0
	МАСЛО КОРОВЬЕ 62,5 % ЖИРНОСТИ	3,7 / 3,7	0	2,9	0	22,1	0
	<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b>	<b>20</b>	<b>0,3</b>	<b>1,1</b>	<b>2,1</b>	<b>19,5</b>	<b>0,4</b>
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2 / 1,2	0	1,1	0	9,7	0
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	0,8 / 0,8	0,1	0	0,5	2,4	0
	МОРКОВЬ КРАСНАЯ	1,6 / 1,3	0	0	0,1	0,5	0
	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,4 / 0,3	0	0	0	0,1	0
	ТОМАТНАЯ ПАСТА	2 / 2	0,1	0	0,4	1,8	0,4
	СОЛЬ	0,4 / 0,4	0	0	0	0,0	0
	САХАР ПЕСОК	0,4 / 0,4	0	0	0,4	1,4	0
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,2 / 1,2	0,1	0	0,7	3,6	0
	<b>КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА</b>	<b>150</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>10,3</b>	<b>48,1</b>	<b>36</b>
	ШИПОВНИК СУХОЙ	9 / 9	0,3	0,1	3,9	23,0	39,6
	САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>40</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>15,5</b>	<b>73,4</b>	<b>0</b>
	ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	40 / 40	2,5	0,4	15,5	73,4	0
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>42,7</b>	<b>0</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
	<b>САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА</b>	<b>40</b>	<b>0,5</b>	<b>4,1</b>	<b>3,0</b>	<b>50,8</b>	<b>3,6</b>
	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	42,9 / 36	0,5	0,1	3	14,8	3,6
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4 / 4	0	4	0	36,0	0
			<b>24,2</b>	<b>25,7</b>	<b>78,4</b>	<b>626,1</b>	<b>49,7</b>

### Полдник

	<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОД.ЭКСТР.</b>	<b>150</b>			<b>10,8</b>	<b>43,0</b>	<b>0</b>
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5 / 139,5	0	0	0	0,0	0
	КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	15 / 15	0	0	10,8	43,0	0
	<b>БУЛОЧКА С САХАРОМ</b>	<b>60</b>	<b>6,3</b>	<b>4,1</b>	<b>35,5</b>	<b>199,1</b>	<b>0,1</b>
	САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
	МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20 / 20	0,6	0,5	0,9	10,8	0,1
	МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,2 / 1,2	0	0,9	0	7,1	0
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8 / 1,8	0	1,7	0	14,6	0
	ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт. / 3	0,4	0,3	0	4,2	0
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	50 / 50	5,1	0,7	31,9	150,3	0
	ДРОЖЖИ	1,8 / 1,8	0,2	0	0	1,3	0
	ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
			<b>6,3</b>	<b>4,1</b>	<b>46,3</b>	<b>242,1</b>	<b>49,8</b>

### Ужин 1

	<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧА)</b>	<b>150</b>	<b>4,4</b>	<b>4,9</b>	<b>13,8</b>	<b>117,7</b>	<b>0,6</b>
	МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125 / 125	3,3	3	5,9	67,5	0,6
	КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10 / 9,9	1,1	0,3	5,2	27,5	0
	МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
	САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>42,7</b>	<b>0</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
	<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ</b>	<b>40</b>	<b>0,4</b>	<b>1,9</b>	<b>2,6</b>	<b>28,6</b>	<b>0,6</b>
	МОРКОВЬ КРАСНАЯ	37,7 / 30,2	0,4	0	1,9	9,5	0,6
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
	САХАР ПЕСОК	0,8 / 0,8	0	0	0,7	2,9	0
	<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>	<b>150</b>	<b>0,2</b>		<b>0,4</b>	<b>3,3</b>	<b>0,8</b>
	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8 / 0,8	0,2	0	0,3	1,8	0
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,8 / 43,8	0	0	0	0,0	0
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,5 / 109,5	0	0	0	0,0	0
	ЛИМОН	4,9 / 4,9	0	0	0,1	1,5	0,8
	<b>ШОКОЛАДНАЯ КОНФЕТА</b>	<b>15</b>					<b>0</b>
	КОНФЕТА	15 / 15	0	0	0	0,0	0
			<b>6,4</b>	<b>6,9</b>	<b>25,9</b>	<b>192,3</b>	<b>51,8</b>

Согласовано

Руководитель СПДС

ГБОУ СОШ № 14

/Белоусова Т.В./

**МЕНЮ**

8 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ</b>	<b>200</b>	<b>7,2</b>	<b>8,9</b>	<b>26,3</b>	<b>211,1</b>	<b>0,9</b>
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180 / 180	4,8	4,4	8,5	97,2	0,9
		МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5 / 5	0	3,9	0,1	29,8	0
		ПШЕНО	22 / 22	2,4	0,6	14,1	69,7	0
		<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	<b>180</b>	<b>4,9</b>	<b>4,5</b>	<b>15,9</b>	<b>127,4</b>	<b>0,9</b>
		КАКАО-ПОРОШОК	0,6 / 0,6	0,1	0,1	0,1	1,5	0
		МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180 / 180	4,8	4,4	8,5	97,2	0,9
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		<b>БАТОН</b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,7</b>	<b>71,4</b>	<b>0</b>
		БАТОН ПРОСТОЙ	30 / 30	2,4	0,3	14,7	71,4	0
		<b>МАСЛО НА БУТЕРБРОД</b>	<b>5</b>		<b>3,9</b>	<b>0,1</b>	<b>29,8</b>	<b>0</b>
		МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	5 / 5	0	3,9	0,1	29,8	0
		<b>СЫР</b>	<b>10</b>	<b>2,3</b>	<b>4,0</b>		<b>31,9</b>	<b>0</b>
		СЫР ТВЕРДЫЙ НЕ МЕНЕЕ 45% ЖИР. В АССОРТ.	10 / 9,6	2,3	4	0	31,9	0
				<b>16,8</b>	<b>21,6</b>	<b>57,0</b>	<b>471,6</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
		<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b>	<b>109</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>45,1</b>	<b>0,9</b>
		СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	109 / 109	0,5	0,1	10	45,1	0,9
				<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>45,1</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>								
		<b>СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б</b>	<b>200</b>	<b>9,3</b>	<b>10,9</b>	<b>16,6</b>	<b>189,9</b>	<b>8,4</b>
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,33 / 1,33	0	1,2	0	10,8	0
		КАРТОФЕЛЬ	64 / 48	1	0,2	7,6	33,3	3,8
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,33 / 11,2	0,2	0	0,8	4,1	0,4
		МОРКОВЬ КРАСНАЯ	18,75 / 15	0,2	0	0,9	4,8	0,3
		МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3 / 3	0	2,4	0	17,8	0
		СВЕКЛА	100 / 80	1,1	0,1	6,4	30,2	3,2
		СОЛЬ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		ЧЕСНОК	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11 / 11	0,3	1,6	0,4	15,8	0
		БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	40 / 35,6	6,4	5,4	0	70,5	0,3
		УКРОП	1 / 0,74	0	0	0	0,3	0,3
		<b>КОТЛЕТА КУРИНАЯ</b>	<b>80</b>	<b>10,7</b>	<b>10,7</b>	<b>6,0</b>	<b>156,8</b>	<b>0,7</b>
		БАТОН "НАРЕЗНОЙ" ОБОГАЩЕННЫЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ	10 / 10	0,8	0,4	4,9	25,2	0
		МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10 / 10	0,3	0,2	0,5	5,4	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	56,63 / 50,4	8,9	7,6	0	99,8	0,4
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт. / 5	0,6	0,6	0	7,1	0

	<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>	<b>130</b>	<b>4,7</b>	<b>3,9</b>	<b>28,5</b>	<b>160,1</b>	<b>0</b>
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ	44,2 / 44,2	4,7	0,6	28,4	134,5	0
	МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	4,3 / 4,3	0	3,3	0,1	25,6	0
	<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b>	<b>30</b>	<b>0,4</b>	<b>1,7</b>	<b>3,0</b>	<b>29,4</b>	<b>0,6</b>
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8 / 1,8	0	1,7	0	14,6	0
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,2 / 1,2	0,1	0	0,7	3,6	0
	МОРКОВЬ КРАСНАЯ	2,4 / 1,92	0	0	0,1	0,6	0
	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,6 / 0,5	0	0	0	0,2	0
	ТОМАТНАЯ ПАСТА	3 / 3	0,1	0	0,5	2,8	0,6
	СОЛЬ	0,6 / 0,6	0	0	0	0,0	0
	САХАР ПЕСОК	0,6 / 0,6	0	0	0,5	2,2	0
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,8 / 1,8	0,2	0	1,2	5,4	0
	<b>КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА</b>	<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>12,1</b>	<b>56,8</b>	<b>44</b>
	ШИПОВНИК СУХОЙ	11 / 11	0,4	0,2	4,8	28,1	48,4
	САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>50</b>	<b>3,1</b>	<b>0,4</b>	<b>19,3</b>	<b>91,8</b>	<b>0</b>
	ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	50 / 50	3,1	0,4	19,3	91,8	0
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>25</b>	<b>1,8</b>	<b>0,2</b>	<b>11,4</b>	<b>53,3</b>	<b>0</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	25 / 25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
	<b>САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА</b>	<b>60</b>	<b>0,8</b>	<b>6,1</b>	<b>4,4</b>	<b>76,0</b>	<b>5,4</b>
	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	64,3 / 54	0,8	0,1	4,4	22,1	5,4
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6 / 6	0	6	0	53,9	0
			<b>31,2</b>	<b>34,1</b>	<b>101,3</b>	<b>814,1</b>	<b>61,8</b>
<b>Полдник</b>							
	<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОД.ЭКСТР.</b>	<b>180</b>			<b>13,0</b>	<b>51,6</b>	<b>0</b>
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4 / 167,4	0	0	0	0,0	0
	КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18 / 18	0	0	13	51,6	0
	<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ</b>	<b>70</b>	<b>6,9</b>	<b>4,7</b>	<b>39,2</b>	<b>221,7</b>	<b>0,1</b>
	САХАР ПЕСОК	3,5 / 3,5	0	0	3,2	12,6	0
	МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23,3 / 23,3	0,6	0,5	1,1	12,6	0,1
	МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,4 / 1,4	0	1,1	0	8,4	0
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1 / 2,1	0	2	0	17,0	0
	ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт. / 3,5	0,4	0,4	0	5,0	0
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	54,8 / 54,8	5,6	0,7	34,9	164,7	0
	ДРОЖЖИ	2,1 / 2,1	0,3	0	0	1,4	0
	ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
			<b>6,9</b>	<b>4,7</b>	<b>52,2</b>	<b>273,3</b>	<b>61,9</b>
<b>Ужин 1</b>							
	<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧА)</b>	<b>200</b>	<b>4,4</b>	<b>4,9</b>	<b>14,7</b>	<b>121,3</b>	<b>0,6</b>
	МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125 / 125	3,3	3	5,9	67,5	0,6
	КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	10 / 9,9	1,1	0,3	5,2	27,5	0
	МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
	САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>25</b>	<b>1,8</b>	<b>0,2</b>	<b>11,4</b>	<b>53,3</b>	<b>0</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	25 / 25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
	<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ</b>	<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>2,8</b>	<b>3,9</b>	<b>42,8</b>	<b>0,9</b>
	МОРКОВЬ КРАСНАЯ	56,6 / 45,28	0,6	0	2,8	14,2	0,9
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3 / 3	0	2,8	0	24,3	0
	САХАР ПЕСОК	1,2 / 1,2	0	0	1,1	4,3	0
	<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>	<b>180</b>	<b>0,3</b>		<b>0,7</b>	<b>4,4</b>	<b>1</b>
	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1 / 1,1	0,2	0	0,5	2,4	0
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,4 / 58,4	0	0	0	0,0	0
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9 / 145,9	0	0	0	0,0	0
	ЛИМОН	6,5 / 6,5	0,1	0	0,2	2,0	1
	<b>ШОКОЛАДНАЯ КОНФЕТА</b>	<b>20</b>					<b>0</b>
	КОНФЕТА	20 / 20	0	0	0	0,0	0
			<b>7,1</b>	<b>7,9</b>	<b>30,7</b>	<b>221,8</b>	<b>64,4</b>