

Согласовано

Руководитель СПДС

ГБОУ СОШ № 14

/Белоусова Т.В./

# МЕНЮ

18 августа 2022 г.

## Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ</b>	<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>9,0</b>	<b>23,7</b>	<b>202,4</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
		КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	22 / 22	2,7	0,7	11,5	61,0	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>ЯБЛОКО</b>	<b>140</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>13,7</b>	<b>65,8</b>	<b>14</b>
		ЯБЛОКИ	159 / 140	0,6	0,6	13,7	65,8	22,4
				<b>17,7</b>	<b>22,3</b>	<b>68,1</b>	<b>528,7</b>	<b>15,8</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>16,7</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	80 / 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	20 / 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	106,67 / 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>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,7</b>	<b>10,1</b>	<b>2,3</b>	<b>102,5</b>	<b>9</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	96,8 / 90	0,7	0,1	2,3	12,6	9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10 / 10	0	10	0	89,9	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>30,7</b>	<b>36,4</b>	<b>96,2</b>	<b>811,2</b>	<b>78,8</b>
<b>Полдник</b>						
<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ</b>	<b>60</b>	<b>5,8</b>	<b>2,1</b>	<b>32,5</b>	<b>167,8</b>	<b>0,1</b>
САХАР ПЕСОК	2 / 2	0	0	1,8	7,2	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16 / 16	0,5	0,4	0,8	8,6	0,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,2 / 1,2	0	0,9	0	7,1	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт. / 2	0,3	0,2	0	2,8	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	47 / 47	4,8	0,6	29,9	141,3	0
ДРОЖЖИ	1,2 / 1,2	0,2	0	0	0,8	0
ВАНИЛИН	0,4 / 0,4	0	0	0	0,0	0
<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОД.ЭКСТР.</b>	<b>180</b>			<b>14,5</b>	<b>57,3</b>	<b>0</b>
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	20 / 20	0	0	14,5	57,3	0
		<b>5,8</b>	<b>2,1</b>	<b>47,0</b>	<b>225,1</b>	<b>78,9</b>
<b>Ужин 1</b>						
<b>ПУДИНГ ТВОРОЖНО-ЯБЛОЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ</b>	<b>130/20</b>	<b>19,4</b>	<b>15,8</b>	<b>27,2</b>	<b>320,7</b>	<b>3</b>
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	97,5 / 97,5	16,9	8,3	2,6	148,3	0,2
СОЛЬ	0,9 / 0,9	0	0	0	0,0	0
ЯБЛОКИ	70 / 61,6	0,2	0,2	5,5	26,1	4
САХАР ПЕСОК	5 / 5	0	0	4,8	18,0	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт. / 6,5	0,8	0,7	0	9,2	0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,9 / 3,9	0	3	0,1	23,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6 / 2,6	0	2,4	0	21,1	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50 / 50	1,4	1,2	2,4	27,0	0,3
ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
ПОВИДЛО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	20 / 20	0,1	0	12	47,8	0
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b>	<b>180</b>	<b>0,3</b>		<b>8,0</b>	<b>33,1</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
САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
ЛИМОН	6,5 / 6,5	0,1	0	0,2	2,0	1
<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	60,37 / 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>22,1</b>	<b>18,8</b>	<b>50,5</b>	<b>449,9</b>	<b>83,8</b>

Согласовано

Руководитель СПДС

ГБОУ СОШ № 14

Белюсова Т.В./

**МЕНЮ**

18 августа 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ</b>	<b>150</b>	<b>5,9</b>	<b>7,8</b>	<b>19,3</b>	<b>166,2</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
		КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20 / 20	2,4	0,7	10,4	55,4	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>ЯБЛОКО</b>	<b>130</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,7</b>	<b>61,1</b>	<b>13</b>
		ЯБЛОКИ	147,7 / 130	0,5	0,5	12,7	61,1	20,8
				<b>13,4</b>	<b>19,0</b>	<b>54,5</b>	<b>426,9</b>	<b>14,4</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>15,2</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	80 / 60	0,9	0,1	4,8	22,7	2,4
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 1	0	0,9	0	8,1	0
		КАРТОФЕЛЬ	60 / 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	10,67 / 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	1,8	4	0	52,8	0,2
		УКРОП	1 / 0,74	0	0	0	0,3	0,3
		<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 82,5 % ЖИРНОСТИ	3,7 / 3,7	0	2,9	0	22,1	0
		<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>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,7</b>	<b>10,1</b>	<b>2,3</b>	<b>102,5</b>	<b>9</b>
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	96,8 / 90	0,7	0,1	2,3	12,6	9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10 / 10	0	10	0	89,9	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>24,1</b>	<b>30,6</b>	<b>75,6</b>	<b>658,3</b>	<b>67,7</b>

### Полдник

<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ</b>	<b>60</b>	<b>3,0</b>	<b>1,9</b>	<b>15,9</b>	<b>90,2</b>	<b>0,1</b>
САХАР ПЕСОК	2,1 / 2,1	0	0	1,9	7,6	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	16,7 / 16,7	0,5	0,4	0,8	9,0	0,1
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	1,3 / 1,3	0	1	0	7,7	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт. / 2,1	0,3	0,2	0	3,0	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,8 / 20,8	2,1	0,3	13,2	62,6	0
ДРОЖЖИ	0,4 / 0,4	0,1	0	0	0,3	0
ВАНИЛИН	0,4 / 0,4	0	0	0	0,0	0
<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>3,0</b>	<b>1,9</b>	<b>26,7</b>	<b>133,2</b>	<b>67,8</b>

### Ужин 1

<b>ПУДИНГ ТВОРОЖНОЯБЛОЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ</b>	<b>110/10</b>	<b>14,9</b>	<b>12,5</b>	<b>19,3</b>	<b>241,0</b>	<b>2,5</b>
ТВОРОГ ПОЛУЖИРНЫЙ 9,0% ЖИРНОСТИ	75 / 75	13	6,4	2,1	114,1	0,2
СОЛЬ	0,7 / 0,7	0	0	0	0,0	0
ЯБЛОКИ	60 / 52,8	0,2	0,2	4,7	22,3	3,4
САХАР ПЕСОК	5 / 5	0	0	4,6	18,0	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт. / 5	0,6	0,6	0	7,1	0
МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ	3 / 3	0	2,4	0	17,8	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
ПОВИДЛО СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	10 / 10	0	0	6	23,9	0
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b>	<b>150</b>	<b>0,2</b>		<b>6,8</b>	<b>28,4</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
САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
ЛИМОН	4,9 / 4,9	0	0	0,1	1,5	0,8
<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>50</b>	<b>0,5</b>	<b>2,4</b>	<b>3,3</b>	<b>35,8</b>	<b>0,8</b>
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	50,27 / 37,7	0,5	0	2,4	11,9	0,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5 / 2,5	0	2,4	0	20,3	0
САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	0,9	3,6	0
		<b>17,0</b>	<b>15,0</b>	<b>38,5</b>	<b>347,9</b>	<b>71,9</b>