

МЕНЮ

28 июля 2022 г.

Ясли 12 часов

| Сбор- ные рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мины С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--|-------------|-------------------|-------------|------------------|--|------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 5,9 | 7,8 | 19,3 | 166,2 | 0,7 |
| | | 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 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 3,6 | 3,3 | 12,6 | 96,6 | 0,7 |
| | | 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 |
| | | БАТОН | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 47,6 | 0 |
| | | БАТОН ПРОСТОЙ | 20 / 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 47,6 | 0 |
| | | МАСЛО НА БУТЕРБРОД | 5 | | 3,9 | 0,1 | 29,8 | 0 |
| | | МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ | 5 / 5 | 0 | 3,9 | 0,1 | 29,8 | 0 |
| | | СЫР | 8 | 1,8 | 3,3 | | 25,6 | 0 |
| | | СЫР ТВЕРДЫЙ НЕ МЕНЕЕ 45% ЖИР. В АССОРТ. | 8 / 7,7 | 1,8 | 3,3 | 0 | 25,6 | 0 |
| | | ЯБЛОКО | 130 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 61,1 | 13 |
| | | ЯБЛОКИ | 147,7 / 130 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 61,1 | 20,8 |
| | | | | 13,4 | 19,0 | 54,5 | 426,9 | 14,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,2 | 41,4 | 0,8 |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ | 100 / 100 | 0,5 | 0,1 | 9,2 | 41,4 | 0,8 |
| | | | | 0,5 | 0,1 | 9,2 | 41,4 | 15,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б | 150 | 7,0 | 7,2 | 12,7 | 137,4 | 6,8 |
| | | 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 | 4,8 | 4 | 0 | 52,8 | 0,2 |
| | | УКРОП | 1 / 0,74 | 0 | 0 | 0 | 0,3 | 0,3 |
| | | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 60 | 13,1 | 12,7 | 3,1 | 172,5 | 1,7 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 / 8,4 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,1 | 0,3 |
| | | БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 80 / 71,2 | 12,6 | 10,8 | 0 | 140,9 | 0,6 |
| | | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ | 2 / 2 | 0,2 | 0 | 1,3 | 6,0 | 0 |
| | | ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3 / 3 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,8 | 0,6 |

| | | | | | | |
|---|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2/2 | 0 | 1,9 | 0 | 16,2 | 0 |
| МОРКОВЬ КРАСНАЯ | 15/11,25 | 0,1 | 0 | 0,7 | 5,5 | 0,2 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ СТЕАРИНЫЕ | 110 | 2,1 | 2,3 | 19,3 | 110,4 | 0 |
| МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ | 20/20 | 2,1 | 2,4 | 19,3 | 110,4 | 0 |
| МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5% ЖИРНОСТИ | 27/27 | 0 | 0 | 0 | 21,7 | 0 |
| КОМПЛЕТ ИЗ ШПИГОВЫХ | 150 | 0,2 | 0,1 | 19,3 | 40,1 | 0,8 |
| ШПИГОВЫЙ КОМ | 10/10 | 0,2 | 0,1 | 19,3 | 20,1 | 0,8 |
| САХАР ПЕСОК | 7/7 | 0 | 0 | 6,4 | 20,1 | 0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,0 | 0,4 | 19,3 | 72,4 | 0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 40/40 | 2,0 | 0,4 | 19,3 | 72,4 | 0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 20/20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 50 | 0,5 | 2,4 | 3,3 | 35,8 | 0,8 |
| 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 |
| | | 27,9 | 27,9 | 72,9 | 682,3 | 16,3 |
| Полдник | | | | | | |
| ЕЛЮЧКА ДОМАШНЯЯ | 60 | 2,1 | 1,9 | 19,3 | 90,2 | 0,1 |
| САХАР ПЕСОК | 2,1/2,1 | 0 | 0 | 19,3 | 7,9 | 0 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | 16,7/16,7 | 0,5 | 0,4 | 0,9 | 9,3 | 0,1 |
| МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5% ЖИРНОСТИ | 1,3/1,3 | 0 | 0 | 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 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОД.ЭКСТР. | 150 | | | 10,8 | 43,0 | 0 |
| 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 |
| | | 3,0 | 1,9 | 26,7 | 133,2 | 63,4 |
| Ужин 1 | | | | | | |
| ПУДИНГ ТВОРОЖНОЯБЛОЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ | 110/10 | 14,9 | 12,5 | 19,3 | 241,0 | 2,5 |
| 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 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 | | 6,8 | 28,4 | 0,8 |
| 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 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 20/20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 50 | 0,5 | 2,4 | 3,3 | 35,8 | 0,8 |
| 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 |
| | | 17,0 | 15,0 | 38,5 | 347,9 | 67,5 |

Согласовано

У.О. Руководитель СПДС

ГБОУ СОШ № 14

*В.О. [Подпись] / [Подпись] ОК/***МЕНЮ**

28 июля 2022 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|--------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 7,5 | 9,0 | 23,7 | 202,4 | 0,9 |
| | | 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 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,9 | 4,5 | 15,9 | 127,4 | 0,9 |
| | | 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 |
| | | БАТОН | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 | 0 |
| | | БАТОН ПРОСТОЙ | 30 / 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 | 0 |
| | | МАСЛО НА БУТЕРБРОД | 5 | | 3,9 | 0,1 | 29,8 | 0 |
| | | МАСЛО КОРОВЬЕ 82,5 % ЖИРНОСТИ | 5 / 5 | 0 | 3,9 | 0,1 | 29,8 | 0 |
| | | СЫР | 10 | 2,3 | 4,0 | | 31,9 | 0 |
| | | СЫР ТВЕРДЫЙ НЕ МЕНЕЕ 45% ЖИР. В АССОРТ. | 10 / 9,6 | 2,3 | 4 | 0 | 31,9 | 0 |
| | | ЯБЛОКО | 140 | 0,6 | 0,6 | 13,7 | 65,8 | 14 |
| | | ЯБЛОКИ | 159 / 140 | 0,6 | 0,6 | 13,7 | 65,8 | 22,4 |
| | | | | 17,7 | 22,3 | 68,1 | 528,7 | 15,8 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ | 109 | 0,5 | 0,1 | 10,0 | 45,1 | 0,9 |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ | 109 / 109 | 0,5 | 0,1 | 10 | 45,1 | 0,9 |
| | | | | 0,5 | 0,1 | 10,0 | 45,1 | 16,7 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б | 200 | 9,3 | 10,9 | 16,6 | 189,9 | 8,4 |
| | | 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 |
| | | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 70 | 15,0 | 14,3 | 3,9 | 196,4 | 2 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 11,7 / 9,8 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,6 | 0,4 |
| | | БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 90 / 80,1 | 14,3 | 12,1 | 0 | 158,6 | 0,6 |
| | | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ | 2,3 / 2,3 | 0,2 | 0 | 1,5 | 6,9 | 0 |
| | | ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3,5 / 3,5 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 | 0,6 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,3 / 2,3 | 0 | 2,2 | 0 | 18,6 | 0 |
| | | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | 23,3 / 17,48 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,5 | 0,4 |

| | | | | | | | |
|----------------|---|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,7 | 3,9 | 28,5 | 160,1 | 0 |
| | 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 |
| | КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 12,1 | 56,8 | 44 |
| | 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 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,1 | 0,4 | 19,3 | 91,8 | 0 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 50 / 50 | 3,1 | 0,4 | 19,3 | 91,8 | 0 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,8 | 0,2 | 11,4 | 53,3 | 0 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 25 / 25 | 1,8 | 0,2 | 11,4 | 53,3 | 0 |
| | САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА | 60 | 0,8 | 6,1 | 4,4 | 76,0 | 5,4 |
| | 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 |
| | | | 35,1 | 36,0 | 96,2 | 824,3 | 76,5 |
| Полдник | | | | | | | |
| | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60 | 5,8 | 2,1 | 32,5 | 167,8 | 0,1 |
| | 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 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОД.ЭКСТР. | 180 | | | 14,5 | 57,3 | 0 |
| | КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 20 / 20 | 0 | 0 | 14,5 | 57,3 | 0 |
| | | | 5,8 | 2,1 | 47,0 | 225,1 | 76,6 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| | ПУДИНГ ТВОРОЖНОЯБЛОЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ | 130/20 | 19,4 | 15,8 | 27,2 | 320,7 | 3 |
| | 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 | 4,6 | 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 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,3 | | 8,0 | 33,1 | 1 |
| | 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 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,8 | 0,2 | 11,4 | 53,3 | 0 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 25 / 25 | 1,8 | 0,2 | 11,4 | 53,3 | 0 |
| | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | 0,6 | 2,8 | 3,9 | 42,8 | 0,9 |
| | 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 |
| | | | 22,1 | 18,8 | 50,5 | 449,9 | 81,5 |