



СОГЛАСОВАНО

Директор

/ *С.С. Полякина* И.И.

25 августа

2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор АУ "Комбинат питания"

М.В. Дудукина

25 августа

2026 г.

Примерное 10-ти дневное меню для школьного питания обучающихся

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда / Суммарный объем блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Вес блюда / Суммарный объем блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	(ккал)		Б	Ж	У	(ккал)
			1- 4 классы				5-11 классы				
ЗАВТРАК											
54-4г	Каша гречневая распечатая	150	8,3	6,3	36	233,7	180	9,96	7,56	43,2	280,44
260	Гуляш из филе птицы	85	14	16,14	13,45	258,54	110	17,5	20,18	16,81	323
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	200	0,2	0	6,5	26,8
	Хлеб пшеничный	30	3,20	0,50	16,80	84,80	30	3,20	0,50	16,80	84,80
	Выпечка в упаковке	65	3,60	9,60	39,00	204,00					
	Сок фруктовый в потребительской упаковке						200	1,00	0,00	24,40	102,00
	ИТОГО:	530,00	29,30	32,54	111,75	807,84	720,00	31,86	28,24	107,71	817,84
ОБЕД											
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7	100	2,66	10,1	10,3	142,83
54-12с	Суп с рисом и рыбными консервами						250	9,90	4,80	15,55	144,60
54-12с	Суп с рисом	220	1,78	2,42	13,68	83,40					
54-6м	Биточки с соусом	140	13,7	14,28	20,67	265,53	150	14,75	15,3	22,15	284,5
54-1г	Макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	180	6,48	5,88	39,36	236,16
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	830,00	27,06	28,42	122,67	841,43	940,00	38,37	34,80	136,68	1018,09
ОБЕД 2 ВАРИАНТ											
54-7з	Салат из белокочанной капусты						100	2,66	10,1	10,3	142,83
54-12с	Суп с рисом и рыбными консервами						250	9,90	4,80	15,55	144,60
54-6м	Биточки с соусом						150	14,75	15,3	22,15	284,5
54-6г	Рис отварной						180	4,44	5,76	43,8	244,2
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов						200	0,5	0	19,8	81
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:						940,00	36,33	36,68	141,12	1026,13
ПОЛДНИК											
	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6					
	Пряники	100	5,6	5	76,3	362					
	ИТОГО:	300	6,6	5	100,7	463,6					
День второй (вторник 1)											
ЗАВТРАК											
	Бутерброд с сыром	35/20					35/30				
	Биток фаршированный	35	2,60	1,01	17,80	92,40	35	2,60	1,01	17,80	92,40
	Сыр	20	6,02	7,40	0,07	90,80	30	7,52	9,25	0,09	113,50

54-25.1к	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	158	6,00	11,20	45,00	305,00	180	7,10	13,30	69,20	362,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	1,00	0,00	24,40	102,00					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60	200	0,1	0,02	15	60
	Йогурт молочный в потребительской упаковке	100	2,70	0,10	16,00	75,00	100	2,70	0,10	16,00	75,00
	ИТОГО:	713,00	18,42	19,73	118,27	725,20	542,00	20,02	23,68	118,09	702,90
	ОБЕД										
54-15з	Икра свекольная	60	1,38	4,08	9,24	79,2	100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной и говядиной						280	12,2	13,6	13,2	216
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	254	2,03	6,15	6,6	90,1					
54-5м	Котлета из птицы с маслом	105	16,2	20	7,8	271	105	16,2	20	7,8	271
54-11г	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,44	137,30	180	3,67	5,76	24,53	164,76
360	Кисель	200	0,1	0	32	128,3	200	0,1	0	32	128,3
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	829	26,85	35,75	105,6	834,9	925	38,55	46,88	122,45	1041,06
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ										
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной и говядиной						285	12,2	13,6	13,2	216
54-5м	Котлета из птицы с маслом						105	16,2	20	7,8	271
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,43	5,90	26,48	173,52
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:						930	41,31	47,02	124,4	1049,82
	ПОЛДНИК										
	Вафли	100	5,5	6,5	34,9	211					
54-21гн	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190					
	ИТОГО:	300	10,4	11,5	67,4	401					
	День третий (среда 1)										
	ЗАВТРАК										
54-6к	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	160	6,5	9,3	34,5	248	180	7,3	10,5	38,8	279
54-1т	Запеканка из творога с сгущенным молоком	145	21	22,3	33	423	169	29,3	12,45	36,45	376,4
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,8	200	3,58	2,68	28,34	151,8
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	Пряники	65	3,4	3	45,8	217					
	ИТОГО:	579,00	37,68	37,78	158,44	1124,60	579,00	43,38	26,13	120,39	892,00
	ОБЕД										
54-16з	Винегрет овощной	60	0,84	1,56	5,16	37,80	100	1,40	2,60	8,60	63,00
54-5с	Суп картофельный с рисом	250	2,20	6,30	13,50	120,00					
54-5с	Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками						283	9,28	6,67	27,9	182,7
54-1р	Котлета из трески с маслом	105	13,15	14,5	11,55	228,5	105	13,15	14,5	11,55	228,5
54-21гн	Гороховое пюре	150	12,99	6,53	33,36	242,86	180	15,58	7,83	40,03	291,43
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60	200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	825,00	33,36	29,63	108,09	818,16	928,00	43,59	32,34	132,60	954,63
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ										
54-16з	Винегрет овощной						100	1,40	2,60	8,60	63,00

54-5с	Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками						282	9,28	6,67	27,9	182,7
54-1р	Котлета из трески с маслом						105	13,15	14,5	11,55	228,5
54-8г	Капуста тушеная						180	3,60	6,48	19,08	149,40
54-2гн	Чай с сахаром						200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:						927,00	31,61	30,99	111,65	812,60
	ПОЛДНИК										
	Печенье	50	3,5	9	33,5	230					
	Йогурт молочный в потребительской упаковке	100	2,70	0,10	16,00	75,00					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60					
	ИТОГО:	350,00	6,3	9,12	64,5	365					
	День четвертый (четверг 1)										
	ЗАВТРАК										
54-1г	Макаронные изделия отварные	150	5,46	5,49	30,46	195,71	180	6,55	6,59	36,55	234,85
208	Кнели из кур с рисом и соусом	100	12,78	14,51	5,91	205,32	100	12,78	14,51	5,91	205,32
54-3гн	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	200	4,9	5	32,5	190
	Фрукт	182	0,80	0,60	24,00	114,00	100	0,40	0,30	12,00	57,00
	Хлеб пшеничный	30	3,20	0,50	16,80	84,80	30	3,20	0,50	16,80	84,80
	ИТОГО:	662	27,14	26,10	109,67	789,83	610	27,83	26,90	103,76	771,97
	ОБЕД										
47	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3	6,6	57	100	1,6	5	110	95
54-2с	Борщ со сметаной	255	2,13	5,3	12,1	112,8					
54-2с	Борщ со сметаной и птицей						285	13,4	15,4	16,4	255
54-6г	Рис отварной	150	3,77	6,11	7,45	235,65	180	4,52	7,33	8,94	282,78
54-2м	Гуляш из говядины	90	13,86	5,76	3,33	120,60	100	15,40	6,40	3,70	134,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,82	87,6	200	0,08	0	21,82	87,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	815	24,88	20,89	80,82	742,65	925	39,08	34,85	190,38	983,38
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ										
47	Салат из квашеной капусты						100	1,6	5	110	95
54-2с	Борщ со сметаной и птицей						280	13,4	15,4	16,4	255
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая						180	7,60	6,50	34,30	225,00
54-2м	Гуляш из говядины						100	15,40	6,40	3,70	134,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов						200	0,08	0	21,82	87,6
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:						945	42,16	34,02	215,74	925,6
	ПОЛДНИК										
	Сок фруктовый	200	0	0	24,4	101					
	Печенье	100	7	18	67	460					
	ИТОГО:	300	7	18	91,4	561					
	День пятый (пятница 1)										
	ЗАВТРАК										
54-6м	Биточки с соусом	100	14,75	15,3	22,15	284,5	100	14,75	15,3	22,15	284,5
54-6г	Рис отварной	150	3,77	6,11	7,45	235,65	180	4,52	7,33	8,94	282,78

54-3ГН	Чай с сахаром и лимоном	206	0,20	0,00	16,00	65,00	207	0,20	0,00	16,00	65,00
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	Печенье	40	3,5	9	33,5	180	15	1,31	3,4	12,6	67,5
	ИТОГО:	526,00	25,42	30,91	95,90	849,95	550,00	23,98	26,53	76,49	784,58
	ОБЕД										
54-13з	Икра свекольная	60	1,38	4,08	9,24	79,2	100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-8с	Суп с горохом гречками	270	14	11,3	23,4	253					
54-8с	Суп с горохом с птицей и гречками						310	15,5	12,46	25,8	280
54-9М	Жаркое по -домашнему	165	16,20	7,60	19,80	210,00	200	19,60	9,20	24,00	238,00
	Сок фруктовый	200	0	0	24,4	101	200	0	0	24,4	101
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	755,00	35,66	23,70	106,36	772,20	870,00	41,48	29,18	119,12	880,00
	ПОЛДНИК										
	Бутерброд с сыром	35 /25									
	Батон Нарезной	35	2,60	1,01	17,80	92,40					
	Сыр	25	5,8	7,4	0	91					
	вафли	50	2,8	3,3	17,5	105,5					
54-2ГН	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60					
	ИТОГО:	310	11,30	11,73	50,30	348,90					
	День шестой (понедельник 2)										
	ЗАВТРАК										
54-1М	Плов из птицы	200	15,40	9,00	33,13	275,00	230	16,89	9,87	36,45	302,67
	Йогурт молочный в потребительской упаковке	100	2,70	0,10	16,00	75,00					
	Сок фруктовый в потребительской упаковке						200	1,00	0,00	24,40	102,00
54-2ГН	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60	200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	Вафли	25	1,65	1,95	10,50	63,30	35	3,68	2,70	14,70	88,60
	ИТОГО:	555,00	23,05	11,57	91,43	558,10	695,00	24,87	13,09	107,35	638,07
	ОБЕД										
54-13з	Икра свекольная	60	1,38	4,08	9,24	79,2	100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-3с	Рассольник ленинградский	250	2,4	6,4	16,5	133,3					
54-3с	Рассольник ленинградский с птицей						290	9,3	7,4	22,6	195
54-1М	Бефстроганов из отварной говядины	94	13,8	3,6	3,78	102,6	100	15,30	4,00	4,20	114,00
54-1Г	Макаронные изделия отварные	150	5,46	5,49	30,46	195,71	180	6,55	6,59	36,55	234,85
54-2ГН	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60	200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	814,00	27,22	20,31	104,50	699,81	930,00	37,63	25,53	123,27	864,85
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ										
54-13з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-3с	Рассольник ленинградский с птицей						290	9,3	7,4	22,6	195
54-1М	Бефстроганов из отварной говядины						100	15,30	4,00	4,20	114,00
54-21Г	Гороховое пюре						180	11,20	1,10	28,80	162,00
54-2ГН	Чай с сахаром						200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00

	ИТОГО:						930,00	42,28	20,04	115,52	792,00
	ПОЛДНИК										
	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6					
	Пряники	100	5,6	5	76,3	362					
	ИТОГО:	300	6,6	5	100,7	463,6					
	День седьмой (вторник 2)										
	ЗАВТРАК										
54-22к	Каша молочная "Геркулес" с маслом	150	7,70	13,50	41,30	318,00	180	8,66	15,19	46,46	357,75
54-1ю	Омлет натуральный с маслом	85	7,2	10,2	2,52	127,5	111	9,4	13,3	2,44	166,5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60	200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	Кекс	55	2,8	7,2	26,8	184	55	2,8	7,2	26,8	184
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0,8	0,6	10,3	94					
	ИТОГО:	720,00	21,80	32,02	112,72	868,30	576,00	24,16	36,21	107,50	853,05
	ОБЕД										
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	0,74	2,3	6,98	49,02	100	1,4	4,6	10,3	88
54-8с	Суп с горохом с говядиной и гречками	282	17,7	14,4	20,58	272	311	19,60	15,90	22,70	300,00
208	Кнели из кур с рисом и соусом	100	12,78	14,51	5,91	205,32	100	12,78	14,51	5,91	205,32
54-11г	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,44	137,30	180	3,67	5,76	24,53	164,76
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,82	87,6	200	0,08	0	21,82	87,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	852,00	38,44	36,73	105,25	880,24	951,00	41,61	41,49	114,78	974,68
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ										
54-7з	Салат из белокочанной капусты						100	1,4	4,6	10,3	88
54-8с	Суп с горохом с говядиной и гречками						312	19,60	15,90	22,70	300,00
208	Кнели из кур с рисом и соусом						100	12,78	14,51	5,91	205,32
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая						180	7,60	6,50	34,30	225,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов						200	0,08	0	21,82	87,6
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:						952,00	45,54	42,23	124,55	1034,92
	ПОЛДНИК										
54-21гн	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190					
	вафли	100	5,5	6,5	34,9	211					
	ИТОГО:	300	10,4	11,5	67,4	401					
	День восьмой (среда 2)										
	ЗАВТРАК										
54-1г	Макаронные изделия отварные	150	5,46	5,49	30,46	195,71	180	6,55	6,59	36,55	234,85
290/331	Голень птицы тушенное с соусом сметанным	150	28,50	21,00	24,88	409,10	150	16,75	23,78	24,88	409,10
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,6	2,7	28,3	152	200	3,6	2,7	28,3	152
	Вафли	30	1,65	1,95	10,50	63,30					
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	ИТОГО:	560,00	42,41	31,64	110,94	904,91	560,00	30,10	33,57	106,53	880,75
	ОБЕД										

54-16з	Винегрет овощной	60	0,84	1,56	5,16	37,80	100	1,40	2,60	8,60	63,00
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,7	22,7	127,5					
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей						295	20,2	13,5	22,7	296
54-6м	Биточки с соусом	140	14,75	15,3	22,15	284,5	150	14,75	15,3	22,15	284,5
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,30	5,40	28,60	187,50	180	7,60	6,50	34,30	225,00
360	Кисель	200	0,1	0	32	128,3	200	0,1	0	32	128,3
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	860	29,22	25,68	140,13	894,6	930	48,13	38,62	149,27	1125,8
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ										
54-16з	Винегрет овощной						100	1,40	2,60	8,60	63,00
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей						300	20,2	13,5	22,7	296
54-6м	Биточки с соусом						150	14,75	15,3	22,15	284,5
54-1г	Макаронные изделия отварные						180	6,55	6,59	36,55	234,85
360	Кисель						200	0,1	0	32	128,3
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:						990	47,08	38,71	151,52	1135,65
	ПОЛДНИК										
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60					
	Йогурт молочный в потребительской упаковке	100	2,70	0,10	16,00	75,00					
	Печенье	50	3,5	9	33,5	180					
	ИТОГО:	350,00	6,3	9,12	64,5	315					
	День девятый (четверг 2)										
	ЗАВТРАК										
54-16к	Каша "Дружба"	160	4,3	9	27	208	180	4,83	10,1	30,38	234
54-1г	Запеканка из творога с сгущенным молоком	144	21	22,3	33	423	140	20,4	21,6	32,08	411
54-2гн	Чай с сахаром и лимоном	207	0,20	0,00	16,00	65,00	207	0,20	0,00	16,00	65,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке						200	1,00	0,00	24,40	102,00
	Кондитерское изделие в потребительской упаковке	30	4,00	4,90	27,20	208,00					
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	ИТОГО:	571,00	32,70	36,70	120,00	988,80	757,00	32,50	45,40	132,10	1112,80
	ОБЕД										
54-15з	Икра свекольная	60	1,44	4,08	6,41	79,2	100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-5с	Суп картофельный с рисом	250	2,20	6,30	13,50	120,00					
54-5с	Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками						278	9	6,4	26,3	176,4
54-8р	Рыба, запеченная в сметанном соусе	95	6,3	10,8	22,5	166	100	7	12	25	184,4
54-11г	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,44	137,30	180	3,67	5,76	24,53	164,76
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60	200	0,1	0,02	15	60
		60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	815	17,18	26,72	107,37	691,5	918	26,15	31,7	135,75	846,56
	ОБЕД 2 ВАРИАНТ										
54-15з	Икра свекольная						100	2,30	6,80	15,40	132,00
54-5с	Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками						285	9,28	6,67	27,9	182,7
54-8р	Рыба, запеченная в сметанном соусе						100	7	12	25	184,4

54-21Г	Гороховое пюре						180	15,58	7,83	40,03	291,43
54-2ГН	Чай с сахаром						200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб ржано-пшеничный						60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:						925	38,34	34,04	152,85	979,53
	ПОЛДНИК										
	Бутерброд с сыром	35 /20									
	Батон Нарезной	35	2,60	1,01	17,80	92,40					
	Сыр	20	4,68	6	0	74,2					
	Печенье	60	4,2	10,8	40	276					
54-2ГН	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60					
	ИТОГО:	315,00	11,58	17,83	72,80	502,60					
	День десятый (пятница 2)										
	ЗАВТРАК										
54-1Г	Макаронные изделия отварные	150	5,46	5,49	30,46	195,71	180	6,55	6,59	36,55	234,85
54-5М	Котлеты рубленные из птицы с соусом сметанным	150	16,75	23,78	24,88	409,1	150	16,75	23,78	24,88	409,1
54-2ГН	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	15	60	200	0,1	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,5	16,8	84,8	30	3,2	0,5	16,8	84,8
	Фрукт	230	0,70	0,90	29,90	115,00	190	0,57	0,74	24,70	95,00
	ИТОГО:	760,00	26,21	30,69	117,04	864,61	750,00	27,17	31,63	117,93	883,75
	ОБЕД										
47	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3	6,6	57	100	1,6	5	110	95
54-2с	Борщ со сметаной и говядиной	267	6,7	9,6	15,3	171	287	8,1	11,1	16,4	197
54-12М	Плов из птицы	180	17,50	20,30	28,70	367,00	180	17,50	20,30	28,70	367,00
	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	200	1	0	24,4	101,6
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	29,52	129,00	60	4,08	0,72	29,52	129,00
	ИТОГО:	767,00	30,24	33,62	104,52	825,60	827,00	32,28	37,12	209,02	889,60
	ПОЛДНИК										
	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6					
	Печенье	100	7	18	67	460					
	ИТОГО:	300	8	18	91,4	561,6					

