

Согласовано

Государственное учреждение
«Отдел образования города Приозерск»
Управления образования
Карелии

Руководитель

Г. Касимова

2025 год

Согласовано

Инициатор, индивидуальный предприниматель

Коймярова А.О.

19.10.2025 г.

Утверждаю

и.о. Директор КТУ

«Общеобразовательная школа №1»

отдела образования города

Приозерск

Карелии

Е.И. Нойбекова

2025 год

ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню блюд для организации питания учащихся начальных классов и
5 – 11 классов из социально-уязвимых слоев населения в общеобразовательных школах
за счет бюджетных средств на 2025-2026 учебный год (лето - осень)

Г. Приозерск

ПЕРСПЕКТИВНОЕ

одноразовое двухнедельное (рекомендуемое) меню для организации питания учащихся начальных и 5-11 классов из социально-уязвимых слоев населения в общеобразовательных школах на 2025 год лето-осень

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г			Нетто, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
	лет	лет	лет			лет	лет	лет	лет	лет	лет
I неделя											
I-й день											
Нарезка из помидоров, огурцов и сыра	60	80	100	помидоры свежие	774,00	30	40	50	25	35	45
				огурцы свежий	489,00	30	40	50	25	35	45
				сыр твердый	5538,00	10	10	10	10	10	10
Плов из птицы	200	220	250	филе курицы	1676,00	85	98	105	70	81	90
				рис	365,00	45	50	55	45	50	55
				масло растительное	791,00	5	5	7	5	45	7
				морковь	169,00	30	34	40	20	20	11
				лук репчатый	160,00	17	20	25	12	17	21
				Йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				каркаде	3460,00	0,1	0,1	0,1	50	50	50
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
Хлеб ржаномышеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржаномышеничный/пшеничный	434,00	30	50	50	30	50	50
2-й день											
Салат витаминный	60	80	100	капуста белокочанная	174,00	40	63	70	35	45	50
				морковь	169,00	21	27	30,0	10	21	21
				яблоки свежие	751,00	21	27	30	15	10	21
				масло растительное	791,00	4,0	4,5	5,0	4,0	4,5	5,0
				Йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				пшеничные мажоры	1440,00	80	90	100	75	85	90
Каша овсяная	70	90	100								

				пшеничный хлеб	426,00	7	12	15,0	7	12	15,0
				яйцо куриное	511,00	5	5	5	5	5	5,0
				лук репчатый	160,00	7	12	15	5	10	12,0
				масло растительное	791,00	2,0	3,0	3,0	2,0	3,0	3,0
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Соус сметанный	20	20	20	сметана	2021,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0
				мука I сорт	159,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0
				масло сливочное	5141,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0
Макароны отварные	130	150	180	макароны	420,00	46	53	63	46	53	63
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				масло сливочное	5141,00	5	5	5	5	5	5
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200	сухофрукты	630,00	20	20	20	20	20	20
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434	30	50	50	30	50	50

3-й день

Куриная грудка с овощами	70	90	100	филе курицы	1676,00	76	80	80	70	75	75
				морковь	169,00	20	23	25	16	19	20
				лук репчатый	160,00	15	18	20	12	15	17
				томатная паста	1345,00	3	3	3	3	3	3
				сладкий перец	800,00	20	23	25	17	19	20
				масло сливочное	5141,00	3	3	0	3	3	3
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Гречка рассыпчатая	130	150	180	гречневая крупа	396,00	54,0	63,0	75,0	54,0	63,0	75,0
				масло сливочное	5141,00	3	5	7	3	5	7
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Какао с молоком	200	200	200	какао-порошок	4600,00	7	7	7	7	7	7
				молоко	417,00	180	180	180	180	180	180
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434	30	50	50	30	50	50

4-й день

Виточки рыбные	70	90	100	филе минтая	2850,00	80	98	105	74	75	98
				лук репчатый	160,00	6	10	10	5	8	10
				сухари панировочные	750,00	13	15	20	13	15	20
				яйцо куриное	511,00	5	5	7	5	5	7
				подпиленная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Супс молочно-томатный	20	20	20	масло растительное	791,00	1	3	1	1	3	1
				молоко	417,00	10	10	10	10	10	10
				мука 1 сорт	159,00	3	3	3	3	3	3
				масло сливочное	5141,00	3	3	3	3	3	3
				томатная паста	2000,00	3	3	3	3	3	3
Картофельно-морковное пюре	130	150	180	картофель	193,00	140	144	150	93	108	111
				морковь	169,00	55	75	90	48	57	63
				молоко	417,00	40	15	25	40	15	25
				масло сливочное	5141,00	8	8	8	8	8	8
				подпиленная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Поджаренная горошек зеленый	20	25	30	горошек зеленый	1000,00	22,0	27,0	32,0	20,0	25,0	30,0
Напиток лимонный	200	200	200	лимон	1488,00	20	20	20	20	20	20
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	сахар	425,00	8	8	8	8	8	8
				Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	434	30	50	50	30	50	50

5-й день

Баранина с маком	200	250	300	говядина мякоть	1440,00	50	65	80	47	58	60
				свекла	239,00	40	50	60	32	40	48
				капусты белокачанная	174,00	30	35	30	16	20	24
				картофель	191,00	21	26	32	16	20	24
				морковь	169,00	10	12	15	8	10	12
				лук репчатый	160,00	9	12	14	8	10	12
				томатная паста	1345,00	6	7	8	6	7	8

Булочка бутербродная с сыром	50	50	50	масло растительное	791,00	3	4	5	5	5	7
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				мука пшеничная высшего сорта	300,00	30	30	30	30	30	30
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	300,00	2	2	2	2	2	2
				сахар	425,00	2	2	2	2	2	2
				масло сливочное	5141,00	1	1	1	1	1	1
				яйцо	511,00	5	5	5	5	5	5
				молоко 2,5%	417,00	9	9	9	9	9	9
				сыр твердый	5538,00	13	13	13	13	13	13
				дрожжи прессованные	5895,00	1	1	1	1	1	1
				соль йодированная	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				ванилин	4320,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03
				яйцо	511,00	1	1	1	1	1	1
Компот из свежих яблок	200	200	200	яблоки свежие	751,00	143	143	143	100	100	100
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный	434,00	30	50	50	30	50	50

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г			Нетто, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
2 неделя											
1-й день											
Поджарка из птицы	70	90	100	филе курицы	1900,00	76	80	80	70	75	75
				морковь	169,00	20	23	25	16	19	20
				лук репчатый	160,00	15	18	20	12	15	17
				томатная паста	1345,00	3	3	3	3	3	3
				сладкий перец	800,00	20	23	25	17	19	20
				масло сливочное	5260,00	3	3	0	3	3	3
Рис рассыпчатый с овощами	130	150	180	йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				крупа рисовая	435,00	30	38	45	30	38	45
				морковь	169,00	60	65	70	54	59	66
				зеленый горошек	1000,00	20	22	24	18	20	22
				масло сливочное	5260	3	5	7	3	5	7
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Какао с молоком	200	200	200	какао-порошок	3491,96	7	7	7	7	7	7
				молоко	417,00	180	180	180	180	180	180
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50
2-й день											
	200	220	250	говядина мякоть	4320,00	74	83	92	70	80	90

Ленивые голубцы с говядиной

масло сливочное	5260,00	3	3	5	3	3	5
капуста белокочанная	174,00	160	170	200	112	125	140
рис	365,00	8	10	10	8	10	10
мука пшеничная 1 сорт	159,00	3	3	5	3	3	5
сметана	2103,00	5	10	10	5	10	10
лук репчатый	160,00	10	12	12,0	9	11	11,0
томатная паста	1345,00	3	3	3,0	3	3	3,0
морковь	169,00	25	20	30	20	17	25
йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1

Соус сметанный

20 20 20

сметана	2103,00	10	10	10	10	10	10
мука 1 сорт	159,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0
масло сливочное	5260,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0

Компот из сухофруктов с сахаром

200 200 200

сухофрукты	630,00	20	20	20	20	20	20
сахар	425,00	3	3	3	3	3	3

Хлеб ржано-пшеничный

30 50 50

Хлеб ржано-пшеничный	440	30	50	50	30	50	50
----------------------	-----	----	----	----	----	----	----

3-й день

Салат с морковью с сыром

60 80 100

морковь	169,00	70	90	115	55	66	92
сыр полутвердый	5538,00	7	10	15	7	10	15
масло растительное	791,00	3	5	5	3	5	5
йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1

Жаркое по домашнему из птицы

200 220 250

филе курицы	1900,00	75	80	80	71	76	76
лук репчатый	160	20	23	23	17	20	20
морковь	169	25	25	25	20	21	21
картофель	193	80	90	90	60	67	67
зелень	2965	10	10	10	7	7	7,0
масло растительное	791	4	5	5	4	5	5
йодированная соль	80	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
лавровый лист	5460	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
чеснок	900	5	5	5	3	3	3

Чай каркаде

200 200 200

каркаде	5460,00	0,1	0,1	0,1	50	50	50
---------	---------	-----	-----	-----	----	----	----

молоко/фрукт по сезону	120	120	120	сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
				Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

4-й день

Котлеты рыбные	70	90	100	филе минтая	2850,00	80	98	105	74	75	98
				лук репчатый	160,00	6	20	10	5	8	10
				сухари панировочные	750,00	13	15	20	13	15	20
				яйцо куриное	517,00	5	5	7	5	5	7
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				масло растительное	791,00	1	1	1	1	1	1
Соус молочно-томатный	20	20	20	молоко	417,00	10	10	10	10	10	10
				мука 1 сорт	159,00	3	3	3	3	3	3
				масло сливочное	5260,00	3	3	3	3	3	3
				томатная паста	1345,00	3	3	3	3	3	3
				макаронь	420,00	46	53	63	46	53	63
Макаронь отварные	130	150	180	йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				масло сливочное	5260,00	5	5	5	5	5	5
				горошек зеленый	1000,00	22	27	32	20	25	30
Компот из свежих яблок	200	200	200	яблоки свежие	751,00	143	143	143	100	100	100
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

5-й день

Салат из белокачанной капусты и яблок	60	90	100	капуста белокачанная	174,00	49	63	70	35	45	50
				морковь	169,00	21	27	30	16	21	23
				яблоки свежие	751,00	21	27	30	15	19	21
				масло растительное	791,00	4	5	5	4	5	5
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1

Суп гороховый с мясом	200	250	300	говядина мякоть	4320,00	50	65	80	47	58	69
				картофель	193,00	53	66	80	40	50	60
				горох душистый	289,00	16	20	24	16	20	24
				морковь	169,00	10	13	15	8	10	12
				лук репчатый	160,00	10	12	14	8	10	12
				масло растительное	791,00	3	4	5	5	5	7
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				сахар хлебный	440,00	10	10	10	10	10	10
Булочка с творогом	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта	300,00	30	30	30	30	30	30
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	300,00	2	2	2	2	2	2
				сахар	425,00	2	2	2	2	2	2
				масло сливочное	5260,00	1	1	1	1	1	1
				яйцо	517,00	5	5	5	5	5	5
				молоко 2,5%	417,00	9	9	9	9	9	9
				творог	2462,00	13	13	13	13	13	13
				дрожжи прессованные	5895,00	1	1	1	1	1	1
				соль йодированная	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				ванилин	4320,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03
				яйцо	517,00	1	1	1	1	1	1
Напиток лимонный	200	200	200	лимон	1488,00	20	20	20	20	20	20
				сахар	425,00	8	8	8	8	8	8
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

[illegible]

Котлеты говяжьи	70	90	100	говядина мякоть	4320,00	80	90	100	75	85	90
				пшеничный хлеб	426,00	7	12	15,0	7	12	15,0
				яйцо куриное	517,00	5	5	5,0	5	5	5,0
				лук репчатый	160,00	7	12	15	5	10	12,0
				масло растительное	791,00	2	3	3	2	3	3
Соус сметанный	20	20	20	йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				сметана	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0
				мука I сорт	159,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0
Гречка рассыпчатый с овощами	130	150	180	масло сливочное	5260,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0
				крупка гречневая	396,00	30	38	45	30	38	45
				морковь	169,00	60	65	70	54	59	66
				зеленый горошек	1000,00	20	22	24	18	20	22
				масло сливочное	5260	3	5	7	3	5	7
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200	сухофрукты	630,00	20	20	20	20	20	20
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

3-й день

Салат из варенных овощей	60	80	100	свекла	239	30	40	48	26	29	31
				морковь	180	17	19	28	13	14	22
				картофель	193	35	50	60	28	33	42
				масло растительное	791,00	3	5	5	3	5	5
Суп рисовый с мясом	200	250	300	говядина мякоть	4320,00	50	65	80	47	58	69
				рис	365,00	16	20	24	16	20	24
				масло растительное	791,00	4	5	6	4	5	6
				морковь	169,00	10	12	15	8	10	12
				лук репчатый	160,00	9	12	14	8	10	12
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1

булочка бутербродная с сыром	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта	300,00	30	30	30	30	30	30
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	300,00	2	2	2	2	2	2
				сахар	425,00	2	2	2	2	2	2
				масло сливочное	5260,00	1	1	1	1	1	1
				яйцо	517,00	5	5	5	5	5	5
				молоко 2,5%	417,00	9	9	9	9	9	9
				сыр твердый	5538,00	13	13	13	13	13	13
				дрожжи прессованные	5895,00	1	1	1	0	1	1
				соль йодированная	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				ванилин	4320,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03
				яйцо	517,00	1	1	1	1	1	1
Напиток лимонный	200	200	200	лимон	1488,00	20	20	20	20	20	20
				сахар	425,00	8	8	8	8	8	8
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

4-й день

Биточки рыбные	70	90	100	филе минтая	2850,00	80	98	105	74	75	98
				лук репчатый	160,00	6	10	10	5	8	10
				сухари панировочные	750,00	13	15	20	13	15	20
				яйцо куриное	517,00	5	5	7	5	5	7
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				масло растительное	791,00	1	3	1	1	3	1
Соус молочный-томатный	20	20	20	молоко	417,00	10	10	10	10	10	10
				мука I сорт	159,00	3	3	3	3	3	3
				масло сливочное	5260,00	3	3	3	3	3	3
				томатная паста	2000,00	3	3	3	3	3	3
	130	150	180	картофель	190,00	140	144	150	93	108	121

морковь				169,00	55	75	90	48	57	63
молоко				417,00	40	15	25	40	25	25
масло сливочное				5260,00	8	8	8	8	8	8
Йодированная соль				80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
горошек зеленый	20	25	30	1000,00	22,0	27,0	32,0	20,0	25,0	30,0
Компот из свежих яблок	200	200	200	751,00	143	143	143	100	100	100
Хлеб ржаной-пшеничный	30	50	50	425,00	3	3	3	3	3	3
				440	30	50	50	30	50	50

5-й день											
Рагу из птицы	200	220	250	филе курицы	1900,00	75	80	80	71	76	76
				лук репчатый	160	20	23	23	17	20	20
				морковь	169	25	25	25	20	21	21
				картофель	193	80	90	90	60	67	67
				зелень	2965	10	10	10	7	7	7,0
				масло растительное	791	4	5	5	4	5	5
				Йодированная соль	80	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				лавровый лист	5460	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
				чеснок	900	5	5	5	3	3	3
Какао с молоком	200	200	200	какао-порошок	4600,00	7	7	7	7	7	7
				молоко	417,00	180	180	180	180	180	180
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
яблока/фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
Хлеб ржаной-пшеничный	30	50	50	Хлеб ржаной-пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г			Нетто, г		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
4 недели 1-й день											
Палочки из моркови и огурца	60	80	100	Морковь	169,00	35	46	57	28	18	48
Пюре из пшцы	200	220	250	огурец свежий	647,00	34	44	54	32	42	52
				филе курицы	1900,00	85	98	105	79	83	99
				рис	365,00	45	50	55	45	50	55
				масло растительное	791,00	5	5	7	5	45	7
				морковь	169,00	30	34	40	26	29	33
				лук репчатый	160,00	17	20	25	12	17	21
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Каша с молоком	200	200	200	какао-порошок	4600,00	7	7	7	7	7	7
				молоко	417,00	180	180	180	180	180	180
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
Хлеб ржанопшеничный/пшеничный	30	30	30	Хлеб ржанопшеничный/пшеничный	440,00	30	30	30	30	30	30
2-й день											
Ленивые голубцы с говядиной	200	220	250	говядина мякоть	4320,00	76	85	95	70	80	90
				масло сливочное	5260,00	3	3	5	3	3	5
				капуста белокочанная	174,00	160	170	200	112	125	140
				рис	420,00	8	10	10	8	10	10

				сметана	2103,00	5	10	5	3	3	5
				лук репчатый	160,00	10	12	10	1	10	10
				томатная паста	1345,00	3	3	3,0	3	11	11
				морковь	169,00	25	20	30	20	17	25
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Соус сметанный	20	20	20	сметана	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0
				мука I сорт	159,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0
Компот из свежих яблок	200	200	200	масло сливочное	5260,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0
				яблоки свежие	751,00	143	143	143	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	сахар	425,00	3	3	3	3	3	3
				Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

3-й день

Шницель из курицы	70	90	100	филе курицы	1900,00	80	90	100	75	85	90
				пшеничный хлеб	426,00	7	12	15,0	7	12	15,0
				яйца куриные	517,00	5	5	5,0	5	5	5,0
				лук репчатый	160,00	7	12	15	5	10	12,0
				масло растительное	791,00	2,0	3,0	3,0	2,0	3,0	3,0
Соус сметанный	20	20	20	йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				сметана	2103,00	10	10	10	10	10	10
Гречка рассыпчатая	130	150	180	мука I сорт	159,00	2	2	2	2	2	2
				масло сливочное	5260,00	2	2	2	2	2	2
Поджаривание горошек зеленый	20	25	30	гречневая крупа	396,00	54	63	75	54	63	75
				масло сливочное	5260,00	3	5	7	3	5	7
Напиток из шиповника	200	200	200	йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				горошек зеленый	1000,00	22	27	32	20	25	30
				ванилин	1960,00	30	30	30	30	30	30
				сахар	425,00	3	3	3	3	3	3

фрукт по сезону	120	120	120	яблоко	751,00	150	150	150	120	120	120
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

4-й день

Рыба тушеная с овощами в сметанном соусе	70	90	100	филе минтая	2850,00	70	74	76	63	69	70
				морковь	169,00	10	14	18	8	12	15
				сметана	2103,00	5	8	10	5	8	10
				лук репчатый	160,00	7	10	12	5	8	10
				масло растительное	791,00	2	2	2	2	2	2
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Картофельно-морковное пюре	130	150	180	картофель	193,00	140	144	150	93	108	111
				морковь	169,00	55	75	90	48	57	63
				молоко	417,00	40	15	25	40	15	25
				масло сливочное	5260,00	8	8	8	8	8	8
				йодированная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Напиток Денсулык	200	200	200	лимон	1488,00	10,0	10,0	10,0	5,0	5,0	5,0
				яблоко	751,00	89,0	89,0	89,0	60,0	60,0	60,0
				сахар	425,00	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	440	30	50	50	30	50	50

5-й день

Салат из вареных овощей	60	80	100	свекла	239	30	40	48	26	29	31
				морковь	169	17	19	28	13	14	22
				картофель	193	35	50	60	28	33	42
				масло растительное	791,00	3	5	5	3	5	5
Суп с макаронными изделиями и мясом	200	250	300	говядина мякоть	4320,00	50	65	80	47	58	69
				макаронные изделия	420,00	16	20	24	16	20	24
				морковь	169,00	10	12	15	8	10	12
				лук репчатый	160,00	9	12	14	8	10	12
				масло растительное	791,00	3	4	5	3	5	7

булочка с творогом	50	50	50	Подпираванная соль	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				мука пшеничная высшего сорта	300,00	30	30	30	30	30	30
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	300,00	2	2	2	2	2	2
				сахар	425,00	2	2	2	2	2	2
				масло сливочное	5260,00	1	1	1	1	1	1
				яйцо	517,00	5	5	5	5	5	5
				молоко 2,5%	417,00	9	9	9	9	9	9
				творог	2462,00	13	13	13	13	13	13
				дрожжи прессованные	5895,00	1	1	1	1	1	1
				соль Подпираванная	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
				ванилин	4320,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03
				яйцо	517,00	1	1	1	1	1	1
				лимон	1488,00	20	20	20	20	20	20
				сахар	425,00	8	8	8	8	8	8
Напиток лимонный	200	200	200	Хлеб ржанопшеничный	440,00	30	30	30	30	30	30
Хлеб ржанопшеничный	30	30	30								