



Согласовано
Начальник отдела Управления Роспотребнадзора по Республике
Марий Эл в Советском районе

/ Е.Н. Новикова /
09 2019г.



Утверждаю

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Русскошойская средняя общеобразовательная школа»

/ А.Э. Репин /

« 11 » 09 2019г.

**Перспективное 2- недельное меню муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Русскошойская средняя общеобразовательная школа»
Куженерского района Республики Марий Эл**

Сезон: осенне-зимний

Возрастная группа с 7 лет до 11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1-й день														
Завтрак														
96	Масло сливочное порциями	20	0	0,16	14,5	132	0,002	0	0,08	0	4,8	6,0	0,1	0,04
332	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/8	5,1	9,2	35,3	245	0,09	0	0	0	14,4	60,8	11,2	0,12
685	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	0	0	0	0	0,3	0	0	0
	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	96	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		10,4	20,4	90,2	604	20,5%							
Обед														
139	Суп картофельный с горохом с мясом куриным (цыплята)	250	6,2	5,6	22,3	167	0,24	11,5	0	0	31,6	87,0	34,3	2,1
		20	3,3	1,7	0,1	22	0,02	0	0,01	0	0	3,4	33,5	3,9
369	Рыба отварная (скумбрия)	70	17,2	0,2	0	159	0,09	0	0	0	0	0	0	0
508	Гречка отварная с соус томатный (подлива)	8/150	8,4	10,8	45,0	231	0,2	0	0	0	17,6	141	166,7	3,2
587		50	1,7	0,7	2,2	17	0	1,6	0	0	3,7	5,5	3,6	0,2
214	д/г капуста тушеная	50	1,25	2,3	5,35	47	0,02	0	0	0	37,3	26,6	13,8	1,25
639	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,8	124	0	2,8	0	0	3,1	1,5	0,8	0
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,095	0	0	0	13,5	61,5	8,0	1,75
	Хлеб пшеничный	20	4,56	0,48	29,16	48	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		41,3	46,4	121,1	859	31,3%							
	Итого за 1 день		51,7	66,8	211,3	1463	51,8%							

2-й день	Завтрак													
97	Сыр порциями	30	6,9	8,7	0	108	0,01	0,48	0,08	0	300,3	162,2	15,02	0,33
508	Каша кукурузная с маслом	8/150	10,08	13,04	41,51	190	0,072	0,78	0,03	0	81,4	99,1	22,8	1,16
693	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190	0,04	1,3	0,01	0	122,6	116,2	21,6	0,7
	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	96	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		20,4	34,3	81,6	628	21,4%							
	Обед													
124	Щи из свежей капусты	250	2,0	4,3	10,0	88	0,1	31,0	0,02	0	35,8	45,7	20,1	0,8
	со сметаной	10	0,3	2,0	0,3	21	0	0	0,01	0	8,6	6,0	0,8	0
457	Гуляш из говядины	50	6,9	3,3	2,0	66	0,05	3,1	0	0	12,2	11,5	21,5	0
511	Рис отварной с маслом	150/8	2,4	4,0	25,6	114	0,06	0	0,04	0	6,8	110,6	36,0	0,8
536	дополнительный гарнир: свекла тушеная	80	3,6	8,0	24,0	197	0,04	11,6	0	0	48,2	43,0	22,0	1,86
631	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,2	0	35,8	142	0,01	0,52	0	0	6,8	4,1	3,6	0,6
	Хлеб ржаной	40	3,45	0,6	21,2	88	0,095	0	0	0	13,5	61,5	8,0	1,75
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,16	96	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		29,0	19,2	130,1	856	35,0%							
	Итого за 2 день		49,4	53,5	211,7	1484	56,4%							
3-й день	Завтрак													
2	Бутерброд с повидлом	40/40	2,4	6,2	42,0	236	0,06	0,2	0,04	0	16,0	43,4	16,6	1,6
302	Каша манная с маслом сливочным	8/150	4,8	8,1	30,4	166	0,07	0	0,03	0	9,6	39,3	7,87	0,4
692	Кофейный напиток с молоком	200	2,5	3,6	28,7	152	0,02	0,6	0	0	60,3	45,0	7,0	0,1
	Хлеб ржаной	30	1,38	9,24	8,48	66	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		10,0	25,2	101,2	598	20,3%							
	Обед													
138	Суп картофельный с крупой, с консервой (сайра в масле)	20/250	6,2	7,7	18,3	190	0	10,6	0	0	20,0	26,4	0,8	0
413	Сосиски отварные	75	8,25	17,85	1,2	200	0	0	0,02	0	27,0	24,75	15,0	13,5
520	Картофельное пюре с маслом	8/150	4,2	9,0	29,2	164	0	32,4	0,02		53,8	127,6	43,2	1,4
576	дополнительный гарнир огурцы соленые	50	0,14	0	0,66	42	0	0	0	0	12,5	10,0	0	1,5
648	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	42,2	162	0	0	0	0	0,2	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	4,14	0,72	25,44	44	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	20	4,56	0,48	29,16	48	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		21,5	41,8	102,5	850	31,0%							
	Итого за 3 день		31,5	67,0	203,7	1448	51,3%							

4-й день	Завтрак													
315	Запеканка рис. с тв. маслом	150/6	8,1	15,9	48,1	310	1,65	0	0,01		18,3	64,0	24,0	1,1
337	Яйца вареные	1шт	5,0	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	0	22,0	76,8	4,8	1,0
697	Молоко кипячёное	200	5,9	6,8	9,9	123	0,02	0,6	0		60,3	45,0	7,0	0,11
	Хлеб ржаной	20	2,07	0,36	12,72	44	0,06	0	0	0	8,1	36,9	13,8	1,05
	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,48	14,58	48	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		25,6	28,1	108,3	628	21,4%							
	Обед													
110	Борщ из свежей капусты	250	2,0	5,2	13,1	106	0,02	0	0,02	0	46,4	48,8	27,5	1,3
	с говядиной	20	6,2	1,1	0	44	0,01	0	0	0	1,9	37,6	4,7	0,5
	со сметаной	10	0,3	2,0	0,3	21	0	0	0,01	0	8,6	6,0	0,8	0
487	Куры отварные	80	6,5	12,7	38,5	117	13,6	0,13	0,06	0	43,7	125,2	23,9	6,3
508	Каша пшённая с маслом	8/150	6,4	10,3	37,2	199	0,25	0	0,02	0	16,8	141,6	51,8	1,6
515	д/г зелён. горошек. консер.	50	1,5	0,1	3,15	36	10	10,5	0,35	5	31	0	0	0,06
638	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,12	0	31,6	126	0,02	0	0	0	32,0	29,2	21,0	0,64
	Хлеб ржаной	40	4,14	0,72	25,44	88	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,16	96	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		38,2	32,6	146,9	833	30,4%							
	Итого за 4 день		63,8	60,7	250,2	1461	51,7%							
5-й день	Завтрак													
96	Масло сливочное порциями	20	0	0,16	14,5	132	0,002	0	0,08	0	4,8	6,0	0,1	0,04
165	Суп молочный с клёцками	250	7,25	9,25	24,25	220	0,08	1,6	0,01	0	152,8	129,9	20,7	0,4
690	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	2,4	3,6	27,9	148	0,02	0,3	0,01	0	86,5	61,3	9,5	0,1
	Вафли	20	1,28	1,12	32,04	71	0,008	0	0	0	2,0	6,6	0,4	0,12
	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	48	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		13,8	23,5	116,9	619	21,1%							
	Обед													
134	Суп крестьянский с крупой	250	3,53	5,41	21,0	133	0,012	0	0	0	3,8	32,3	4,0	0,18
	с мясом курины (цыплята)	20	3,3	1,7	0,1	22	0,02	0	0,01	0	0	3,4	33,5	3,9
463	Тефтели говяжьи с рис. (пар)	80	7,68	6,8	6,8	122	0,06	2,0	0	0	12,5	98,0	15,5	1,5
332	Макар. изд. отвар с маслом	8/150	6,8	12,2	47,0	245	0,09	0	0	0	14,4	60,8	11,2	0,12
214	д/г капуста тушённая	50	0,6	1,2	2,7	47	0,04	67,8	0	0	74,6	53,3	27,6	1,1
639	Компот из смеси сухофруктов	200	1,0	0	18,2	124	0,02	4,0	0	0	14	14	8	0,6
	Хлеб ржаной	30	4,14	0,72	25,44	66	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,16	96	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		26,0	41,8	131,4	867	31,6%							
	Итого за 5 день		39,8	65,3	248,3	1486	52,7%							

6-й день	Завтрак													
97	Сыр порциями	30	6,9	8,7	0	108	0,01	0,48	0,08	0	300,3	162,2	15,02	0,33
302	Каша молочная из хлопьев «Геркулес» с маслом	8/150	4,2	7,8	19,8	172	0,25	0	0,02	0	0	0	51,8	16,0
686	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	0	2,8	0	0	3,1	1,5	0,8	0
	Печенье без наполнителя	35	1,5	2,35	14,9	166	0,03	0	0	0	0	11,6	36,0	8,0
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	48	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		15,6	26,4	63,2	598	20,3%							
	Обед													
132	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250	3,0	4,5	17,4	174	0,13	17,5	0,02	0	20,0	2,09	25,8	1,0
		10	0,3	2,0	0,3	21	0	0	0,01	0	8,6	6,0	0,8	0
500	Котлета рубленая куриная (паровая)	50	9,3	6,75	9,1	136	0,07	0,17	0,07	0	20,2	148,9	18,7	1,44
508	Гречка отварная с маслом	8/150	8,4	10,8	41,2	217	0,2	0	0	0	17,6	141	166,7	3,2
536	д/г свекла тушённая	50	1,8	4,6	12,0	93	0,04	22,0	1,86	11,6	48,2	0,04	0	0
631	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,2	0	35,8	142	0,01	0,52	0	0	6,8	4,1	3,6	0,6
	Хлеб ржаной	20	2,07	0,36	12,72	44	0,06	0	0	0	8,1	36,9	13,8	1,05
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	48	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		33	34,6	122,0	881	32,1%							
	Итого за 6 день		48,6	61,0	185,2	1479	52,4%							
7-й день	Завтрак													
2	Бутерброд с повидлом	40/40	2,4	6,2	42,0	236	0,06	0,2	0,04	0	16,0	43,4	16,6	1,6
508	Каша кукурузная молочная с маслом	8/150	10,08	9,8	31,1	185	0,072	0,78	0,03	0	81,4	99,1	22,8	1,16
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,4	0,4	9,8	68	0,06	26	0	0	0	32	22	18
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	76	0	0	0	0	0,3	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		20,3	25,6	106,38	609	20,7%							
	Обед													
140	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом (цыплята)	250	15,6	9,1	26,3	120	1,61	16,5	0,01	0	18,3	64,4	24,0	140
		20	3,3	1,7	0,1	22	0,01	0	0	0	1,9	37,6	4,7	0,5
436	Жаркое по-домашнему (гов.)	200	20,85	9,75	6,08	265	0,16	45,4	0,08	0	65,2	98,6	43,2	224
576	д/г огурцы соленые	50	0,7	0	0,33	42	0	0	0	0	12,5	10,0	0	1,5
648	Кисель плодово-ягодный	200	0,6	0	31,8	162	0,01	0,5	0	0	16,0	17,9	7,2	0,5
	Хлеб ржаной	40	4,14	0,72	25,44	88	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,16	143	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		47,2	38,9	119,2	842	30,7%							
	Итого за 7 день		67,5	64,5	225,6	1451	51,4%							

8-й день	Завтрак													
355	Вареники ленив. отв. с масл.	5/100	14,0	11,3	14,1	220	0,03	7,0	0,25	0,21	41,7	71,16	0	0,028
337	Яйца варёные	1шт	5,0	4,6	0,3	63	0,03	0	0	0,1	0	22,0	76,8	4,8
692	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,5	25,4	152	0	0	0	0	0,3	0	0	0
	Конфеты шоколадные	15	1,21	6,27	9,2	83	0,005	0	0	0	19,9	24,1	6,7	0,5
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,48	9,72	48	0,036	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		20,4	33,4	67,2	610	20%							
	Обед													
124	Щи из свежей капусты с мясом (говядина)	250	2,0	4,3	10,0	88	0,1	31,0	0,02	0	35,8	45,7	20,1	0,8
	со сметаной	20	3,3	1,7	0,1	44	0,02	0	0,01	0	0	3,4	33,5	3,9
		10	0,3	2,0	0,3	21	0	0	0,01	0	8,6	6,0	0,8	0
413	Сардельки отварные	75	8,25	17,85	1,2	200	0	0	0,02	0	27,0	24,75	15,0	13,5
511	Рис отварной с маслом	8/150	1,8	3,0	19,2	114	0,09	0	0	0	14,4	60,8	11,2	0,12
214	д/г кукуруза концер. отвар.	50	2,2	0	1,2	29	0	1,6	0	0	3,7	5,5	3,6	0,2
638	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,12	0	31,6	126	0,02	0	0	0	32,0	29,2	21,0	0,64
	Хлеб ржаной	40	4,14	0,72	25,44	88	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,48	29,16	120	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		26,7	35,8	114,1	830	30,3%							
	Итого за 8 день		51,2	69,2	181,20	1418	50,3%							
9-й день	Завтрак													
96	Масло сливочное порциями	20	0	0,16	14,5	132	0,01	0,48	0,08	0	300,3	162,2	15,02	0,33
302	Каша пшенич.мол. с маслом	8/150	3,2	5,2	17,9	180	0,97	7,9	0	0	44,9	110,6	43,8	1,3
693	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190	0,04	1,3	0,01	0	122,6	116,2	21,6	0,7
	Хлеб пшеничный	20	4,56	0,48	29,16	48	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		11,7	19,5	88,0	594	20,2%							
	Обед													
139	Суп картофельный с горохом с мясом (цыплята)	250	6,2	5,6	22,3	167	0,24	11,5	0	0	31,6	87,0	34,3	2,1
		20	3,3	1,7	0,1	22	0,02	0	0,01	0	0	3,4	33,5	3,9
437	Гуляш из говядины	50	7,0	3,3	2,0	66	0,05	3,1	0	0	12,2	11,5	21,5	0
332	Макар. изд. отвар с маслом	8/150	5,1	9,2	35,3	218	0,09	0	0	0	14,4	60,8	11,2	0,12
214	д/г капуста тушёная	50	0,6	1,2	2,7	47	0	1,6	0	0	30,7	5,5	3,6	0,2
639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,8	124	0,01	0,5	0	0	16,0	17,9	7,2	0,5
	Хлеб ржаной	40	4,14	0,72	25,44	88	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,16	96	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		31,5	22,2	148,7	828	30,2%							
	Итого за 9 день		12,3	41,7	236,7	1422	50,4%							

10-й день	Завтрак													
97	Сыр порциями	30	6,9	8,7	0	108	0,01	0,48	0,08	0	300,3	162,2	15,02	0,33
161	Суп молочный с крупой	250	7,4	8,3	23,8	200	0,13	1,6	0,01	0	153,5	163,1	40,0	0,8
	Печенье без наполнителя	30	3,2	3,0	31,1	139	0,04	0	0	0	14,5	45,0	10,0	1,05
686	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	0,02	0,6	0		60,3	45,0	7,0	0,11
	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	48	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		20,0	28,3	99,4	599	20,4%							
	Обед													
110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	2,0	5,2	13,1	106	0,02	0	0,02	0	46,4	48,8	27,5	1,3
	с мясом (цыплята)	20	3,3	1,7	0,1	22	0,02	0	0,01	0	0	3,4	33,5	3,9
374	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	8,0	3,9	4,2	179	0,08	5,4	0	0	38,0	162,1	44,6	0,9
520	Картофельное пюре с маслом	8/150	3,2	6,8	21,9	218	0	32,4	0,02		53,8	127,6	43,2	1,4
515	д/г зелёный горох консерв.	50	1,5	0,1	3,15	36	0,06	10,5	0,35	5	31,0	0	0	0,06
638	Компот из свежих плод. (ябл)	200	0,2	0	35,8	142	0,01	0,52	0	0	6,8	4,1	3,6	0,6
	Хлеб ржаной	20	4,14	0,72	25,44	44	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,16	96	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		28,3	22,0	131,4	864	31,5%							
	Итого за 10 день		49,8	22,1	134,6	1463	51,9%							
11-й день	Завтрак													
2	Бутерброд с повидлом	40/40	2,4	6,2	42,0	236	0,06	0,2	0,04	0	16,0	43,4	16,6	1,6
302	Каша манная с маслом	8/150	3,6	6,1	22,8	166	0,07	0	0,03	0	9,6	39,3	7,87	0,4
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,1	0,1	3,3	23	0,02	9	0	0	0	11	7	6
690	Кофейн.напиток со сгущ.	200	2,5	3,6	28,7	148	0,02	0,6	0	0	60,3	45,0	7,0	0,1
	Хлеб ржаной	20	2,28	0,24	14,58	44	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Всего		10,8	16,1	111,4	621	21,1%							
	Обед													
137	Суп картоф. с мясными фрикадельками (говядина)	25/250	2,6	5,3	14,3	151	0,02	2,3	0,01	0	10,2	16,1	5,9	137
492	Плов из курицы	200	4,0	3,8	9,4	90	0,05	5,8	0,05	0	13,6	13,8	15,4	487
576	д/г огурцы солёные	50	0,7	0	0,33	42	0,04	11,6	0	0	48,2	43,0	22,0	1,86
648	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	42,2	162	0	0	0	0	0,2	0	0	0
	Хлеб ржаной	40	4,14	0,72	25,44	88	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,16	96	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Вафли	60	2,56	2,24	64,08	228	0,008	0	0	0	2,0	6,6	0,4	0,12
	Всего		18,6	12,5	167,91	857	31,2%							
	Итого за 11 день		29,4	28,6	276,0	1483	51,5%							

12-й день	Завтрак													
358	Сырники из творога с маслом сливочным	160/8	24,5	20,6	30,6	360	0,12	1,0	0,08	0	251,6	416,8	53,0	0,12
337	Яйца варённые	1шт	5,0	4,6	0,3	63	0,03	0	0	0	22,0	76,8	4,8	1,0
694	Какао с молоком сгущенным	200	3,7	4,0	25,4	148	0,02	0,4	0,02	0	119,3	109,4	20,6	0,7
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	48	0,035	0	0	0	6,0	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной	20	1,38	9,24	8,48	44	0,4	0	0	0	5,4	24,6	9,2	0,7
	Всего		31,6	38,6	74,2	623	21,2%							
	Обед													
140	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом (цыплята)	250	15,6	9,1	26,3	120	1,61	16,5	0,01	0	18,3	64,4	24,0	140
466	Котлеты паровые (говядина)	20	3,3	1,7	0,1	22	0,02	0	0,01	0	0	3,4	33,5	3,9
508	Каша пшеничная с маслом сливочным	8/150	6,4	10,3	37,2	196	0,25	0	0,02	0	16,8	141,6	51,8	1,6
638	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,12	0	31,6	126	0,02	0	0	0	32,0	29,2	21,0	0,64
515	д/г кукуруза консерв.отвар.	50	2,2	0	11,2	29	0,02	0	0	0	37,3	26,6	13,8	1,25
	Хлеб ржаной	40	4,14	0,72	16,9	88	0,12	0	0	0	16,2	73,8	27,6	2,1
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,16	96	0,07	0	0	0	12,0	39,0	8,4	0,66
	Всего		45,4	27,2	167,2	824	30,0%							
	Итого за 12 день		81,5	65,8	241,4	1447	51,2%							

Ответственный за составление:

Казакова

Казакова Р.А