

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак

20	Молоко сгущенное	Калорийнос-98, Белок-1, Жиры-6, углеводы-11
150	Запеканка из творога с рисом <i>творог 9%, крупа рис, сахар-песок, яйцо куриное, сухари панировочные, сметана 20%, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная, ванильный сахар</i>	Калорийнос-402, Белок-23, Жиры-15, углеводы-54
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак

Калорийнос-729, Белок-29, Жиры-23, углеводы-120

Обед

210	Рассольник ленинградский на курином бульоне <i>картофель свежий, огурцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-77, Белок-8, Жиры-4, углеводы-19
90	Тефтели 2 вариант (свинина) <i>окорок б.к., лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в.с</i>	Калорийнос-259, Белок-8, Жиры-18, углеводы-13
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед

Калорийнос-833, Белок-29, Жиры-33, углеводы-136

Итого за день

Калорийнос-1 563, Белок-57, Жиры-56, углеводы-256

Директор



Директор



09.01.2025 (четверг)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Обед

- 210 **Рассольник ленинградский на курином бульоне** Калорийнос-77, Белок-8, Жиры-4, углеводы-19
картофель свежий, морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная
- 90 **Тефтели 2 вариант (свинина)** Калорийнос-259, Белок-8, Жиры-18, углеводы-13
окорок б.к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в.с
- 150 **Каша гречневая рассыпчатая** Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33
крупа гречневая, масло сливочное ГОСТ 72,5%, соль йодированная
- 200 **Кисель** Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
кисель плодово-ягодный, сахар-песок
- 30 **Хлеб пшеничный** Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
- 30 **Хлеб ржаной** Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-833, Белок-29, Жиры-33, углеводы-136Полдник

- 100 **Гребешок с повидлом** Калорийнос-290, Белок-11, Жиры-12, углеводы-37
мука пшеничная в.с, повидло фруктовое, сахар-песок, маргарин, маргарин "столовый", ванильный сахар, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, яйцо куриное
- 200 **Чай с сахаром** Калорийнос-93, углеводы-25
сахар-песок, чай чёрный

Итого за Полдник Калорийнос-383, Белок-12, Жиры-12, углеводы-62**Итого за день** Калорийнос-1 216, Белок-41, Жиры-45, углеводы-198

Директор



Директор



09.01.2025 (четверг)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

50 Молоко сгущенное

Калорийнос-245, Белок-4, Жиры-15, углеводы-28

180 Запеканка из творога с рисом

Калорийнос-482, Белок-27, Жиры-18, углеводы-65

творог 9%, крупа рис, сахар-песок, яйцо куриное, сухари панировочные, сметана 20%, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная, ванильный сахар

200 Чай с сахаром

Калорийнос-93, углеводы-25

сахар-песок, чай чёрный

30 Хлеб пшеничный

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 Хлеб ржаной

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак

Калорийнос-956, Белок-35, Жиры-35, углеводы-147

Итого за день

Калорийнос-956, Белок-35, Жиры-35, углеводы-147

Директор



Зав.

производством

Директор



106-48

ООО "Восход-НТ"

09.01.2025 (четверг)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Обед210 Рассольник ленинградский на
курином бульоне

Калорийнос-77, Белок-8, Жиры-4, углеводы-19

картофель свежий, огурцы консерв., морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная

90 Тефтели 2 вариант (свинина)

Калорийнос-259, Белок-8, Жиры-18, углеводы-13

окорок б/к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в/с

150 Каша гречневая рассыпчатая

Калорийнос-205, Белок-9, Жиры-10, углеводы-33

крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная

200 Кисель

Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42

кисель плодово-ягодный, сахар-песок

30 Хлеб пшеничный

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 Хлеб ржаной

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед

Калорийнос-833, Белок-29, Жиры-33, углеводы-136

Итого за день

Калорийнос-833, Белок-29, Жиры-33, углеводы-136

Директор



Зав.

производством

Директор



106-48

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

220	Запеканка из творога с рисом <i>творог 9%, крупа рис, сахар-песок, яйцо куриное, сухари панировочные, сметана 20%, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная, ванильный сахар</i>	Калорийнос-589, Белок-33, Жиры-22, углеводы-80
50	Молоко сгущенное	Калорийнос-245, Белок-4, Жиры-15, углеводы-28
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
40	Хлеб ржаной	Калорийнос-86, Белок-2, Жиры-1, углеводы-20

Итого за Завтрак Калорийнос-1 109, Белок-43, Жиры-39, углеводы-172

Обед

250	Рассольник ленинградский на курином бульоне <i>картофель свежий, морковь свежая, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Калорийнос-92, Белок-9, Жиры-5, углеводы-22
100	Тефтели 2 вариант (свинина) <i>окорок б/к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в/с</i>	Калорийнос-288, Белок-9, Жиры-20, углеводы-14
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост 72,5%, соль йодированная</i>	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-942, Белок-34, Жиры-38, углеводы-152

Итого за день Калорийнос-2 051, Белок-76, Жиры-78, углеводы-324

Директор

Зав.
производством

Директор



300-96

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

220	Запеканка из творога с рисом <i>творог 9%, крупа рис, молоко, сахар-песок, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, ванильный сахар</i>	Калорийнос-589, Белок-33, Жиры-22, углеводы-80
50	Молоко сгущенное	Калорийнос-245, Белок-4, Жиры-15, углеводы-28
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийнос-1109, Белок-43, Жиры-39, углеводы-172

Итого за день Калорийнос-1109, Белок-43, Жиры-39, углеводы-172

Директор

Зав.
производством

Директор



124-96

МАОУ СОШ №14 5-11 кл. б/глютеновая диета

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

100	Тефтели 2 вариант (свинина) <i>окорок б/к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в/с, яйцо куриное</i>	Калорийнос-259, Белок-8, Жиры-18, углеводы-13
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
60	Хлебцы из кукурузной или рисовой муки	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-802, Белок-24, Жиры-30, углеводы-123

Итого за день Калорийнос-802, Белок-24, Жиры-30, углеводы-123

Директор

Зав.
производством

Директор



124-96

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

220	Запеканка из творога с рисом <i>творог 9%, крупа рис, молоко, сахар-песок, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, ванильный сахар</i>	Калорийнос-589, Белок-33, Жиры-22, углеводы-80
50	Молоко сгущенное	Калорийнос-245, Белок-4, Жиры-15, углеводы-28
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный</i>	Калорийнос-93, углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Завтрак Калорийнос-1109, Белок-43, Жиры-39, углеводы-172

Итого за день Калорийнос-1109, Белок-43, Жиры-39, углеводы-172



Директор

Зав.
производством

Директор

124-96

МАОУ СОШ №14 5-11 кл. б/глютеновая диета

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

100	Тефтели 2 вариант (свинина) <i>окорок б/к, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа рис, мука пшеничная в/с, яйцо куриное</i>	Калорийнос-259, Белок-8, Жиры-18, углеводы-13
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное гост, соль йодированная</i>	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Кисель <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
60	Хлебцы из кукурузной или рисовой муки	Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-802, Белок-24, Жиры-30, углеводы-123

Итого за день Калорийнос-802, Белок-24, Жиры-30, углеводы-123



Директор

Зав.
производством

Директор

124-96

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 80 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
250/10	Рассольник ленинградский на курином бульоне	Калорийнос-95, Белок-9, Жиры-5, углеводы-23
40	Хлеб пшеничный	Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19
20	Хлеб ржаной	Калорийнос-43, Белок-1, Жиры-1, углеводы-10
100	Гребешок с повидлом	Калорийнос-294, Белок-12, Жиры-12, углеводы-37
Итого за Обед		Калорийнос-528, Белок-25, Жиры-19, углеводы-90
Итого за день		Калорийнос-528, Белок-25, Жиры-19, углеводы-90

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 80 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
250	Суп картофельный с пшеном на курином бульоне	Калорийнос-229, Белок-9, Жиры-21, углеводы-30
200	Компот из ягод (замор.)	Калорийнос-144, Белок-1, углеводы-35
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калорийнос-43, Белок-1, Жиры-1, углеводы-10
100	Булочка дорожная	Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-11, углеводы-33
Итого за Обед		Калорийнос-751, Белок-23, Жиры-33, углеводы-123
Итого за день		Калорийнос-751, Белок-23, Жиры-33, углеводы-123

Директор



Зав.

Производством

Директор



МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 120 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Обед

100	Тефтели 2 вариант (свинина)	Калорийнос-259, Белок-8, Жиры-18, углеводы-13
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийнос-246, Белок-11, Жиры-12, углеводы-39
200	Кисель	Калорийнос-156, Белок-1, углеводы-42
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
100	Гребешок с повидлом	Калорийнос-294, Белок-12, Жиры-12, углеводы-37

Итого за Обед Калорийнос-1 091, Белок-35, Жиры-43, углеводы-161

Итого за день Калорийнос-1 091, Белок-35, Жиры-43, углеводы-161

ООО "Восход-НТ"

10.01.2025 (пятница)

МАОУ СОШ №14 Комплексные обеды 120 рублей

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Обед

280	Азу по-татарски (свинина)	Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
200	Компот из ягод (замор.)	Калорийнос-144, Белок-1, углеводы-35
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
100	Булочка дорожная	Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-11, углеводы-33

Итого за Обед Калорийнос-966, Белок-33, Жиры-23, углеводы-167

Итого за день Калорийнос-966, Белок-33, Жиры-23, углеводы-167

Директор



Зав.

производством



10.01.2025 (пятница)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак280 **Азу по-татарски (свинина)**

Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29

картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная

200 **Компот из смеси сухофруктов**

Калорийнос-108, Белок-1, углеводы-35

ягоды с/м, сахар-песок

30 **Хлеб пшеничный**

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 **Хлеб ржаной**

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-702, Белок-23, Жиры-12, углеводы-134**Итого за день** Калорийнос-702, Белок-23, Жиры-12, углеводы-134

Директор



Зав.

Производством

Директор



124-96

10.01.2025 (пятница)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл. б/глутеновая диета

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак280 **Азу по-татарски (свинина)**

Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29

картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная

200 **Компот из смеси сухофруктов**

Калорийнос-108, Белок-1, углеводы-35

ягоды с/м, сахар-песок

60 **Хлебцы из кукурузной или рисовой муки**

Калорийнос-141, Белок-5, Жиры-1, углеводы-29

Итого за Обед Калорийнос-707, Белок-24, Жиры-11, углеводы-133**Итого за день** Калорийнос-707, Белок-24, Жиры-11, углеводы-133

Директор



Зав.

Производством

Директор



124-96

МАОУ СОШ №14 5-11 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

50 Повидло

Калорийнос-190, углеводы-40

220 Макароны запеченные с сыром

Калорийнос-592, Белок-30, Жиры-28, углеводы-123

макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное гост 72,5%

207 Чай с лимоном

Калорийнос-65, углеводы-16

сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный

40 Хлеб пшеничный

Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19

40 Хлеб ржаной

Калорийнос-86, Белок-2, Жиры-1, углеводы-20

Итого за Завтрак Калорийнос-1 029, Белок-35, Жиры-31, углеводы-218

Обед

250 Суп картофельный с пшеном на курином бульоне

Калорийнос-167, Белок-6, Жиры-15, углеводы-22

картофель свежий, тушка цыплёнка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, крупа пшено шлифованное, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное гост 72,5%, масло подсолнечное, лавровый лист

280 Азу по-татарски (свинина)

Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29

картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная

200 Компот из смеси сухофруктов

Калорийнос-108

смесь компотная, сахар-песок

40 Хлеб пшеничный

Калорийнос-96, Белок-3, Жиры-1, углеводы-19

30 Хлеб ржаной

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед Калорийнос-858, Белок-30, Жиры-27, углеводы-125

Итого за день Калорийнос-1 886, Белок-65, Жиры-58, углеводы-343

Директор



Зав. производством

Директор



300-96

10.01.2025 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Обед200 **Суп картофельный с пшеном
на курином бульоне**

Калорийнос-134, Белок-5, Жиры-12, углеводы-17

картофель свежий, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, крупа пшено шлифованное, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное гост 72,5%, масло подсолнечное, лавровый лист

240 **Азу по-татарски (свинина)**

Калорийнос-362, Белок-16, Жиры-9, углеводы-35, углеводы-25

картофель свежий, окорок б.к, лук репчатый, огурцы консерв., томатная паста "кухмистер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная

200 **Компот из смеси
сухофруктов**

Калорийнос-108

смесь компотная, сахар-песок

30 **Хлеб пшеничный**

Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14

30 **Хлеб ржаной**

Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15

Итого за Обед

Калорийнос-740, Белок-25, Жиры-22, углеводы-106

Полдник100 **Булочка дорожная**

Калорийнос-264, Белок-10, Жиры-11, углеводы-33

мука пшеничная в/с, маргарин, сахар-песок, яйцо куриное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная

207 **Чай с лимоном**

Калорийнос-65, углеводы-16

сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный

Итого за Полдник

Калорийнос-329, Белок-10, Жиры-11, углеводы-49

Итого за день

Калорийнос-1 069, Белок-35, Жиры-33, углеводы-155

Директор



Зав.

производством

Директор



МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
20	Повидло	Калорийнос-76, углеводы-16
180	Макаронные изделия запеченные с сыром <i>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное гост 72,5%</i>	Калорийнос-484, Белок-24, Жиры-23, углеводы-100
207	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимоны свежие, чай чёрный</i>	Калорийнос-65, углеводы-16
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийнос-761, Белок-29, Жиры-25, углеводы-162
Обед		
200	Суп картофельный с пшеном на курином бульоне <i>картофель свежий, тушка цыпленка-бройлера 1 сорт, сметана 20%, крупа пшено шлифованное, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное гост 72,5%, масло подсолнечное, лавровый лист</i>	Калорийнос-134, Белок-5, Жиры-12, углеводы-17
240	Азу по-татарски (свинина) <i>картофель свежий, окорок б/к, лук репчатый, огузцы консерв., томатная паста "кухмастер", масло подсолнечное, морковь свежая, чеснок свежий, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Калорийнос-362, Белок-16, Жиры-9, углеводы-35, углеводы-25
200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь компотная, сахар-песок</i>	Калорийнос-108
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Обед		Калорийнос-740, Белок-25, Жиры-22, углеводы-106
Итого за день		Калорийнос-1 502, Белок-53, Жиры-47, углеводы-268

Директор



Директор



256-08