

Меню

Средняя общеобразовательная школа, 1-5 классы Краснодарский край, федеральная территория
Сириус, пгт. Сириус, ул. Полевая, д. 12

Согласовано:

МБОУ СОШ им. С.Л. Страховой
Исполняющий обязанности
Директора
Е.Е. Овсянникова



Согласовано:

АО «УК ИНТЦ «СИРИУС»
Директор департамента питания
образовательных объектов
Е.И. Фрид



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена
	гр	гр	гр	гр	ккал	
День 1						
Завтрак						
Каша манная молочная	250	5,35	5,98	32,6	205,5	40 Р
Каша рисовая с яблоком на воде	250	1,73	0,12	23,3	101,2	30 Р
Голень отварная	80	18,86	7,3	1,6	147,3	65 Р
Гречка отварная с маслом	150	6,70	5,70	35,40	221,00	25 Р
Блин б/н со слив.маслом	120	12,40	14	45,6	358,0	40 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 Р
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 Р
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 Р
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 Р
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Обед						
Салат Пикантный с фасолью и куриным филе	100	12,00	14,45	18,75	253,0	55 Р
Салат из моркови с изюмом	100	1,40	2,4	25,2	128,4	40 Р
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- Р
Суп Минестроне овощной	250	2,00	2,5	14,35	89,0	50 Р
Кулеш из курицы с яйцом	250	6,90	10,0	11,104	162,0	60 Р
Тефтели куриные паровые	100	16	12	9,7	207	90 Р
Картофельное пюре со сливочным маслом	150	5,99	3,7	43,27	230,5	40 Р
Шницель натуральный рубленый	100	18,70	19,7	12,45	302,0	95 Р
Рис отварной с маслом	150	5,67	9,082	55,02	324,5	30 Р

Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Компот из сухофруктов	200	0,46	0,038	27,83	113,5	20 Р
День 2		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Суп молочный с вермишелью	250	5,80	9,3	30,3	227,0	40 Р
Каша овсяная диетическая (вязкая)	250	3,60	1,8	18,0	102,6	30 Р
Запеканка творожная	100	15,11	11,3	18,0	234,0	70 Р
Омлет с ветчиной	100	11,35	13,4	2,8	177,2	50 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 Р
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 Р
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 Р
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 Р
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Обед						
Салат из сырых овощей с кукурузой	100	2,00	5,4	7,5	86,5	30 Р
Салат мясной с говядиной	100	10,80	15,195	9,2	217,0	60 Р
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- Р
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	5,33	9,6	10,2	149,0	55 Р
Суп Лапша куриная	250	5,60	8,5	14,5	157,0	40 Р
Картофель отварной в сметанном соусе и зелень	150	4,44	14,7	31,3	275,8	45 Р
Шашлык из курицы	100	22,00	23	1,2	295,0	95 Р
Спагетти отварные с маслом	150	6,50	10,2	38,113	269,9	35 Р
Биточки мяс .гов/кур	100	16,74	18,36	15,6	294,6	100 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Компот из с/м ягод	200	0,16	0,06	17,97	73,0	20 Р
День 3		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша гречневая на молоке	250	7,51	6,81	31,31	217,0	35 Р

Каша пшеничная с изюмом на воде	250	3,83	1,0	29,8	143,2	30 Р
Скрембл	100	11,24	12,146	2,9	166,0	45 Р
Сосиска отварная	60	6,49	16,5	0	174,5	50 Р
Макаронные изделия отварные с маслом	150	7,70	8,6	45,15	289,0	30 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 Р
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 Р
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 Р
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 Р
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	3,21	4,42	17,1	121	30 Р
Овощная нарезка	100	1,09	0,252	3,314	19,9	55 Р
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- Р
Уха из горбуши	250	16,50	17,5	12,1	272,0	80 Р
Суп гороховый (куриный)	250	9,40	8,4	22	202,0	40 Р
Запеканка картофельная с мясом	250	29,70	36,77	52,75	660,8	150 Р
Ежики из индейки в сметанном соусе	70/30	14,09	14,82	9,78	232	95 Р
Гречка отварная с маслом	150	6,70	5,70	35,40	221,00	25 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Напиток из плодов шиповника	200	0,51	0,2	19,24	81,0	20 Р
День 4		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша Дружба молочная	250	5,31	5,7	35,6	215,0	40 Р
Каша овсяная диетическая (вязкая)	250	3,60	1,8	18,0	102,6	30 Р
Филе куриное на пару	60	27,50	3,2	1,0	143,0	75 Р
Рис отварной с маслом	150	5,67	9,082	55,02	324,5	30 Р
Омлет натуральный	100	11,58	12,95	3,67	177	45 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 Р
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 Р
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 Р

Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 Р
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Обед						
Салат Летний	100	3,50	4,4	2,8	65,0	40 Р
Салат Греческий с брынзой	100	2,30	8,5	3,7	100,8	50 Р
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- Р
Борщ с капустой и картофелем (говядина)	250	5,22	11,35	11,54	169,2	65 Р
Суп картофельный с фасолью (куриный)	250	5,00	4,9	13,82	120,0	40 Р
Котлеты рыбные (минтай)	100	21,00	4,311	10,6	165,0	120 Р
Капуста цветная припущенная с морковью	150	5,19	3,82	12,26	104,2	50 Р
Макароны отварные с маслом	150	7,70	8,6	45,15	289,0	30 Р
Кнели куриные	100	19,50	11,4	18,2	253,0	75 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Компот из яблок с апельсином	200	0,26	0,107	13,32		20 Р
День 5		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша Боярская с изюмом	250	7,40	6,9	45,06	272,3	40 Р
Каша 5 злаков на воде	250	3,90	2,4	18,9	112,0	55 Р
Оладьи (покупные)	100	7,02	9,54	51,043	317,9	40 Р
Вареники с адыгейским сыром	200	25,00	23,5	34,1	447,0	100 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 Р
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 Р
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 Р
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 Р
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р

Обед						
Салат из свеклы с сыром	100	6,13	9,64	14,24	168	30 ₽
Салат картофельный с ветчиной	100	4,90	7,256	12,0	133,0	45 ₽
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- ₽
Рассольник Ленинградский (куриный)	250	5,50	7,9	17,53	163,5	45 ₽
Суп пюре сырный (куриный)	250	11,00	14,0	24,0	266,5	60 ₽
Плов из птицы	250	21,60	36,13	49,21	607,0	110 ₽
Бефстроганов из говядины	100/50	20,90	37,52	10,23	462,3	130 ₽
Картофельное пюре с тыквой	150	5,53	4,3	39,19	217,4	35 ₽
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₽
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₽
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 ₽
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 ₽
Морс из клюквы	200	0,09	0,036	23,56	94,9	25 ₽
День 6						
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша ячневая молочная	250	6,55	9,12	34,3	246,0	40 ₽
Каша рисовая с яблоком на воде	250	1,73	0,12	23,3	101,2	30 ₽
Вареники с вишней	200	24,67	22,49	34,066	437,8	100 ₽
Омлет с сыром	100	13,42	15,19	3,6	205	50 ₽
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 ₽
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 ₽
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 ₽
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 ₽
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 ₽
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 ₽
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 ₽
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 ₽
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 ₽
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₽
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₽
Обед						
Салат Весна	100	4,30	7,1	3,4	95,0	40 ₽
Салат столичный с куриным филе	100	11,00	4,6	8	117,0	50 ₽
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- ₽
Чечевичная похлебка с курицей	250	11,00	8,4	25	220,0	45 ₽
Борщ с капустой и картофелем (говядина)	250	5,22	11,35	11,54	169,2	65 ₽
Котлеты куриные рубленые	100	18,16	20,16	20,6	336,6	80 ₽
Гречка отварная с маслом	150	6,70	5,70	35,40	221,00	25 ₽
Шницель натуральный рубленный	100	18,70	19,7	12,45	302,0	95 ₽

Картофель отварной с укропом и со слив.маслом	150	5,17	9,926	41,33	275,3	45 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Компот из сухофруктов	200	0,46	0,038	27,83	113,5	20 Р
День 7		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша кукурузная молочная	250	6,16	5,79	40,6	239,2	35 Р
Каша овсяная диетическая (вязкая)	250	3,60	1,8	18,0	102,6	30 Р
Сосиска отварная	60	6,49	16,5	0	174,5	50 Р
Макаронны отварные с маслом	150	7,70	8,6	45,15	289,0	30 Р
Сырники домашние (покупные)	100	11,00	18,2	29,7	327,0	75 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 Р
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 Р
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 Р
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 Р
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Обед						
Салат винегрет овощной	100	3,00	7,3	16,4	144,0	30 Р
Салат Греческий с брынзой	100	2,30	8,5	3,7	100,8	50 Р
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- Р
Суп Минестроне овощной	250	2,00	2,5	14,35	89,0	50 Р
Суп лапша по-казачьи (говядина)	250	5,90	9,5	15,8	172,0	50 Р
Горбуша запеченная с сыром и помидором	100	6,31	13,43	0,713	149,0	180 Р
Люля-кебаб из курицы	100	20,60	15,9	7,84	257,0	90 Р
Картофель запеченный	150	7,86	8,78	62,75	361,5	40 Р
Рис отварной с маслом	150	5,67	9,082	55,02	324,5	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Компот из свежих плодов (яблоки и груши)	200	0,07	0,057	12,149	49,4	20 Р

День 8		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша Дружба молочная	250	5,31	5,7	35,6	215,0	40 Р
Каша пшеничная с изюмом на воде	250	3,83	1,0	29,8	143,2	30 Р
Блин б/н со слив.маслом	120	12,40	14	45,6	358,0	40 Р
Запеканка творожная	100	15,11	11,3	18,0	234,0	70 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 Р
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 Р
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 Р
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 Р
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Обед						
Салат из сырых овощей с кукурузой	100	2,00	5,4	7,5	86,5	30 Р
Салат Айсберг с помидорами	100	2,30	5	2,6	65,0	45 Р
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- Р
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	5,33	9,6	10,2	149,0	55 Р
Кулеш из курицы с яйцом	250	6,90	10,0	11,104	162,0	60 Р
Котлеты рыбные (минтай)	100	21,00	4,311	10,6	165,0	120 Р
Биточки мяс .гов/кур	100	16,74	18,36	15,6	294,6	100 Р
Капуста брокколи с запеченным болгарским перцем	150	3,04	2,7	12,0	84,2	65 Р
Спагетти отварные с маслом	150	6,50	10,2	38,113	269,9	35 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р
Компот из с/м ягод	200	0,16	0,06	17,97	73,0	20 Р
День 9		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша овсяная молочная	250	6,14	7,056	32,41	217,0	40 Р
Каша овсяная диетическая (вязкая)	250	3,60	1,8	18,0	102,6	30 Р
Кнели куриные	100	19,50	11,4	18,2	253,0	75 Р
Рис отварной с маслом	150	5,67	9,082	55,02	324,5	30 Р
Омлет с ветчиной	100	11,35	13,4	2,8	177,2	50 Р
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 Р

Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 ₺
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 ₺
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 ₺
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 ₺
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 ₺
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 ₺
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 ₺
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 ₺
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₺
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₺
Обед						
Салат из капусты с овощами	100	2,16	5,44	7	85	40 ₺
Салат Примavera с куриным филе	100	7,10	5,9	2,86	92,4	50 ₺
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- ₺
Суп Минестроне овощной	250	2,00	2,5	14,35	89,0	50 ₺
Уха из горбуши	250	16,50	17,5	12,1	272,0	80 ₺
Котлеты куриные рубленые	100	18,16	20,16	20,6	336,6	80 ₺
Оладьи печёночные	100	17,50	14,8	9,89	242,0	60 ₺
Гречка отварная с маслом	150	6,70	5,70	35,40	221,00	25 ₺
Соте из овощей	150	1,80	6,3	9,9	104,0	50 ₺
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₺
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 ₺
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 ₺
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 ₺
Напиток из плодов шиповника	200	0,51	0,2	19,24	81,0	20 ₺
День 10		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	250	6,40	6,07	38,7	233,0	35 ₺
Каша 5 злаков на воде	250	3,90	2,4	18,9	112,0	55 ₺
Оладьи (покупные)	100	7,02	9,54	51,043	317,9	40 ₺
Скрембл	100	11,24	12,146	2,9	166,0	45 ₺
Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,08	75,0	15 ₺
Сыр твердый	10	2,76	3,36	0	42,0	25 ₺
Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,2	65,9	25 ₺
Мед	20	0,00	0	14,12	56,0	20 ₺
Соус ягодный	30	0,17	0,063	17,751	72,2	20 ₺
Сметана (кипяченая)	30	0,79	6,3	1,071	64,0	25 ₺
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 ₺
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 ₺
Какао с молоком	200	3,96	3,8	26	154,0	30 ₺

Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	3,21	4,42	17,1	121	30 Р
Салат картофельный с ветчиной	100	4,90	7,256	12,0	133,0	45 Р
Масло оливковое	10	0,00	10	0	88,0	- Р
Суп картофельный с сырными клёцками	250	11,00	12,52	21	239,2	40 Р
Щи зелёные со шпинатом (куриный)	250	7,30	6,1	9,2	121,0	55 Р
Запеканка картофельная с мясом	250	29,70	36,77	52,75	660,8	150 Р
Макароны отварные с маслом	150	7,70	8,6	45,15	289,0	30 Р
Ежики из индейки в сметанном соусе	70/30	14,09	14,82	9,78	232	95 Р
Компот из св.яблок и с/м ягод	200	0,19	0,119	18,4	75,7	20 Р
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,63	10,71	54,8	5 Р
Чай чёрный заварной с сахаром	200	0	0	15,78	63,0	15 Р
Лимон	5	0,05	0,06	0,165	0,9	3 Р