

"Разработано"

Общество с ограниченной ответственностью  
Виво Маркет



"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора  
по Волгоградской области



*И.А. Крайнова*  
И.А. Крайнова  
02.05.19г

### Ассортимент блюд свободного выбора за наличный расчет

для обучающихся Красноармейского, Держинского, Ворошиловского, Краснооктябрьского и Тракторозаводского  
районов г.Волгограда МОУ (в школьных столовых) \_\_\_\_\_

(готовая кулинарная и кондитерская продукция)

Наименование	Выход, г 2	Белки, г 3	Жиры, г 4	Углеводы, г 5	кКал 6	В1 7	С 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Mg 13	Fe 14	№ ГТК 15
<b>Первые блюда</b>														
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,5	6,2	16,3	132,5	123,75	10	0,18	0,38	32,5	92,5	12,5	0,38	110
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	2	5,2	13,1	106	99	8,2	0,14	0,3	26	74	10	0,3	110
Рассольник Ленинградский	250	3,7	5,6	25	168,7	0	5,88	0	0,38	22,5	96,25	16,25	0,5	132
Рассольник Ленинградский	200	3	4,5	20,1	135	0	4,7	0	0,3	18	77	13	0,4	132
Суп из овощей	250	3,7	3,7	22,5	141,3	0,1	8,75	0,01	0	55	110	35	1,88	135
Суп из овощей	200	2,5	3	18,3	113	0,08	6,83	0,01	0	44,4	87,6	28,4	1,55	135
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	7,5	7	27,8	208,7	0,15	10	0,01	0	700	155	46,25	2,5	139
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	6,2	5,6	22,3	167	0,12	7,6	0,01	0	560,2	123,8	37,3	1,8	139
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,8	6,3	26,2	151,3	0,09	0	0,01	0	12,5	61,25	22,5	0,99	140
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,9	5,3	21	121	0,07	0	0,01	0	10,1	49,1	17,83	0,79	140
Суп картофельный с рисом	250	1,8	5,2	16,5	122	0,09	8,25	0	1,23	26,7	55,98	22,78	0,88	138
Суп картофельный с рисом	200	1,44	4,16	13,2	97,6	0,07	6,6	0	1	21,36	44,78	18,22	0,7	138
Суп картофельный с чечевичей	250	7,75	7	27,88	208,75	0,07	9,5	0	2,43	700,25	88,1	46,63	2,25	139
Суп картофельный с чечевичей	200	6,2	5,6	22,3	167	0,06	7,6	0	1,94	560,2	70,48	37,3	1,8	139
Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116	0,04	9,88	0	2,3	35,88	33,58	14,18	0,58	134
Суп крестьянский с крупой	200	2,08	4,24	11,44	92,8	0,03	7,9	0	1,84	28,7	26,86	11,34	0,46	134
Суп-лапша домашняя	250	2,56	5,54	11,63	115,75	0,05	0,5	12,5	2,58	28,5	38,5	10,68	0,65	148
Суп-лапша домашняя	200	2,05	4,43	9,3	92,6	0,04	0,4	10	2,06	22,84	30,8	8,54	0,52	148
Суп с клецками	250	5,1	6,8	23,6	174,5	0	3,1	25,5	0,5	38,3	20,6	69,5	1,1	154/2016
Суп с клецками	200	4,2	5,5	19	139,2	0	2,4	20,4	0,4	30,2	16,5	54,9	0,9	154/2016
Суп-пюре картофельный	250	3,5	6,4	20,5	151,4	0,1	7,8	27,6	0,2	65,8	28,3	87,3	1	128/2016
Суп-пюре картофельный	200	2,9	5,1	16,4	121,1	0,1	6,3	22,1	0,2	52,8	22,9	70	0,7	128/2016
Суп-пюре овощной	250	2,4	3,7	11,6	89,5	0	6,6	16,9	0,2	58,9	20,4	55,6	0,9	130/2016
Суп-пюре овощной	200	2	2,6	9,3	68	0	5,1	11,5	0,2	47,6	16,1	44,3	0,6	130/2016
Уха с пшенной крупой, с рыбой	200/50	2,6	5,3	14,3	116	0,12	9,88	0	1,28	35,88	71,1	14,18	0,58	181
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,5	5	8,6	91,3	3,38	17,5	0,01	0	11	54,88	25	0,93	124
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2	4,3	6,9	73	2,57	14,11	0,01	0	8,8	43,9	19,7	0,74	124
<b>Гарниры</b>														
Бобовые отварные (горох)	150	14,1	6,9	33,4	255	0	2,8	0	0,2	18	10	4	0,6	514
Бобовые отварные (горох)	180	17	8,5	40	306	0	3,4	0	0,24	21,6	11,99	4,8	0,72	514
Вок "Рис с овощами"	150	4,4	10,2	41,2	275,1	0	22,9	0,7	4,8	27	37,5	92,4	0,9	178/2016
Капуста тушеная	150	3,75	6,9	16,1	141	0,04	24,99	0	2,6	85	60,21	31,8	1,22	534
Картофель отварной с маслом	150	3,2	6,8	22	163	0,2	6,7	0,01	0,2	48	100,8	36	1,2	518
Картофель отварной с маслом	180	3,8	8,1	26,3	196	0,3	7,8	0,01	0,2	58	101	40	1,6	518
Картофель отварной с маслом	200	4,2	9	29,2	217,8	0,33	8,67	0,01	0,2	64,4	112,2	44,4	1,78	518
Картофель отварной, запеченный с сыром	150	4,5	7,5	24	182,6	0,2	12,1	0	2,3	77,5	33,7	109,7	1,6	349/2016
Картофель тушеный	150	3,15	9,6	27,8	181,5	0,2	10,5	0,01	0,2	28,5	100,8	36	1,5	216
Картофельное пюре	150	3,2	6,8	22	163	0,2	6,7	0,01	0,2	48	100,8	36	1,2	520
Картофельное пюре	180	3,8	8,1	26,3	196	0,3	7,8	0,01	0,2	58	101	40	1,6	520
Картофельное пюре	200	4,22	9	29,22	217,8	0,3	8,67	0,01	0,2	64,4	112,2	44,4	1,78	520
Картофель по-деревенски	150	4,3	4,8	34,4	197,4	0,2	17,4	0	1,9	26,8	114,4	45,2	2	351/2016
Каша гречневая вязкая	150	4,5	7,05	26,92	180	0,12	0	0	0,34	24,74	108,9	131,74	4,43	302
Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,5	31,9	216	0,14	0	0	0,41	26,69	130,6	158,09	5,32	302
Каша гречневая вязкая	200	6	9,4	35,9	240	0,15	0	0	0,46	32,99	145,15	175,65	5,9	302
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	10,8	41,25	303	0,2	0	37,5	0,47	24,74	197,2	131,74	4,43	508
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	12,96	49,5	363,6	0,24	0	45	0,56	29,69	236,64	158,09	5,32	508
Каша пшенная рассыпчатая	150	9,8	0	39,1	244	0,2	0	20	0,2	17,8	138,6	48,8	1,64	508
Каша пшенная рассыпчатая	180	8,2	0	46,9	280	0,24	0	23,9	0,24	21,4	166,32	58,5	1,96	508



Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	кКал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТТК		
														11	15
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>1</b>															
Макаронные отварные	150	5,46	5,79	35,46	195,71	0,06	0	28,57	0,81	12,14	37,57	8,14	0,81	516	
Макаронные отварные	180	6,55	6,95	39,55	234,85	0,07	0	34,28	0,97	14,57	45,08	9,7	0,97	516	
Макаронные отварные	200	7,28	7,72	47,28	260,95	0,08	0	38,09	1,08	16,18	50,09	10,85	1,08	516	
Макаронные отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,8	0,06	0,17	86,4	0,8	221,4	151,56	15,24	0,92	333	
Пюре из бобовых (горох)	150	14,1	6,9	40,4	255	0	2,8	0	0,2	18	9,8	3,3	0,6	199/2015	
Пюре из бобовых (горох)	180	17	8,5	47,1	306	0	2,8	0	0,24	18	9,9	3,4	0,72	199/2015	
Рату овощное	150	5,4	8,6	16	156	3,68	0,3	0	0	12	72	49	541		
Рату овощное	180	5,1	9,2	19,2	175	4,41	0,36	0	0	1,1	14,4	86,4	58,8	541	
Рату овощное	200	5,7	10,22	21,3	194,4	4,9	0,4	0	0	1,22	16	96	65,3	541	
Рис отварной	150	3,2	6,8	22	163	0,2	6,7	0,01	0,2	48	100,8	36	1,5	511	
Рис отварной	180	3,8	8,2	23,4	196	0,23	8	0,01	0,24	57,6	120,96	43,2	1,44	511	
Рис отварной	200	4,3	9,1	29,3	217,3	0,25	8,9	0,01	0,26	64	134,4	48	1,6	511	
Рис с горошком	150	3,5	5,3	33	192,2	0	0,6	25,2	0,5	13,6	70	24	0,5	357/2016	
Рис с горошком	180	4,2	5,4	39,6	222,5	0	0,7	25,2	0,5	15,5	84	28,7	0,6	357/2016	
Рис припущенный с томатом	150	4,9	5,7	40	253	0,04	6,7	0,01	0,2	46	100,7	34	1	513	
Рис припущенный с томатом	180	5,7	6,8	47,7	279	0,04	6,7	0,01	0,2	48	100,8	36	1,2	513	
<b>Каша</b>															
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом	150/5	4,49	8,25	32,71	214,5	0,07	0,7	40,45	0,13	98,45	115,67	27,47	0,6	175/2015	
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом	200/5	5,94	10,91	41,68	286	0,09	0,93	53,5	0,17	130,2	153,98	36,33	0,8	175/2015	
Каша гречневая молочная вязкая с маслом	150/5	4,65	7,3	31,03	186	0,2	0	38,75	0,48	25,57	203,78	136,13	4,58	302	
Каша гречневая молочная вязкая с маслом	200/5	6,15	9,65	41	246	0,3	0	51,3	0,63	33,82	269,52	180,04	6,06	302	
Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	150/5	6,13	9,68	35,8	223,64	0,13	0,7	40,45	0,46	110,43	173,44	52,27	1,28	302	
Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,1	12,8	46,73	295,8	0,17	0,93	53,5	0,61	146,05	229,4	69,13	1,69	302	
Каша молочная гречневая вязкая с маслом	150/5	4,65	7,3	31,03	186	0,2	0	38,75	0,48	25,57	203,78	136,13	4,58	302	
Каша молочная гречневая вязкая с маслом	200/5	6,15	9,65	41	246	0,3	0	51,3	0,63	33,82	269,52	180,04	6,06	302	
Каша молочная манная жидкая с маслом	150/5	6,7	15,2	30,8	112	0,05	0	0,03	0	32,25	0,62	0,62	0,25	311	
Каша молочная манная жидкая с маслом	200/5	6,9	20,2	40,9	149,1	0,06	0	0,04	0	42,95	0,82	0,82	0,33	311	
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	150/5	6,75	10,7	38,94	246,5	0,08	0,77	0	0,67	121,7	100,95	57,6	1,4	302	
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	200/5	8,1	12,8	46,73	295,8	0,11	0,93	0	0,89	146,05	135	69,13	1,69	302	
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	200/5	8,1	12,8	46,73	295,8	0,15	0,93	0	0,22	146,05	114	69,13	1,69	302	
Каша молочная рисовая вязкая с маслом	150/5	2,33	6,2	29,49	218,3	0,04	0,71	40,45	0,17	96,45	116,21	26,91	0,44	302	
Каша молочная рисовая вязкая с маслом	200/5	5,86	10,58	45,93	287	0,05	0,94	53,5	0,22	127,56	153,7	35,56	0,58	302	
<b>Вторые блюда</b>															
Бефстроганов	100	15,2	23,1	5,12	290	0,05	0,74	13,11	3,59	43,32	171,15	22,46	2,4	423	
Биточек по-белорусски	80/5	5,36	9,5	9,5	147	0,62	0,14	34,62	2,75	23,49	145,9	18,4	1,36	467	
Биточек по-белорусски	100/5	6,62	11,74	11,74	181,6	0,8	0,17	42,77	3,4	29,02	180,23	22,7	1,68	467	
Биточки паровые из говядины	100	9,01	9,88	8,59	146,25	0,06	0,26	21,21	0,46	49,05	112,94	20,61	0,81	466	
Биточки паровые из говядины	80	7,21	7,9	6,87	117	0,05	0,21	16,97	0,37	39,24	90,35	16,49	0,65	466	
Быштекс рубленый	80	15,32	18,96	0	232,45	0,05	0	0,75	0,36	11,02	142,46	16	2,23	266/2015	
Вок "Говядина с овощами"	150	15,9	26,2	20,1	380,2	0,1	22,6	0,6	7,3	52,6	180,2	47,6	3,1	276/2016	
Вок "Курица с рисом и овощами"	150	15,9	22,6	20,7	351,5	0,1	13,6	0,4	5,1	34,5	154,3	33,5	1,7	310/2016	
Гамбургер с сосиской	140	17,5	7,0	51,3	337,0	0,200	1,880	0,000	1,700	71,870	155,000	51,200	3,170	11/2015	
Гамбургер с яйцом и говядиной	150	20,6	5,4	35,0	272,0	0,180	1,540	25,000	1,820	39,920	193,680	38,940	2,500	12/2015	
Говядина в кисло-сладком соусе	80	10	11,1	6,8	166,4	0	0,8	0	1,6	13,1	88,3	12,4	1,2	277/2016	
Говядина отварная	25	4,4	3,5	0,55	50,9	0	0	0	0,8	7,25	76,2	4,8	0,6	411	
Говядина, запеченная с макаронами и сыром	150	13,2	19,5	17,1	297,4	0	1,6	16,9	3,4	161,1	159,6	21,5	1,7	261/2016	
Говядина, запеченная с макаронами и сыром	200	17,5	26	22,5	394,4	0	1,9	22,7	4,5	212,1	210,7	28,2	2,1	261/2016	
Голубцы	100/50	12,9	10,6	9,7	188	0,12	1,07	0	0	55,34	261	57	2,81	486	
Голубцы	150/50	17,2	14,13	12,93	250,7	0,16	1,43	0	0	73,79	348	76	3,75	486	
Гуляш из говядины	100/100	40,4	28,16	6,54	328	0,03	2,4	0	0	47,2	308,3	44,06	6,13	437	
Гуляш из говядины	80/80	32,32	22,53	5,23	262,4	0,02	1,92	0	0	37,76	246,64	35,25	4,9	437	
Ежики мясные	100	13,6	18,3	12,9	268,9	0	0,8	15,1	2,6	16,8	129,2	19,6	1,8	299/2016	
Ежики мясные	80	10,9	14,2	10,4	212,4	0	0,7	10,1	2,1	14,2	103,6	16	1,5	299/2016	



Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	кКал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТТК	
													14	15
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1														
Жаркое по-домашнему	150	13,9	15,5	14,2	252,86	0,1	5,8	0	2,7	176,4	36,4	3,3	436	
Жаркое по-домашнему	200	18,53	20,7	18,93	337,15	0,13	7,73	0	3,6	235,2	48,53	4,4	436	
Жульен с курицей	100	11,8	13,7	5,3	193	0	1	19,2	0,7	81,8	129,4	17,9	0,7	327/2016
Жульен с курицей	80	9,7	12	4,6	164,4	0	0,9	18,3	0,6	66,2	104,9	14,7	0,6	327/2016
Запеканка картофельная с мясом	150	15	14,7	24,72	297	0,25	5,93	20	3,62	283,15	131,77	4,75	478	
Запеканка из печени с рисом	150	15	14,7	24,75	297	0,25	4,78	20	3,62	283,15	106,15	3,83	482	
Запеканка из печени с рисом	200	20	19,6	33	396	0,33	6,37	26,7	4,83	377,53	141,53	5,11	482	
Зразы из птицы с омлетом и овощами	100	11,65	17,1	7,23	229,2	0,03	1,26	72,15	0,28	73,85	98,38	15,2	1,12	298/2015
Зразы рубленые из говядины с яйцом	100	16,6	11,1	7,9	200	0,02	1,2	69,1	0,2	73,8	92,6	15,2	1	457
Зразы рыбные рубленые	100/5	11,3	16,3	15,3	248	0,06	0,71	43,37	21,25	39,9	104,6	22,55	0,83	237/2015
Зразы рыбные рубленые	80/5	11,2	15	12,2	219	0,05	0,57	34,7	17	31,92	83,73	18,04	0,67	237/2015
Кабачки, фаршированные мясом и рисом	160	12,27	9,5	23,19	224	0,046	72,33	10,14	1,25	25,64	28,73	2,12	286/2015	
Кабачки, фаршированные овощами	150	2,9	12,1	7,74	157,14	0,04	11,54	20	4,7	86,91	61,83	22,63	0,7	169/2015
Кнели из кур	100/5	16,68	20,33	6,33	273,75	0,06	0,26	21,21	0,46	49,05	112,94	20,62	0,81	505
Кнели из кур	80/5	13,34	16,26	5,06	219	0,05	0,21	16,97	0,37	39,24	90,35	16,49	0,65	505
Кнели из кур с рисом	100/5	16,68	20,33	6,33	273,75	0,06	0,26	21,21	0,46	49,05	112,94	20,62	0,81	301/2015
Кнели из кур с рисом	80/5	13,34	16,26	5,06	219	0,05	0,21	16,97	0,37	39,24	90,35	16,49	0,65	301/2015
Котлета куриная рубленая	100/5	17,4	12,14	26,5	253	0,2	0,9	33,8	68,4	57,38	80	22,2	3,62	498
Котлета куриная рубленая	80/5	13,93	11,24	21,89	209	0,15	0,7	31,57	52,85	46,19	61,82	17,15	2,8	498
Котлета рыбная Любительская	100/5	14,1	11,2	18,8	230	0,06	1,08	18,5	3,23	62,8	124,4	43,3	1,68	390
Котлеты или биточки рыбные	100	14,1	11,2	18,8	230	0,08	1,08	25,8	1	62,8	183,25	43,3	1,68	234/2015
Котлеты или биточки рыбные	80	12,5	9	15	194	0,06	0,86	20,64	0,8	50,2	146,6	34,64	1,34	234/2015
Котлеты куриные, запеченные с молочным соусом	100	16,6	19,2	10,8	278	0,08	0,51	81,4	0,89	79,45	78,53	16,16	28,98	501
Котлеты куриные, запеченные с молочным соусом	80	15,68	17,36	8,64	256,4	0,06	0,41	65,12	0,71	63,56	62,82	12,93	23,18	501
Котлеты рубленые с белокочанной капустой	100	17	10,1	16,1	261	0,08	0	0	0	13,5	174	26	2,75	455
Котлеты рубленые с белокочанной капустой	80	16	10,1	12,9	241	0,06	0	0	0	10,8	139,2	20,8	2,2	455
Котлеты, биточки, шницели	100	15	22	13	312,73	0,06	0,3	40	40,98	39,22	154,3	50,7	2,5	451
Котлеты, биточки, шницели	80	12	17,6	10,4	250,18	0,04	0,24	29	29	31,38	123,46	40,56	2	451
Куриное филе запеченное	80	24	24,1	0,2	313	0,1	1	0,1	1,9	20,4	191	22,8	1,5	320/2016
Куриные шашлычки	80	16,3	18,8	0,8	238,7	0,1	3,2	0,1	2,5	20	133,7	19,2	1,3	321/2016
Курица в сырном соусе с рисом	150	20,4	23,4	25,8	399	0,1	0,7	32,9	0,6	119,1	218,8	35,6	1,5	322/2016
Курица по-китайски с рисом	150	18,1	21,4	27	372,4	0,1	2,1	25,5	2,1	34,2	183	37,6	1,7	323/2016
Макароник с печенью	200/10	27,8	25,8	30	418	0,12	0	28,96	0,43	28,26	248,22	38,52	3,36	285/2015
Макароник с печенью	250/10	34,3	29,8	37,5	498	0,15	0	36,2	0,54	35,32	310,27	48,15	4,2	285/2015
Мясо птицы по-царски	80	9,4	13,9	5,5	186,6	0	3,1	0	2,8	63,7	107,7	15,9	1,1	325/2016
Наггетсы куриные	80	16,3	21,8	9,6	298,4	0,1	0,6	50,5	0,6	23,6	170,3	28,2	2,3	326/2016
Пельмени мясные (говядина)	150	15,44	9,1	26,38	249,5	0,15	0,3	17,7	1,23	17,8	135,65	27,2	0,7	392/2015
Перец, фаршированный мясом и рисом	160	12,27	9,5	23,19	224	0,07	72,33	10,14	1,33	25,64	131,14	28,73	2,12	286/2015
Печень по-строгановски	80/80	21,8	21,8	6,2	312	0,32	26	9251,2	5,5	28	382,91	30	10	431
Печень, тушенная в соусе	100	13,6	8,8	3,8	169	0,24	36,1	69,26	0,6	32	279,1	18,5	5,9	439
Печень, тушенная в соусе	80	13,1	11	3	162,2	0,19	28,86	55,41	0,48	25,62	223,29	14,8	4,72	439
Пита с курицей	200	13,4	10,4	50,4	349,0	0,100	6,500	0,100	2,200	37,400	113,900	23,800	1,400	329/2016
Плов из говядины	50/150	21,6	11,87	37,8	350	0,08	1,7	0	3,7	18,97	266,85	52,4	3,53	443
Плов из говядины	50/100	16,2	8,9	28,35	262,5	0,06	1,28	0	2,75	14,23	200,14	39,29	2,65	443
Плов из птицы	150	13,51	6,71	27,34	224	0,11	4,9	21	0,41	27,07	142	40,45	1,4	492
Плов из птицы	200	18	9	36,5	298,7	0,15	6,53	28	0,55	36,09	189,3	53,93	1,9	492
Плов из птицы	230	20,7	10,4	42	343,5	0,17	7,5	32,2	0,63	41,5	217,7	62,02	2,19	492
Поджарка из говядины	80	17,08	22,24	3,3	280,62	0,05	1,7	0	4,3	29,98	185,8	28,2	2,8	251/2015
Поджарка из свинины	80	12,5	35,6	3,3	381,5	0,33	1,7	0	4,3	27,9	156,2	202,5	3,6	251/2015
Птица отварная	80	17,58	14,4	0,3	198,4	0,05	3,76	72,96	0,3	46,08	100,4	4,32	1,2	487
Птица отварная	100	21,98	18	0,38	248	0,06	4,7	91,2	0,4	57,6	125,5	5,4	1,5	487
Птица, тушенная в сметанном соусе	160	18,9	16,2	4,7	240	0,08	2,3	60	1,54	62,24	144,8	21,02	1,46	493
Птица, тушенная в сметанном соусе	200	23,6	20,3	5,9	300,1	0,1	2,88	75	1,93	77,8	181	26,28	1,83	493



1														
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	кКал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТГК	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Рагу из птицы	150	12,3	11,5	13,05	193,5	0,06	9,7	12,51	0,23	92,7	33,17	1,64	289/2015	
Рагу из птицы	200	16,4	15,3	17,4	258	0,08	12,93	16,68	0,3	42,05	44,22	2,19	289/2015	
Рагу из птицы	250	19	16,6	21,8	310	0,1	16,16	20,85	0,38	52,56	55,28	2,73	289/2015	
Рулет из рыбы	100	8,81	8,18	12,48	158,75	0,1	0,39	41,75	1,9	63,18	147,14	29,71	1,1	395
Рыба жареная	100	13,89	13,45	4	192,73	0,1	1,4	44,55	4,62	39,02	171,9	38,73	0,76	377
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	150	12,6	6,6	18,8	183,1	0,2	5,6	1,8	2,4	68,1	198,6	50,1	1,5	249
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	16,4	8	24,6	236,1	0,2	7,5	2,4	2,8	88,2	263,1	66,3	1,7	249
Рыба, тушенная в томате с овощами	100/100	19,5	9,9	7,6	210	0,1	7,45	11,63	5,04	78,13	324,38	97,06	1,7	374
Рыба, тушенная в томате с овощами	80/80	15,6	7,92	6,08	168	0,08	5,97	9,3	4,03	62,5	259,5	77,65	1,36	374
Рыба припущенная	80	13,7	6,58	0,74	116,8	0,06	0,67	39,2	0,38	12,37	156,54	36,67	0,72	371
Рыба припущенная	100	13,7	8,22	0,92	146	0,08	0,84	49	0,48	15,46	195,68	45,84	0,9	371
Сосиска отварная	100	11,25	22,8	1,6	266,25	0,01	0	0	0,1	6	35	4	0,45	413
Сосиска отварная	80	9	19,04	1,28	213	0,01	0	0	0,1	6	35	4	0,45	413
Сэндвич с колбасой и сыром	200	17,0	39,7	37,2	574,1	0,200	2,300	30,300	6,400	271,700	229,700	26,100	1,500	623/2016
Сэндвич с котлетой из курицы	200	15,4	35,9	46,3	565,9	0,100	2,600	71,600	6,800	31,100	146,300	30,000	1,900	625/2016
Суфле рыбное	80	11,8	9,4	2,9	143,9	0,1	0,1	16,2	2,3	50	170,1	33,6	0,9	250/2016
Тефтели (2 вариант)	100/30	8,82	9,8	11,16	167,82	0,06	0,5	39	0,53	27,95	98,3	19,5	0,8	462
Тефтели (2 вариант)	80/30	7,46	8,29	9,44	142	0,05	0,41	33	0,45	23,65	83,14	16,5	0,68	462
Тефтели из печени с рисом	80/80	13,3	14,8	17,5	257	0,15	7,48	31,89	0,48	67,5	203,2	23	3,26	465
Тефтели из печени с рисом	100/80	13,8	14,8	21,9	271	0,19	9,35	39,86	0,6	84,74	254	28,75	4,7	465
Фрикадельки в соусе	100/30	10,2	13,65	12,48	216,3	0,05	0,17	21,8	3,12	41	100,68	15,9	6,2	469
Фрикадельки в соусе	80/30	8,63	11,55	10,56	183	0,04	0,14	18,43	2,64	34,7	85,19	13,49	5,24	469
Фрикадельки рыбные	100	11,8	7,9	7,5	143,8	0,9	0,5	53,25	0,38	39,03	147,3	32,5	0,89	240/2015
Фрикадельки рыбные	80	11,6	9,3	6	145	0,72	0,4	42,6	0,3	31,22	117,9	26	0,71	240/2015
Чахохбили из кур	125	9,75	9,5	8	158,75	0,03	0,3	74,8	0,26	41,11	62,8	10,37	0,87	491
Чахохбили из кур	150	11,7	11,4	9,6	190,5	0,04	0,3	89,8	0,3	49,3	75,36	12,4	1,04	491
Шницель натуральный рубленый	100/5	17,3	35,8	8,23	426,25	0,09	0	39,62	4,4	15,86	180,85	27,96	3,3	450
Шницель натуральный рубленый	80/5	13,83	28,63	6,58	341	0,07	0	31,7	3,52	12,69	144,68	22,37	2,64	450
Блюда из творога, яиц														
Блинчики с маслом и сахаром	50/10/10	2,65	8,54	25	187,5	0,1	0	28	1,61	15,03	87,94	12,47	0,72	399/2015
Блинчики с повидлом	135/30	7,72	4,08	57,84	299,63	0,16	0,17	28,55	2,27	35,42	99,98	30,78	1,75	399/2015
Блинчики со стуженным молоком	135/30	9	5,1	55,6	303,9	0,17	0,14	35,58	2,18	115	156,28	35	1,5	399/2015
Вареники с творогом со сметаной	150/15	17,5	10,06	34,4	298,38	0,07	0,09	80,44	0,5	99,07	252,72	31,52	0,88	725
Драчена	150/5	17,13	22,74	9,12	309	0,16	0,3	326,91	0,96	124,2	277,76	124,2	3,21	216/2015
Запеканка рисовая с творогом с молоком стуженным	150/20	26	22,2	36,5	398	0,03	0,16	0,05	1,2	37,1	101,1	10,3	0,38	315
Запеканка рисовая с творогом с молоком стуженным	200/20	33,33	28,6	36,4	530,67	0,03	0,16	0,05	1,2	37,1	101,1	10,3	0,38	315
Лапшевник с творогом и прокипяченной сметаной	150/20	19,4	16	48	353	0,09	0,13	59	3,79	99,9	162,2	28,3	1,28	208/2015
Лапшевник с творогом и прокипяченной сметаной	200/20	25,1	20,7	62,12	470,67	0,09	0,13	59	3,79	99,9	162,2	28,3	1,28	208/2015
Оладьи с повидлом	150/20	12,41	11,9	77,86	476	0,23	0,65	28,3	5,7	131,7	192,36	51,42	2,36	733
Оладьи с яблоками	150/10	8,48	8,48	70,56	398,4	0,22	1,26	65,2	5,53	119,18	174,1	46,27	2,25	735
Омлет натуральный	105/5	9,8	17,4	1,85	202,8	0,08	0,18	238	0,55	72,2	165,6	11,3	1,85	340
Омлет натуральный	150/5	14	24,9	2,64	289,7	0,11	0,26	335,36	0,78	103,14	233,3	16,14	2,64	340
Омлет, фаршированный мясными продуктами	150/5	15,2	31	2,3	349,3	0,13	0,2	294,72	0,8	97,5	247,56	19,5	2,8	344
Сырники из творога с повидлом	100/20	16,3	13,7	20,4	273	0,09	0	52,29	1,9	158	211	23	0,8	358
Сырники с морковью с молоком стуженным	150/20	19	15,3	22,8	291	0,13	0,2	74,08	2,69	163	298,92	28	0,9	360
Яйцо вареное вкрутую	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0,02	0	0,06	0	19,4	66,8	4,8	0,9	337
Хлебобулочные изделия (реализуются в ассортименте)														
Булочка Ванильная	100	4,9	1,7	33,0	170,0	0,160	0,000	0,000	2,400	130,000	224,000	32,000	0,160	767
Булочка Веснушка	100	9,8	3,4	66,0	340,0	0,120	0,200	0,004	0,000	58,200	94,600	16,600	1,000	773
Булочка для сэндвича	100	7,2	11,5	57,1	358,1	0,1	0	50,4	0,7	16,7	57,6	10,5	0,6	618/2016
Булочка для хот-дога	50	4,2	4,3	24,9	154,6	0,1	0	15,5	0,3	17,4	42,9	6,8	0,4	638/2016
Булочка Домашняя	100	7,6	8,1	29,3	292,0	0,067	0,000	0,000	0,600	18,700	63,000	24,700	1,100	769
Булочка Дорожная	100	7,7	8,4	49,3	292,0	0,173	0,000	0,000	0,800	24,000	84,000	32,000	1,460	770

Страница 4



Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	кКал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТТК
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Булочка Дорожная со стуженкой	100	7,9	12,4	61,9	384,0	0,180	0,000	0,800	25,000	85,000	33,000	1,500	770
Булочка Молочная	100	7,3	12,8	46,5	333,3	0,120	0,000	0,050	68,160	214,830	24,830	2,160	779
Булочка Молочная с сыром	50/20	13,9	8,7	49,3	325,7	0,100	0,000	0,042	58,430	184,140	14,900	1,850	779
Булочка с конфитуром абрикосовым	60	4,0	8,6	24,7	192,0	0,100	0,020	0,000	12,780	46,100	16,920	0,830	426/2015
Булочка с конфитуром черносмородиновым	60	4,0	8,6	24,7	192,0	0,100	0,020	0,000	12,780	46,100	16,920	0,830	426/2015
Булочка с повидлом обсыпанная	60	4,0	8,6	24,7	192,0	0,100	0,020	0,000	12,780	46,100	16,920	0,830	426/2015
Булочка слоеная с помадкой	100	7,3	9,0	61,2	353,0	0,000	0,000	0,000	5,600	11,900	6,800	0,128	774
Булочка Школьная	60	5,0	1,9	26,9	145,0	0,090	0,000	1,320	13,500	46,100	19,400	0,880	428/2015
Ватрушка с конфитуром абрикосовым	100	12,9	8,1	46,0	304,0	0,080	0,000	1,060	65,330	112,000	16,000	0,800	741
Ватрушка с конфитуром черносмородиновым	100	12,9	8,1	46,0	304,0	0,080	0,000	1,060	65,330	112,000	16,000	0,800	741
Ватрушка с повидлом	100	12,9	8,1	46,0	304,0	0,080	0,000	1,060	65,330	112,000	16,000	0,800	741
Ватрушка с творогом	100	11,6	22,9	35,1	386,7	0,040	0,000	0,026	133,460	507,730	53,060	6,770	741
Вафли бисквитные с повидлом	100/20	5,7	12,2	53,4	344,9	0,100	0,000	45,500	19,600	61,600	8,200	1,100	512/2016
Вафли шоколадно-апельсиновые с повидлом	100/20	8,1	13,7	55,5	378,7	0,100	3,400	45,500	1,100	35,400	123,500	48,100	3,100
Кекс "Весенний"	100	3,8	21,5	39,8	358,0	0,070	0,115	25,600	2,100	50,600	5,300	0,100	795
Кекс "Столичный"	100	6,1	18,5	57,4	420,0	0,094	0,000	118,670	0,000	36,670	85,100	22,670	1,600
Колбасные изделия, запеченные в тесте (сосиска, колбаса вареная)	100	8,6	6,7	6,6	125,0	0,070	1,000	0,000	40,900	128,900	14,900	1,300	747
Коржик молочный	75	7,2	11,6	72,6	420,0	0,100	0,120	0,000	28,100	0,690	10,900	0,880	806
Кулебяка с капустой	100	6,0	9,5	32,8	241,0	0,200	0,000	0,000	65,000	112,000	16,000	0,800	742
Кулебяка с капустой и рыбой	100	8,3	13,5	31,3	245,0	0,200	0,000	1,200	65,000	112,000	16,000	0,800	742
Кулебяка с капустой и сыром	100	13,6	12,3	36,9	308,0	0,050	0,900	0,000	37,900	128,900	25,800	1,100	742
Кулебяка с капустой	100	6,1	2,8	54,6	196,0	0,100	0,900	0,000	25,340	62,740	25,060	1,180	738
Пирожок печеный с картофелем	100	6,3	3,6	40,9	317,0	0,120	0,680	0,000	21,200	71,400	28,000	1,280	738
Пирожок печеный с повидлом	100	7,7	6,7	84,0	422,0	0,130	91,000	0,040	131,000	66,600	14,100	1,400	738
Пирожок печеный с рисом и яйцом	100	5,8	5,0	63,0	317,0	0,120	0,060	0,000	20,200	72,600	26,200	1,180	738
Пирожок печеный с яблоком	100	5,7	5,1	44,7	248,0	0,200	0,000	1,600	21,000	109,000	31,000	1,400	738
Пирожок слоеный с капустой	100	6,1	2,8	54,6	196,0	0,050	0,900	0,000	11,120	5,150	25,340	25,060	1,180
Пирожок слоеный с картофелем	100	6,3	3,6	40,9	317,0	0,080	0,680	0,000	21,200	4,680	28,000	1,280	739
Пирожок слоеный с яблоком	100	4,9	13,8	40,0	304,0	0,080	0,400	0,000	18,630	52,830	9,800	1,300	739
Пита	100	7,7	1,8	48,8	241,6	0,100	0,000	0,000	16,900	58,200	11,300	0,600	593/2016
Пинца Школьная 100г (колбаса вареная, помидор свежий)	100	10,1	11,1	28,3	253,0	0,100	2,370	0,560	136,580	129,520	31,210	1,440	412/2015
Пинца Школьная 100г (колбаса вареная, томатный соус)	100	10,1	11,1	28,3	253,0	0,100	2,370	0,560	136,580	129,520	31,210	1,440	412/2015
Пинца Школьная 100г (колбаса полукопченая, помидор свежий)	100	10,1	11,1	28,3	253,0	0,100	2,370	0,560	136,580	129,520	31,210	1,440	412/2015
Пинца Школьная 100г (колбаса полукопченая, томатный соус)	100	10,1	11,1	28,3	253,0	0,100	2,370	0,560	136,580	129,520	31,210	1,440	412/2015
Расстегай с мясом	50	7,0	4,4	21,5	156,0	0,040	5,400	0,000	21,000	109,000	31,000	0,800	743
Ромовая баба	100	5,4	9,4	60,8	346,0	0,000	0,000	0,000	5,600	11,900	6,800	0,128	796
Сдоба обыкновенная (плюшка Московская)	100	8,8	9,1	60,4	359,0	0,100	0,000	1,600	86,000	149,000	21,300	0,100	766
Сосиска, запеченная в тесте	100	8,6	6,7	6,6	125,0	0,140	1,000	1,510	40,900	104,460	14,900	1,300	747
Сочник	100	11,1	20,7	43,7	402,4	0,100	0,000	1,000	66,900	111,600	13,200	0,800	536/2016
Тортилья с зеленью	100	7,7	3,2	42,3	228,9	0,100	1,400	0,600	30,100	80,100	11,800	1,000	594/2016
Шанежка наливная с яйцом	100	5,2	7,0	31,4	214,0	0,080	0,000	1,200	65,000	112,000	16,000	0,800	740
Сладкие блюда													
Яблоко печеное с сахаром	100	0,3	0,2	40,2	161,0	0,008	26,400	0,000	112,000	3,800	3,130	0,830	674
Закуски													
Горошек конс отварной	30	0,9	1,56	1,88	25,1	0,5	3,3	0,1	6,4	2,1	6,24	0,21	
Икра кабачковая консервированная	30	0,81	2,16	4,36	40,14	0,6	1,4	0,3	27,3	0,1	5,4	0,22	
Колбаса п/к	20	3,02	8,02	0,06	84,7	0,06	0	0	5,2	40,4	5,1	0,44	16/2015



1														
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	кКал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	№ ТТК	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	15
Колбаса п/к	30	4,53	12,03	0,09	127	0,09	0	0,18	7,8	60,6	7,5	0,66	16/2015	
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33	0	0	0,06	1,2	1,5	0	0,01	14/2015	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	0,11	2,4	3	0	0,02	14/2015	
Овощи отварные (свекла)	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00		
Овощи свежие (огурец)	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	71/2015	
Овощи свежие (помидор)	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	71/2015	
Овощи соленые (капуста)	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	70/2015	
Овощи соленые (огурец)	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	70/2015	
Овощи отварные (свекла)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	28,00	0,08	0,20	46,00	84,00	28,00	1,20		
Овощи свежие (огурец)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	28,00	0,08	0,20	46,00	84,00	28,00	1,20	71/2015	
Овощи соленые (капуста)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	28,00	0,08	0,20	46,00	84,00	28,00	1,20	70/2015	
Овощи соленые (огурец)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	28,00	0,08	0,20	46,00	84,00	28,00	1,20	70/2015	
Сельдь с луком	100	10,12	13,38	3,28	174	0,06	140	5	4,88	163,4	20,6	0,82	76/2015	
Сметана порция	10	0,28	2	0,32	24	0,01	0,8	0,1	3,3	0,5	6,4	0,4		
Соус сметанный с томатом	30	0,5	1,5	2,1	24	0,01	0,4	10,14	0,2	8,77	2,93	0,12	333/2015	
Сыр порция	10	2,6	2,9	3,3	40	0,01	0,07	26	0,05	88	3,5	0,1	97	
Сыр порция	15	3,9	4,35	4,95	60	0,015	0,1	39	0,08	132	5,25	0,15	97	
Сыр порция	20	5,1	5,9	6,47	80	0,01	0,14	52	0,1	176	7	0,2	97	
Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,03	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33		
Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,04	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44		
Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
Хлеб пшеничный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,04	0,00	0,60	10,00	32,90	7,10	0,60		
Хлеб безаглотовый	40	1,20	2,00	1,60	86,04	0,00	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,20		
Хлеб безаглотовый	60	1,80	3,00	2,40	129,10	0,00	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,30		
Напитки														
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	30,6	118	0,006	4,4	0	0,12	20,66	18,5	4,86	0,25	648
Компот из апельсинов	200	0,8	0,0	45,8	182,0	0,000	1,400	0,000	0,100	9,000	5,000	2,000	0,300	636
Компот из кураги	200	1,2	0,0	31,6	126,0	0,004	13,200	0,000	0,000	56,000	1,900	1,570	0,420	638
Компот из изюма	200	0,4	0	27,4	106	0,004	13,200	0,000	0,000	56,000	1,900	1,500	0,400	638
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	31,4	124,0	0,000	1,400	0,000	0,100	9,000	5,000	2,000	0,300	639
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,2	0	35,8	142	0,008	26,000	0,000	0,000	112,000	3,800	3,100	0,800	631
Компот из свежих плодов (лимон)	200	0,1	0	21,7	89,1	0,000	1,900	0,000	0,000	11,800	2,300	2,800	0,200	450/2016
Лимонад апельсиновый	200	0,3	0,1	23,6	97,7	0,000	7,200	0,000	0,100	16,300	6,200	4,900	0,200	467/2016
Лимонад лимонный	200	0,1	0,0	21,8	90,1	0,000	2,400	0,000	0,000	12,900	3,100	3,000	0,300	468/2016
Напиток вишневый	200	0,1	0,0	16,8	67,9	0,000	0,700	0,000	0,000	12,600	3,200	4,600	0,100	474/2016
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	20,8	88,20	0,01	100,00	0,80	21,34	3,44	3,44	0,63	705	
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	24,2	93,0	0,01	2,20	0,00	16,00	0,10	6,00	0,80	699	
Напиток смородиновый	200	0,1	0,0	16,4	67,0	0,000	9,600	0,100	12,500	3,600	5,100	0,200	479/2016	
Напиток яблочный	200	0,1	0,0	26,4	102,0	0,10	0,80	0,08	14,00	4,40	5,00	0,60	701	
Кисломолочные напитки														
Кисломолочный напиток (кефир, ряженка, снежок)	200	5,6	6,4	8,2	117,0	0,015	0,400	0,000	0,000	62,500	7,500	0,050	698	
Соки плодовые (фруктовые) и овощные, нектары														
Сок фруктовый в ассортименте	200	1,4	0,0	25,6	108,0	0,000	1,400	0,000	0,000	9,000	2,000	0,300	707	



1	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	кКал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	№ ГТК
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Чай, какао-напиток или кофейный напиток с сахаром, в том числе с молоком</b>														
Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,06	1,60	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,50	693
Какао со сгущенным молоком	200	4,7	5,0	31,8	187,0	0,03	0,38	9,50	0,04	128,00	117,86	18,00	0,64	694
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	16,0	100,6	0,06	1,30	24,40	0,00	15,78	124,56	14,00	0,13	692
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,9	2,0	20,9	113,4	0,02	0,38	10,00	0,03	128,78	86,56	12,90	0,08	380/2015
Чай зеленый (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,00	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87,0	0,030	0,500	0,010	0,000	105,800	78,300	12,200	0,100	378/2015
Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	2,200	0,000	0,000	87,000	68,000	14,000	0,800	685
Чай с сахаром каркаде	200	0,3	0,0	15,2	60,0	0,000	2,200	0,000	0,000	16,000	8,000	6,000	0,800	686
Чай с сахаром апельсин/мандарин (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	685
Чай фруктовый вишня (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай фруктовый клубника (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай фруктовый лесные ягоды (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай фруктовый лимон (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай фруктовый малина (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай фруктовый персик/абрикос (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай фруктовый черная смородина (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
Чай черный (пак) с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58,0	0,000	1,100	0,000	0,000	8,000	4,000	3,000	0,400	
<b>Фрукты (реализуются, предварительно вымытые, поштучно в ассортименте)</b>														
Апельсин	100	0,8	0,0	20,0	90,0	0,040	60,000	0,000	0,200	35,000	23,000	13,000	0,300	338/2015
Апельсин	150	1,2	0	30	135	0,06	90	0	0,3	52,5	34,5	19,5	0,45	338/2015
Апельсин	200	1,6	0,0	40,0	180,0	0,080	120,000	0,000	0,400	70,000	46,000	26,000	0,600	338/2015
Банан	100	1,5	0,0	21,0	96,0	0,040	10,000	0,000	0,400	8,000	28,000	42,000	0,600	338/2015
Груша	100	0,4	0,0	10,3	47,0	0,020	5,000	0,000	2,000	19,000	16,000	12,000	2,300	338/2015
Киви	100	1,0	0,0	11,2	88,0	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	338/2015
Мандарин	100	0,8	0,0	22,5	98,0	0,060	38,000	0,000	0,200	36,000	17,000	11,000	0,100	338/2015
Яблоко	100	0,4	0,0	9,8	47,0	0,030	10,000	0,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	338/2015
Яблоко	150	0,6	0	14,7	70,5	0,05	15	0	0,3	24	16,5	13,5	3,3	338/2015
Яблоко	200	0,8	0,0	19,6	94,0	0,060	20,000	0,000	0,400	32,000	22,000	18,000	4,400	338/2015
<b>Наименование сборников рецептов:</b>														

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2015. - 544 с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при школах / под редакцией В.Т. Лапиной. - М.: "Хлебпродинформ", 2004. - 640с.