

Примерное 10-дневное меню для питания обучающихся МБОУ "Хиславическая Ш." на 2023-2024 учебный год. Дети инвалиды. (1-18 лет)

Приложение №1 к приказу от 20.08.2023 № 108/03/2023
 Об утверждении примерного 10-дневного меню на 2023-2024 учебный год.
 Руководитель МБОУ "Хиславическая Ш." М.И.Иванова Е.К.
 2023 года



№ рациона	Наименование блюда	Масса порции и в граммах	Пищевые вещества			Энегетическая ценность	Минеральные вещества										Водорастворимые витамины					Жирорастворимые витамины				
			Б	Ж	У		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	C	B1	B2	D	A						
День 1 Завтрак	2022/54-25.1к	Каши жидкая молочная рисовая	200	5,30	5,4	28,7	184,5	342	170	149	28	134	0,42	51	6,2	39	0,61	0,05	0,15	0,05	28,4					
	2022/54гн сахаром	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	0,04	0	0,01	0	0,3					
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	224,55	41,85	9	6,3	29,25	0,49	1,44	2,7	6,52	0	0,03	0,01	0	0					
	Всего	Ци из свежей капусты с картошкой ем/куры	445	8,9	5,8	57,2	316,8	567,25	232,65	162,5	38,1	170,45	1,64	52,44	8,9	45,52	0,65	0,08	0,17	0,05	28,7					
Обед	2022/54-18м	Печень по-строганово вски	80	13,4	12,6	5,3	189,2	40,02	236,66	17,88	17,21	135,47	1,86	5,88	0,3	46,07	0,16	0,031	0,098	0	12,6					
	2022/54-1хн	сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0,2	0,6	39,94	1,68	3,44	0,11	0	0	0	0,01	0	0	0	12					
	2022/54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7	149	219	15	120	181	4,04	22	3,52	16	0	0,21	0,12	0,09	19,2					
	Пром.	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	13,44	68,32	162,4	94	11,6	18,8	60	1,55	1,76	2,19	9,6	0	0,048	0,016	0	0					
Всего		720	37,75	26,92	81,94	726,16	368,21	890,6	118,17	187,47	454,36	8,49	34,21	9,46	110,59	12,29	0,329	0,264	0,09	173,88						
Итого		1165	46,65	32,72	139,14	1042,96	935,46	1123,25	280,67	225,57	624,81	10,13	86,65	18,36	156,11	12,94	0,409	0,424	0,14	200,58						

№ рациона	Наименование блюда	Масса порции и в граммах	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества										Водорастворимые витамины						Жирорастворимые витамины		
			Б	Ж	У		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	C	B1	B2	D	A					
День 2 Завтрак	2022/54-1г Макароны отварные	150	5.4	4.9	32.8	196.8	149	53.8	12	7.2	41	0.73	21	0.06	12	0	0.06	0.03	0.09	18.2					
	2022/54-23м Биточек из курицы	75	14.4	3.2	10.1	126.4	158	172	22	48	108	1.03	13	13.8	77	0.47	0.05	0.06	0	4.72					
	2022/54гн сахаром Чай с хлебом	200	0.2	0	6.4	26.8	0.7	20.8	4.5	3.8	7.2	0.73	0	0	0	0.04	0	0	0.01	0	0.3				
	Пром. пшеничный Хлеб	45	3.4	0.4	22.1	105.5	224.55	41.85	9	6.3	29.25	0.49	1.44	2.7	6.52	0	0.03	0.01	0	0					
	Пром. ржаной Хлеб	25	1.7	0.3	8.4	42.7	101.5	58.75	7.25	11.75	37.5	0.97	1.1	1.37	6	0	0.03	0.01	0	0					
Всего	Всего	495	25.1	8.8	79.8	498.2	633.75	347.2	54.75	77.05	222.95	3.95	36.54	17.93	101.52	0.51	0.17	0.12	0.09	23.22					
Обед	2003/103 Рассольник Ленинградский с крупной перловой Ц/бр и сметаной	250	5.15	5.73	15.96	136	141.62	445.24	22.14	26.05	89.76	1.04	4.95	3.68	46.41	7.02	0.075	0.085	0	130.44					
	2003/281 Оладьи с повидлом	100/30	7.93	6.82	61.98	353	26.32	182.07	73.8	18.39	101.9	0.84	6.68	6.48	26.48	1.01	0.076	0.077	0.05	26.65					
	2022/54-3гн сахаром и лимонном Хлеб	200	0.3	0	6.7	27.9	1.54	32.44	7.45	4.66	8.71	0.79	0	0.02	0.7	2.8	0	0	0	0.44					
	Пром. ржаной Хлеб	40	2.72	0.48	13.44	68.32	162.4	94	11.6	18.8	60	1.55	1.76	2.19	9.6	0	0.048	0.016	0	0					
Всего	Всего	620	16.1	13.03	98.08	585.22	331.88	753.75	114.99	67.9	260.37	4.22	13.39	12.37	83.19	10.83	0.199	0.158	0.05	157.53					
Итого	Итого	1015	41.2	21.83	177.88	1083.42	965.6	1100.95	169.74	144.95	483.32	8.17	49.93	30.3	184.71	11.34	0.389	0.278	0.14	180.75					

№ рациона	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества												Водорастворимые витамины					Жирорастворимые витамины	
			Б	Ж	У		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	C	B1	B2	D	A					
День 3 Завтрак	2022/54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	22.1	21.9	13.2	339.4	306	743	84	48	233	3.66	45	0.67	89	28.9	0.08	0.19	0.13	10.3				
	2022/54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	0.6	20.6	4.4	3.8	7.2	0.71	0	0	0	0.04	0	0.01	0	0.3				
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5	224.55	41.85	9	6.3	29.25	0.49	1.44	2.7	6.52	0	0.03	0.01	0	0				
	Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7	101.5	58.75	7.25	11.75	37.5	0.97	1.09	1.37	6	0	0.03	0.01	0	0				
Всего		Суп картофельный с рыбой	470	27.4	22.6	50.1	514.4	632.65	864.2	104.65	69.85	306.95	5.83	47.53	4.74	101.52	28.94	0.14	0.22	0.13	103.3				
	2003/125	Картофельное пюре	250	6.92	2.91	18.03	126	15.43	667.81	25.72	41.61	130.32	1.21	45.91	4.57	225.14	9.66	0.12	0.086	0.06	123.85				
	2022/54-11г	Котлета из фарша	150	3.2	5.2	19.8	139.4	162	625	39	28	84	1.03	28	0.78	43	10.2	0.12	0.11	0.09	23.8				
Обед	2003/202	Кисель плодово-ягодный	75	12.36	16.19	12.04	243	140.78	143.1	27.01	14.53	124.4	124.6	1.85	1.42	7.28	0.38	0.03	0.108	0	5.07				
	2003/382	Хлеб пшеничный	200	0.024	0	29.7	119	0.1	0.3	0.2	0	0	0.03	0	6	0.01	0	0	0	0.1	0				
	Пром.		40	2.72	0.48	13.44	68.32	162.4	94	11.6	18.8	60	1.55	1.76	2.19	9.6	0	0.048	0.016	0	0				
Всего			585	25.224	24.78	93.01	695.72	480.71	1530.21	103.53	102.94	398.72	128.42	77.52	14.96	285.03	20.24	0.318	0.32	0.25	152.72				
	Итого		1055	52.624	47.38	143.11	1210.12	1113.36	2394.41	208.18	172.79	705.67	134.25	125.05	19.7	386.55	49.18	0.458	0.54	0.38	256.02				

№ рациона	Наименование блюда	Масса порции и в граммах	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества											Водорастворимые витамины					Жирорастворимые витамины	
			Б	Ж	У		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	C	B1	B2	D	A				
День 4 Завтрак	2022/54-12г Каша пшениная(рассыпная тар)	150	6.4	6.5	35.5	225.8	152	104	17	42	121	1.39	23	1.46	17	0	0.18	0.03	0.1	21.3				
	2022/54-29м Фрикадельки из говядины	80	10.95	9.72	5.4	153	192	166	15	13	102	1.47	21	0.6	38	0	0.03	0.07	0.03	6.48				
	2022/54-3г Чай с лимоном	200	0.3	0	6.7	27.9	1.3	30.2	6.9	4.6	8.5	0.77	0	0.02	0.7	1.16	0	0.01	0	0.38				
	Пром. Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5	224.55	41.85	9	6.3	29.25	0.49	1.44	2.7	6.52	0	0.049	0.013	0	0				
Пром. Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7	101.5	58.75	7.25	11.75	37.5	0.97	1.09	1.37	6	0	0.03	0.01	0	0					
Всего		500	22.75	16.92	78.1	554.9	671.35	400.8	55.15	77.65	298.25	5.09	46.53	6.15	68.22	1.16	0.289	0.133	0.13	28.16				
Обед	2003/122 Суп карофельный с макаронными изделиями	250	8.15	7.03	19.02	200.04	21.45	414.48	17.17	26.02	98.41	1.19	5.22	3.69	64.84	6.84	0.094	0.079	0	128.79				
	2022/54-3м Голубцы	200/50	17.55	25.1	20.6	303.05	62.3	47	19.6	0	100.9	0.4	0	0	0	0.5	0	0.001	0	0				
	2022/54-4хн Компот из яблома	200	0.4	0.1	18.4	75.8	17.93	138.23	14.38	7.3	22.44	0.56	0.14	0.1	41.16	0	0.021	0.012	0	0.72				
	Пром. Хлеб ржаной	40	2.72	0.48	13.44	68.32	162.4	94	11.6	18.8	60	1.55	1.76	2.19	9.6	0	0.048	0.016	0	0				
Всего		740	28.82	32.71	71.46	647.21	264.08	693.71	62.75	52.12	281.75	3.7	7.12	5.98	115.6	7.34	0.163	0.108	0	129.51				
Итого		1240	51.57	49.63	149.56	1202.11	935.43	1094.51	117.9	129.77	580	8.79	53.65	12.13	183.82	8.5	0.452	0.241	0.13	157.67				

№	Наименование	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая	Минеральные вещества											Водорастворимые витамины					Жирорастворимые	
			Б	Ж	У		Ценность	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	C	B1	B2	D	A			
День 6 Завтрак	Каша вяжкая молочная	200/10	8,18	12,8	42,46	318	438,98	238,66	129,12	53,22	197,54	1,42	0	0	0	0	1,2	0,22	0,16	0	0,06			
		2003/323	Чай с сахаром	200	0,18	0,045	15,03	61	0,77	21,03	4,65	3,82	7,17	0,775	0	0	0	0,04	0	0	0	0,3		
		2003/433	Бутербро д с повидло	20/30	2,38	0,24	29,14	128,24	128,9	65,1	9,4	11,3	29,3	0,96	4,1	3	7,25	0,1	0,05	0,01	0	0		
Всего		250	10,74	13,085	86,63	507,24	568,65	324,79	143,17	68,34	234,01	3,155	4,1	3	7,25	1,34	0,27	0,17	0	0,36				
Второй завтрак	Нектарин Суп Молочны й с крупой	100	3,08	0	10,45	74	0	201	6	9	26	0,28	0	0	0	5,4	0,034	0,027	0	17				
203/131	Сырники из творога	250	5,31	5,3	18,56	143,16	49,16	164,48	133,52	21,74	117,96	0,25	10,08	4,2	28,64	0,65	0,044	0,155	0,026	21,9				
2015/219	Кофейны й напиток	150	1,01	8,85	22	250,25	472,34	180	169,87	17,27	5,67	0	0,01	0,02	1,3	12	0	0,1	2	0,2				
2003/442	Молоком Хлеб	200	1,4	2,7	25,9	89,25	25,2	78,6145	4	50	0,1	0,01	0	0	1,3	1,3	0,04	0	0	0				
ГОСТ	ржано пшеничн ый	50	3,3	0,6	19,8	98	203	117,5	14,5	23,5	75	1,95	2,2	2,75	12	0	0,085	0,04	0	0				
Всего	Бифидок	650	11,02	17,45	86,26	580,68	749,72	540,5945	321,89	112,51	198,73	2,21	12,29	6,97	43,24	13,95	0,169	0,295	2,026	22,1				
Полдник	Сухари "Ванильн ые"	200	6,8	5	11	116,2	70	258	216	32	188	0,2	0	0	0	1,4	0,48	0,4	0	44				
ГОСТ	Макарон ные изделия отварные	30	3,09	1,62	24,99	121,8	24	4,5	2,2	3,8	10	9,4	2,3	0	0,4	0	8	3,3	0	4,2				
Всего	Макарон ные изделия отварные	230	9,89	6,62	35,99	238	94	262,5	218,2	35,8	198	9,6	2,3	0	0,4	1,4	8,48	3,7	0	48,2				
2003/447	с м/сл	150/5	5,28	3,9	32,75	187	1,94	53,29	9,61	7,08	39,91	0,7	0,67	0,04	10,42	0	0,06	0,01	0,06	14,17				
2003/229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	1	0,8	31,6	81	260,48	48	74,56	4	10,2	0	0	0	0	25,41	0,1	0	0,1	0				
2003/433	Чай с сахаром	200	0,18	0,045	15,03	61	0,77	21,03	4,65	3,82	7,17	0,775	0	0	0	0,04	0	0	0	0,3				
ГОСТ	Батон пшеничн	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	0	0,03	0	6	0,01	0	0	0	0,1	0				

Ужин

ГОСТ	Хлеб пшенично ый	30	1,98	0,36	11,88	59	121,8	70,5	8,7	14,1	45	1,17	1,32	1,65	7,2	0	0,051	0,024	0	0
Итого		1755	46,21	42,58	330,27	1881,92	1996,96	1558,905	794,78	280,25	759,02	17,92	20,68	17,66	66,52	47,54	9,164	4,226	2,286	102,13

День 7 Завтрак	№ рациона	Наимено ванне блюда	Масса порции и в граммах	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Минеральные вещества										Водорастворимые витамины					Жирорастворимые витамины	
				Б	Ж	У		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	C	B1	B2	D	A			
2003/330	2003/433	Капша молочная рисовая жидкая чай с сахаром Бутербро д с маслом	200/10	2,49	11,8	32,14	256	442,42	180,48	129,78	29,44	138,4	0,42	0	0	0	0	0	1,32	0,06	0,16	0	0,06	
			200	0,18	0,045	15,03	61	0,77	21,03	4,65	3,82	7,17	0,775	0	0	0	0,04	0	0	0,04	0	0	0,3	
			30/10	2,36	9,15	15,02	153	129,4	40,8	7,8	9,94	27,4	0,62	0	4,6	0,28	0	0,04	0,02	0,02	0,2	0,05		
			450	5,03	20,995	62,19	470	572,59	242,31	142,23	43,2	172,97	1,815	0	4,6	0,28	1,36	0,1	0,18	0,2	0,41			
Второй завтрак	ГОСТ	Мандари н Борщ с капустой картофел ем ц/б/р и сметаной	100	0,8	0,2	6,8	31,9	9,12	128,65	30,8	9,57	14,79	0,09	0,26	0,09	132,3	15,2	0,043	0,024	0	6			
			250/5	6,3	6,79	11,94	134,09	33,8	366	36,48	26,45	79,27	1,27	5,83	3,22	50,98	8,38	0,052	0,012	0	141			
Обед	2003/197	Жаркое по- домашне	50/200	14,95	15,88	21,26	287,76	42,38	805,33	25,45	42,07	172,98	2,002	8,46	8,08	116,51	12,25	0,161	0,154	0	28,26			
			2003/433	200	0,18	0,045	15,03	61	0,77	21,03	4,65	3,82	7,17	0,755	0	0	0	0,04	0	0	0	0,3		
			ГОСТ	50	3,3	0,6	19,8	98	203	117,5	14,5	23,5	75	1,95	2,2	2,75	12	0	0,085	0,04	0	0		
Всего	ГОСТ	Кофейны и напиток с Молоком Бутербро д с сыром	855	25,53	23,515	74,83	612,75	289,07	1438,51	111,88	105,41	349,21	6,067	16,75	14,14	311,79	35,87	0,341	0,23	0	175,56			
			200	1,4	2,7	25,9	89,25	25,2	78,61	4	50	0,1	0,01	0	0	0	1,3	1,3	0,04	0	0	0		
Полдник	2003/422	Капуста тушеная с ц/б/р	20/30	6,92	6,14	14,76	142	311,7	45,5	182	11,2	119,5	0,53	0,96	4,7	4,35	0,14	0,03	0,06	0,19	52			
			2003/439	200/50	16,79	16,59	18,86	292	61,39	749,67	13,12	15,77	169,98	2,148	8,95	8,65	105,38	42,58	0,09	0,15	0	73,36		
Ужин	2003/433	Чай с сахаром Батон	200	0,18	0,045	15,03	61	0,77	21,03	4,65	3,82	7,17	0,755	0	0	0	0,04	0	0	0	0,3			
			ГОСТ	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	0	0,03	0	6	0,01	0	0	0	0,1	0		
Всего	ГОСТ	Хлеб ружано пшеничн ый	30	1,98	0,36	11,88	59	121,8	70,5	8,7	14,1	45	1,17	1,32	1,65	7,2	0	0,051	0,024	0	0			
			770	30,31	26,155	106,11	737,25	720,46	1002,51	220,47	100,49	341,75	4,643	11,23	21	118,24	44,06	0,211	0,234	0,29	125,66			

Metro	2075	60.87	70.665	243.13	1820	1582.12	2663.33	474.58	249.1	863.93	12.525	27.98	39.74	430.31	81.29	0.652	0.644	0.49	301.53
-------	------	-------	--------	--------	------	---------	---------	--------	-------	--------	--------	-------	-------	--------	-------	-------	-------	------	--------

Ужин	1999/801	Беле-Ляши (К. азахско не-Лионал Б-1-020)	160	23.53	29.89	41.37	528	266.83	274.87	174.44	28.39	177.68	0.92	7.56	5.47	31.37	0.41	0.086	0.125	0	16.69
	2003/433	Ху-Харом р-ки-анно пл-еничн Ы-Ы	200	0.18	0.045	15.03	61	0.77	21.03	4.65	3.82	7.17	0.755	0	0	0	0.04	0	0	0	0.3
	ГОСТ		30	1.98	0.36	11.88	59	121.8	70.5	8.7	14.1	45	1.17	1.32	1.65	7.2	0	0.051	0.024	0	0
Всего			678	33.9	39.435	122.48	961.53	415.51	481.4	387.98	118.55	387.5	3.705	8.89	7.12	39.57	6.14	0.315	0.149	2.76	16.99
Итого			2246	65.26	80.675	307.88	2324.57	1218.99	1889.31	801.8	387.82	1137.62	18.553	20.37	17.75	135.949	43.45	0.988	0.935	5.58	176.69

Ужин	Организа ция	Група куриная в сухарях панирово чных	75	23,87	4,05	1,81	139,17	58,83	260,02	7,9	79,96	159,81	1,31	5,68	21,48	122,12	0,76	0,05	0,059	0	5,7
	Ция питания школьный 2008/стр 70	Чай с сахаром	200	0,18	0,045	15,03	61	0,77	21,03	4,65	3,82	7,17	0,775	0	0	0	0,04	0	0	0	0,3
	ГОСТ	Батон нрезной Хлеб ржано пшеничн ый	40	3,04	0,32	19,68	94	199,6	37,2	8	5,6	0	0,03	0	6	0,01	0	0	0	0,1	0
	ГОСТ		30	1,98	0,36	11,88	59	121,8	70,5	8,7	14,1	45	1,17	1,32	1,65	7,2	0	0,051	0,024	0	0
Всего			495	29,17	4,875	57,53	566,01	386,42	412,75	31,65	103,48	212,98	4,285	7	29,13	129,33	0,8	0,101	0,093	0,1	6,3
Итого			2065,25	87,1	52,9	284,88	2131,39	1256,4	2361,43	855,55	385,93	1340,93	23,36	136,397	75,485	714,45	93,7	75,16	4,434	0,79	313

№	Наименование блока	Масса пропорции в граммах	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества											Водорастворимые витамины					Жирорастворимые витамины	
			Б	Ж	У		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	C	B1	B2	D	A				
День 10 Завтрак	2003/281	Оладьи с повидло	100/30	7.93	6.82	61.98	353	26.32	182.07	73.8	18.39	101.9	0.84	6.68	6.48	26.48	1.01	0.076	0.077	0.05	26.65			
	2003/433	Чай с сахаром	200	0.18	0.045	15.03	61	0.77	21.03	4.65	3.82	7.17	0.775	0	0	0	0.04	0	0	0	0.3			
Всего			330	8.11	6.865	77.01	414	27.09	203.1	78.45	22.21	109.07	1.615	6.68	6.48	26.48	1.05	0.076	0.077	0.05	26.95			
Второй завтрак	ГОСТ	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4	26	27.8	16	9	11	2.2	2	0.3	8	10	0.03	0.02	0	5			
		Суп Молочный с макаронными изделиями																						
Обед	2003/132	Запеканка из творога со стручками	250	5.44	4.99	19.72	145.58	48.26	172.41	135.79	18	113.52	0.38	10.16	2.21	26.08	0.65	0.06	0.15	0.026	21.9			
	2005/469	Молоком	150/20	10.23	7.5	36.7	323.9	293.82	69.78	1.8	40.6	43.7	0	0.02	0.01	0	0.3	0.09	0.22	0	0.48			
	2005/951	Копе на Молоке	200	0	2.7	25.9	89.25	25.2	78.6	145	4	50	0.1	0.01	0	0	1.3	0.04	0	0	0			
		Хлеб ржанопшеничный																						
	ГОСТ		50	3.3	0.6	19.8	98	203	117.5	14.5	23.5	75	1.95	2.2	2.75	12	0	0.085	0.04	0	0			
Всего			670	18.97	15.79	102.12	656.73	570.28	438.29	297.09	86.1	282.22	2.43	12.39	4.97	38.08	2.25	0.275	0.41	0.026	22.38			
Полдник	1999/306	Яйцо куриное	40(1шт)	4.04	3.43	0.2	48	34.61	39.5	16.45	3.54	56.79	0.74	5.98	9.18	16.45	0	0.01	0.11	0.74	53.04			
	2003/433	Чай с сахаром	200	0.18	0.045	15.03	61	0.77	21.03	4.65	3.82	7.17	0.755	0	0	0	0.04	0	0	0	0.3			
	ГОСТ	Батон "Городок ой"	30	2.28	0.24	14.76	71	149.7	27.9	6	4.2	0	0.02	0	4.5	16.45	0.007	0	0	0.075	0			
Всего			270	6.5	3.715	29.99	180	185.08	88.43	27.1	11.56	63.96	1.515	5.98	13.68	16.45	0.047	0.01	0.11	0.815	53.34			
Ужин	2008/306	Чай с соусом	250	3	10	0	415.3	62.3	47	19.6	0	100.9	0.4	0	0	0	0.5	0	0.001	0	0			
	2003/433	Чай с сахаром	200	0.18	0.045	15.03	61	0.77	21.03	4.65	3.82	7.17	0.755	0	0	0	0.04	0	0	0	0.3			
	ГОСТ	Батон нарезной	40	3.04	0.32	19.68	94	199.6	37.2	8	5.6	0	0.03	0	6	0.01	0	0	0	0.1	0			

	ГОСТ	Хлеб																		
		ржанно пшеничн ый																		
		30	1,98	0,36	11,88	59	121,8	70,5	8,7	14,1	45	1,17	1,32	1,65	7,2	0	0,051	0,024	0	0
Всего		520	8,2	10,725	46,59	629,3	394,47	175,73	40,95	23,52	153,07	2,355	1,32	7,65	7,21	0,54	0,051	0,025	0,1	0,3
Итого		1890	42,18	37,495	265,51	1924,43	1192,92	1183,55	459,59	152,39	619,32	10,115	28,37	33,08	96,22	13,887	0,442	0,642	0,991	107,97