

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №5

Им. Героя России Клещенко В.П.



Е.В. Воронина

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ НА 2026-2027

(ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ)

социально незащищенных семей - обед

СОСТАВИЛ

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

О.Ю. ФЕДОРОВА

1-й день

Обед:

Рассольник ленинградский

Гуляш из свинины

Каша гречневая

Напиток

Хлеб ржаной

2-й день

Обед:

Суп куриный с макаронными изделиями

Биточки рыбные

Картофельное пюре

Капуста тушёная

Сок

Хлеб ржаной

3-й день

Обед:

Борщ со сметаной

Жаркое по-домашнему

Огурец

Сок

Хлеб ржаной

4-й день

Обед:

Суп с рыбными консервами

Тефтели мясные

Рис отварной

Сок

Хлеб ржаной

5-й день

Обед:

Суп гороховый

Картофельное пюре

Биточки куриные

Сок

Хлеб ржаной

6-й день

Обед:

Щи из свежей капусты

Котлета мясная

Макароны отварные

Сок

Хлеб ржаной

7-й день

Обед:

Суп гороховый

Рыба тушёная

Картофельное пюре

Сок

Хлеб ржаной

8-й день

Обед:

Суп куриный с макаронными изделиями

Биточки мясные

Каша гречневая

Соус красный основной

Сок

Хлеб ржаной

9-й день

Обед:

Борщ со сметаной

Плов куриный

Сок

Хлеб ржаной

10-й день

Обед:

Суп картофельный с фасолью

Курица тушёная с овощами

Макароны отварные

Сок

Хлеб ржаной

№ Рецеп- туры	Приём пищи, наименование блюд, набор продуктов	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества			
		Брутто/г	Нетто/г	Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	Обед														
197	Рассольник со сметаной		230												
	Картофель	100	92	1,47	0,0	15,36	66,33	0,092	0,0	0,0	0,073	6,99	40,57	15,91	0,64
	Крупа рисовая	4,6	4,6	0,46	0,055	3,4	16,1	0,0	0,0	0,0	0,18	1,74	14,81	1,84	0,082
	Лук	9	8	0,27	0,0	0,73	3,68	0,0	0,0	0,018	0,009	2,11	4,04	10,12	0,055
	Морковь	15	14	0,2	0,0	1,0	4,8	0,01	11,3	1,2	0,07	6,4	6,4	4,7	0,09
	Огурцы солёные	17	16	0,0	0,0	0,5	1,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Масло растительное	4,6	4,6	4,6	4,6	0,0	4,9	0,0	45,0	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0
	Курица	36,8	27,6	32,2	20,3	0,0	327,2	0,3	2,8	0,2	2,6	23,8	280,0	36,0	1,9
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сметана 20%после т/о	10	30	0,2	4,8	0,2	45,0	0,0	0,1	0,0	0,0	9,0	6,3	1,0	0,0
591	Гуляш из свинины		100												
	Свинина	145,2	142,8	28,9	4,44	0,0	329,04	0,2	2,88	0,1	2,4	25,4	367,2	38,4	1,92

[illegible]

	Обед														
112	Суп куриный с макаронными изделиями		230												
	Картофель	102	92	29,62	17,85	0,0	294,40	0,18	2,21	0,09	2,21	19,5	281,52	29,44	1,47
	Курица	46	41	0,64	0,27	1,29	7,82	0,0	1,93	0,0	0,0	3,86	12,14	4,04	0,18
	Лук	15	14	0,18	0,0	0,7	4,69	0,0	0,7	1,2	0,0	6,9	7,08	4,23	0,18
	Морковь	18	17	0,27	0,0	1,66	7,54	0,0	1,84	0,0	0,0	5,7	10,67	2,6	0,18
	Макаронные изделия	18,4	18,4	0,0	4,5	0,0	41,4	0,0	0,0	0,0	2,76	0,0	0,0	0,0	0,0
	Масло растительное	4,6	4,6	1,56	0,27	11,5	60,53	0,09	14,72	0,0	0,0	7,45	42,32	16,56	0,64
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
283	Биточки рыбные		90												
	Рыба свежая «Минтай»	91,8	86,4	10,17	0,54	0,0	46,66	0,09	0,32	6,48	0,22	25,92	155,52	35,64	0,54
	Хлеб пшеничный	16,2	16,2	2,48	0,86	18,36	85,32	0,97	0,0	0,0	0,0	48,6	0,0	0,0	0,86
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Лук	12,96	10,8	17,28	12,96	0,09	0,0	0,97	44,28	0,0	0,9	0,0	0,0	3,35	6,26
	Мука	10,8	10,8	0,43	0,22	3,46	10,58	0,0	0,0	0,0	0,0	6,91	39,85	11,45	0,65
	Масло растительное	5,4	5,4	0,0	5,39	0,0	50,17	0,0	0,0	0,0	2,27	0,0	0,0	0,0	0,0

[illegible]

	Обед														
171	Борщ с мясом и со сметаной		230/10												
	Мясо свинины	30	28,98	32,2	20,29	0,0	327,20	0,29	2,80	0,19	2,58	23,74	279,96	35,97	1,9
	Свёкла	55	45	0,55	0,0	3,31	15,46	0,0	3,68	0,0	0,0	13,62	15,82	15,82	0,37
	Капуста	40	37	0,55	0,0	1,47	8,28	0,0	5,52	0,0	0,0	2,76	16,01	6,35	0,28
	Картофель	34	27	0,55	0,09	4,51	22,08	0,0	5,52	0,0	0,0	2,76	16,01	6,35	0,28
	Морковь	17	16	0,37	0,0	0,83	5,61	0,0	0,74	1,2	0,0	6,9	7,08	4,2	0,18
	Лук	14,7	13,8	0,18	0,0	1,7	7,3	0,0	1,84	0,0	0,0	5,7	9,94	2,4	0,18
	Томатная паста	7	7	0,37	0,0	0,92	4,69	0,0	2,11	0,0	0,18	0,92	3,86	2,4	0,18
	Масло растительное	3	3	0,0	4,5	0,0	41,4	0,0	0,0	0,0	2,76	0,0	0,0	0,0	0,0
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сметана 20%	10	10	0,2	4,8	0,2	45,0	0,0	0,1	0,0	0,0	9,0	6,3	1,0	0,0
259	Жаркое по-домашнему		200												
	Картофель	205	200	32,18	19,4	0,0	320,00	0,18	2,4	0,09	2,4	21,18	306	32	1,5
	Куриная грудка	110	100	1,7	0,5	1,4	8,5	0,0	2,1	0,0	0,0	4,2	13,2	4,4	0,18
	Морковь	35	30	0,4	0,0	0,8	5,1	0,0	0,8	2,3	0,0	7,5	7,5	4,6	0,18

	Лук	23	20	0,18	0,0	0,8	5,1	0,0	0,8	1,3	0,0	7,5	7,7	4,6	0,18
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Масло растительное	4,5	4,5	1,5	0,27	11,36	59,82	0,09	14,55	0,0	0,0	7,36	41,82	16,36	0,64
	<i>Томатная паста</i>	7	7	0,36	0,0	0,9	4,64	0,0	2,09	0,0	0,18	0,9	3,82	2,36	0,18
	Огурец	90	90	0,72	0,09	1,53	11,7	0,014	4,5	4,5	0,09	20,7	56,07	12,6	0,54
	Сок	200	200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8
148	Хлеб ржаной		50	3,07	0,71	22,28	108,50	0,28	0,0	0,0	1,1	20,93	79,0	23,5	4,64
	4-й день (7-11 лет)														
	Обед														
204	Суп с рыбными консервами		230												
	Консервы рыбные	23	23	3,4	0,18	0,0	15,8	0,0	0,09	2,2	0,09	8,8	52,9	12,1	0,09
	Картофель	102	92	1,8	0,3	15,1	64,4	0,18	18,4	0,0	0,0	4,6	27,6	11,6	0,9
	Лук	11,2	9,2	0,09	0,0	0,8	3,7	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Морковь	11,2	9,2	0,09	0,0	0,6	31,2	0,0	0,5	9,2	0,0	4,6	5,06	3,03	0,09
	Крупа рисовая	5	5	0,5	0,0	5,0	22,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

	Масло растительное	4,6	4,6	0,0	4,5	0,0	41,4	0,0	0,0	0,0	2,7	0,0	0,0	0,0	0,0
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
618	Тефтели мясные		90/50												
	Мясо свинины/окорок	92,9	85,5	20,4	30,1	0,0	213,84	2,5	0,0	0,0	0,4	9,07	184,8	21,7	2,7
	Хлеб пшеничный	22,68	22,68	0,77	0,25	6,61	26,24	0,027	0,0	0,0	0,0	14,85	0,0	0,0	0,27
	Лук	55,8	54	1,08	0,0	2,88	14,4	0,0	0,0	0,05	0,03	8,3	15,84	0,0	0,2
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Масло растительное	7,4	7,4	0,0	7,3	0,0	67,5	0,0	0,0	0,0	4,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	Мука	5,4	5,4	0,54	0,05	3,42	16,02	0,0	0,0	0,0	0,0	0,81	3,78	0,72	0,05
	Соус		50												
	Томатная паста	5	5	0,5	0,0	1,9	10,2	0,0	4,5	0,0	0,1	2,0	6,8	6,0	0,3
	Мука	3	3	0,3	0,03	1,9	8,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,45	2,1	0,4	0,03
	Масло растительное	2	2	0,0	2,9	0,0	35,0	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Морковь	6	5	0,2	0,0	0,8	5,1	0,0	0,8	1,3	0,0	7,5	7,7	4,6	0,2
	Лук	4	2	0,1	0,0	0,2	0,6	0,0	0,1	0,03	0,02	0,31	0,58	0,14	0,1
	Сахарный песок	8	8	0,2	0,0	0,8	6,2	0,0	0,5	0,9	0,0	5,1	6,5	3,3	0,2

	<i>Соль</i>	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
304	<i>Рис отварной</i>		150												
	Крупа рисовая	54,2	53	2,7	0,2	31,58	142,0	0,9	0,0	0,0	0,0	19,7	582,99	174,58	3,6
	Масло сливочное	10	10	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0
	<i>Соль</i>	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<i>Сок</i>	200	200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8
148	<i>Хлеб ржаной</i>		50	3,07	0,71	22,28	108,50	0,28	0,0	0,0	1,1	20,93	79,0	23,5	4,64
	<i>5-й день (7-11 лет)</i>														
	<i>Обед</i>														
102	<i>Суп гороховый</i>		230												
	Мясо свинины (окорок)	30	25	3,88	3,44	0,0	40,74	0,49	0,0	0,0	0,08	1,73	35,28	4,14	0,5
	Горох	18,4	18,4	0,6	0,27	1,2	7,8	0,0	1,9	0,0	0,0	3,8	12,14	4,04	0,18
	Морковь	15,8	13,8	0,18	0,0	0,7	4,6	0,0	0,7	1,2	0,0	6,9	7,08	4,2	0,18
	Лук	18,5	16,5	0,27	0,0	1,6	7,5	0,0	1,8	0,0	0,0	5,7	10,6	2,5	0,18
	Масло растительное	3	3	0,0	4,5	0,0	41,4	0,0	0,0	0,0	2,76	0,0	0,0	0,0	0,0

[illegible]

	Обед														
88	Щи из свежей капусты с картофелем		230/10												
	Капуста	59,8	57,96	0,74	0,0	1,84	10,4	0,0	28,8	0,0	0,0	27,6	18,58	9,2	0,5
	Морковь	13,8	11,9	0,09	0,0	0,6	31,28	0,0	0,5	9,2	0,0	4,7	5,06	3,03	0,09
	Лук	14,7	11,04	0,09	0,0	0,8	37,72	0,0	0,92	0,0	0,0	2,85	5,3	1,3	0,09
	Картофель	46	36,8	0,6	0,18	4,7	23,92	0,0	6,44	0,0	0,0	2,76	16,1	6,44	0,3
	Масло растительное	4,6	4,6	0,0	4,5	0,0	41,4	0,0	0,0	0,0	2,76	0,0	0,0	0,0	0,0
	Мясо свинины	35	25	5,96	8,79	0,0	39,96	0,7	0,0	0,0	0,12	2,59	54,03	6,29	0,79
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сметана 20% после т/о		10	0,3	5,2	0,2	47,0	0,0	0,1	0,0	0,0	9,0	6,4	1,2	0,0
21	Котлета мясная		90												
	Мясо свинины /окорок/	91,8	87,48	13,6	12,06	0,0	142,56	1,73	0,0	0,0	0,28	6,05	123,2	14,47	1,83
	Хлеб пшеничный	15,12	15,12	0,52	0,17	4,4	17,49	0,018	0,0	0,0	0,0	9,9	0,0	0,0	0,18
	Лук	17,3	16,2	0,32	0,0	0,86	4,32	0,0	0,0	0,018	0,009	2,5	4,75	0,0	0,063
	Масло растительное	5,4	5,4	0,0	5,39	0,0	50,17	0,0	0,0	0,0	3,24	0,0	0,0	0,0	0,0

	Мука	3,2	3,2	0,32	0,03	2,05	9,61	0,0	0,0	0,0	0,0	0,48	2,26	0,43	0,03
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
309	Макароны отварные		150												
	Макароны	52,5	52,5	4,2	1,2	22,95	88,72	0,63	0,0	0,0	0,0	67,57	325,5	67,5	4,24
	Масло сливочное	10	10	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок	200	200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8
148	Хлеб ржаной		50	3,07	0,71	22,28	108,50	0,28	0,0	0,0	1,1	20,93	79,0	23,5	4,64
	7-й день (7-11 лет)														
	Обед														
102	Суп гороховый		230												
	Мясо свинины /окорок/	30	25	3,88	3,44	0,0	40,74	0,49	0,0	0,0	0,08	1,73	35,28	4,14	0,5
	Горох	18,4	18,4	0,6	0,27	1,2	7,8	0,0	1,9	0,0	0,0	3,8	12,14	4,04	0,18
	Морковь	15,8	13,8	0,18	0,0	0,7	4,6	0,0	0,7	1,2	0,0	6,9	7,08	4,2	0,18

	Лук	18,5	16,5	0,27	0,0	1,6	7,5	0,0	1,8	0,0	0,0	5,7	10,6	2,5	0,18
	Масло растительное	3	3	0,0	4,5	0,0	41,4	0,0	0,0	0,0	2,76	0,0	0,0	0,0	0,0
	Картофель	65	62	1,5	0,2	11,5	60,53	0,09	14,72	0,0	0,0	7,4	42,32	13,22	0,6
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
229	Рыба тушёная		100												
	Рыба свежая /минтай/	137,7	133,3	15,66	0,83	0,0	71,95	0,13	0,5	10,0	0,33	40,0	240,0	55,0	0,83
	Мука	6	6	0,22	0,11	1,88	5,88	0,0	0,0	0,0	0,0	3,77	22,11	6,33	0,33
	Масло растительное	11	11	0,0	10,97	0,0	102,18	0,0	0,0	0,0	4,61	0,0	0,0	0,0	0,0
	Соус сметанный		50												
	Масло сливочное	5	5	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0
	Сметана	5	5	0,15	2,6	0,1	23,5	0,0	0,05	0,0	0,0	4,5	3,2	0,6	0,0
	Мука	5	5	0,55	0,06	3,65	17,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,9	4,3	0,8	0,06
	Томатная паста	1	1	0,0	0,0	0,15	0,8	0,0	0,45	0,01	0,01	0,2	0,68	0,5	0,02
131	Картофельное пюре		150												
	Картофель	180	174,75	3,15	0,0	27,6	123,45	0,13	13,6	0,0	0,14	13,1	76,13	30,22	1,2
	Масло сливочное	5	5	0,0	3,3	0,0	29	0,0	0,0	0,0	0,0	1,1	0,2	0,2	0,0

[illegible]

	<i>Мясо свинины /окорок/</i>	102	97,2	15,12	13,4	0,0	158,4	1,92	0,0	0,0	0,31	6,72	136,9	16,08	2,04
	Хлеб пшеничный	16,8	16,8	0,58	0,19	4,9	19,44	0,02	0,0	0,0	0,0	11,0	0,0	0,0	0,2
	Лук	19,2	18	0,36	0,0	0,96	4,8	0,0	0,0	0,02	0,01	2,8	5,28	0,0	0,07
	<i>Масло растительное</i>	6	6	0,0	5,99	0,0	55,74	0,0	0,0	0,0	3,6	0,0	0,0	0,0	0,0
	Мука	3,6	3,6	0,36	0,04	2,28	10,68	0,0	0,0	0,0	0,0	0,54	2,52	0,48	0,04
	Соль	3	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
405	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>		150												
	Греча	72	72	9,33	1,8	45	209,16	0,13	0,0	0,0	0,0	106,9	586,8	432,5	3,3
	Масло сливочное	10	10	0,0	8,3	0,0	56,6	0,0	0,0	0,1	0,0	2,2	1,9	0,3	0,0
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
759	<i>Соус красный основной</i>		50												
	Мука	3	3	0,3	0,03	1,9	8,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,45	2,1	0,4	0,03
	Масло растительное	2	2	0,0	2,9	0,0	35,0	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<i>Томатная паста</i>	5	5	0,5	0,0	1,9	10,2	0,0	4,5	0,0	0,1	2,0	6,8	6,0	0,3
	Морковь	6	5	0,2	0,0	0,8	5,1	0,0	0,8	1,3	0,0	7,5	7,7	4,6	0,2

	Лук	4	2	0,1	0,0	0,2	0,6	0,0	0,1	0,03	0,02	0,31	0,58	0,14	0,1
	Сахарный песок	8	8	0,2	0,0	0,8	6,2	0,0	0,5	0,9	0,0	5,1	6,5	3,3	0,2
	Сок	200	200	1,0	0,2	20,2	92,0	0,02	4,0	0,0	0,02	14,0	14,0	8,0	2,8
148	Хлеб ржаной		50	3,07	0,71	22,28	108,50	0,28	0,0	0,0	1,1	20,93	79,0	23,5	4,64
	9-й день (7-11 лет)														
	Обед														
171	Борщ с мясом и со сметаной		230/10												
	Мясо свинины /окорок/	30	25	3,88	3,44	0,0	40,74	0,49	0,0	0,0	0,08	1,73	35,28	4,14	0,5
	Свекла	55	45	0,55	0,0	3,3	15,46	0,0	3,6	0,0	0,0	13,6	15,8	15,8	0,3
	Капуста	40	37	0,6	0,0	1,6	9,0	0,0	23,0	0,0	0,0	24,0	15,0	8,0	0,5
	<i>Картофель</i>	34	23	0,6	0,1	4,9	24,0	0,0	6,0	0,0	0,0	3,0	17,4	6,9	0,3
	Морковь	17	16	0,4	0,0	0,9	6,1	0,0	0,8	1,3	0,0	7,5	7,7	4,6	0,2
	Лук	15	14	0,2	0,0	1,8	7,9	0,0	2,0	0,0	0,0	6,2	10,8	2,6	0,2
	<i>Томатная паста</i>	7	7	0,4	0,0	1,0	5,1	0,0	2,3	0,0	0,2	1,0	4,2	2,6	0,2
	Масло растительное	3	3	0,0	4,5	0,0	41,4	0,0	0,0	0,0	2,76	0,0	0,0	0,0	0,0

[illegible]

102	Суп картофельный с фасолью		230												
	Мясо свинины /окорок/	35	25	5,97	8,8	0,0	62,5	0,7	0,0	0,0	0,12	2,6	54,04	6,3	0,8
	Фасоль	20	20	0,2	0,0	0,8	5,1	0,0	0,8	1,3	0,0	7,5	7,7	4,6	0,2
	Морковь	17	15	0,0	4,9	0,0	45,0	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Лук	19	18	0,3	0,0	1,8	8,2	0,0	2,0	0,0	0,0	6,2	11,6	2,8	0,2
	Масло растительное	3	3	1,7	0,3	12,5	65,8	0,1	16,0	0,0	0,0	8,1	46,0	18,0	0,7
	Картофель	71	67	0,7	0,3	1,4	8,5	0,0	2,1	0,0	0,0	4,2	13,2	4,4	0,2
	Соль	2	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
649	Курица тушёная с овощами		100												
	Курица	216	149	30,2	19,5	0,0	305,45	0,2	0,0	0,2	0,3	25,3	308	33,0	2,38
	Масло растительное	6	6	0,0	5,99	0,0	55,74	0,0	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Морковь	50,5	35	0,03	0,0	0,16	0,78	0,0	0,1	0,0	0,01	1,02	1,1	0,76	0,014
	Лук	35,5	28,75	0,9	0,0	2,76	14,95	0,0	2,9	0,0	0,06	8,91	16,67	4,03	0,23
	Томатная паста	18,75	18,75	0,05	0,0	2,96	15,56	0,0	8,44	0,2	0,2	3,75	12,75	9,38	0,431
	Мука	6,25	6,25	0,7	0,1	4,6	22,12	0,0	0,0	0,0	0,0	1,125	5,375	1,0	0,1

[illegible]

