

«Разработано»

Муниципальное унитарное предприятие
«Комбинат школьного питания №1»
Муниципального образования город Краснодар



Директор ООО «Виктория-96»

И. Е. Дьяченко

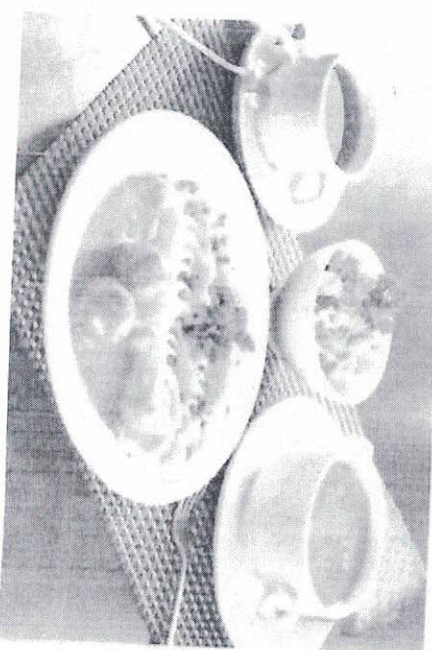
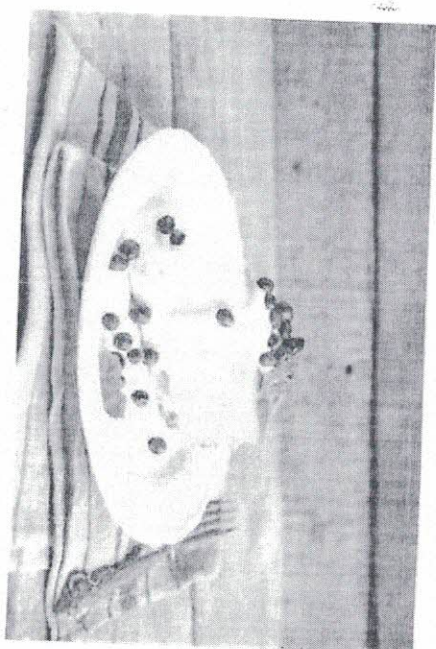


Директор ООО «Согласовано»

И. А. Трофименко

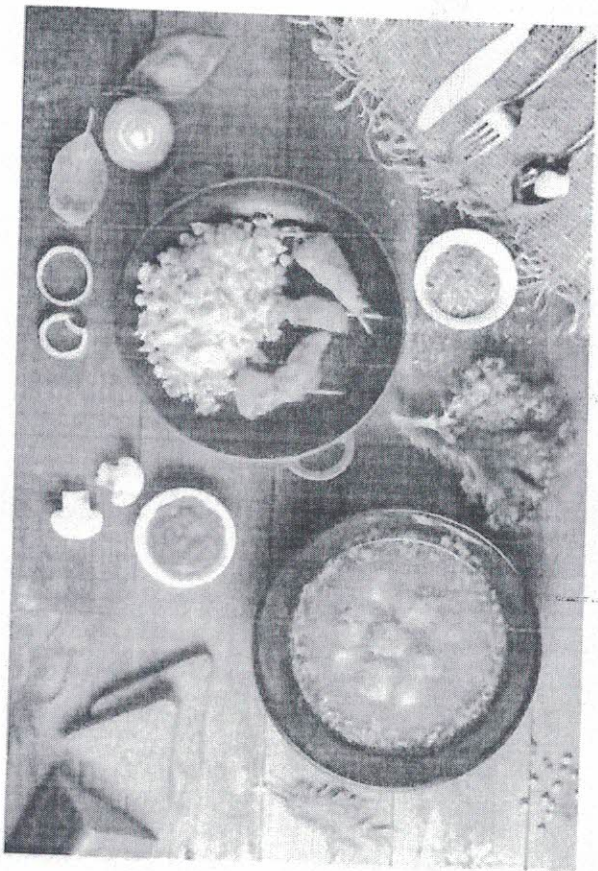
Основное [организованное] Меню

Для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар



Краснодар
2022

Горячие завтраки и обеды для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (1 смена)



		Понедельник				
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)	200	8,23	10,53	42,20	298,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
ТК	Фрукты свежие ² (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	15,10	14,51	91,95	559,30
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
	Обед		Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону ³ (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,80
ТК	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	233,83
205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Фрукты свежие ² (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	880	20,29	20,17	121,6	799,63

		Вторник							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал			
			Б	Ж	У				
							Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У				
	Завтрак								
ТК	Овощи по-сезону ³ (перец сладкий)	70	0,56	0,07	1,75				18,90
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00				278,67
54-1Г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12				148,69
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20				42,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00				71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00				42,00
	Итого	580	23,30	20,82	73,07				601,96
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал			
	Обед								
ТК	Овощи по сезону ³ (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28				7,2
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92				79,20
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95				245,40
ТК	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85				211,50
389-07, ТК	Сок натуральный (вишневый) ⁹	200	1,00	0,00	20,20				84,80
ТК	Кондитерское изделие ⁸ (печенье в пром. упак)	20	2,80	3,60	14,40				92,50
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00				95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00				42,00
	ИТОГО	810	35,57	29,75	117,6				858,2

		Среда							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал			
			Б	Ж	У				
	Завтрак								
015-17	Сыр порционно ⁴ (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00			
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,60	302,50			
386-17, ТК	Кисломолочный продукт ⁵ (кефир)	180	5,22	4,50	7,20	90,00			
ТК	Фрукты свежие ² (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00			
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00			
	ИТОГО	500	25,22	25,39	63,60	616,20			
№ рецептуры		Приём пищи, наименование блюда		Вес блюда (г)			Энергетическая ценность, Ккал		
	Обед								
	Овощи по сезону ³ (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)								
ТК									
139-04	Суп картофельный с бобовыми	60	0,66	0,12	2,28	13,20			
235-17	Шницель рыбный натуральный ⁷ (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) ⁶	200	4,96	4,48	17,84	133,60			
518-04	Картофель отварной	105	13,02	14,51	7,98	230,00			
ТК	Какао с молоком	150	3,00	7,65	23,85	181,50			
ТК	Хлеб пшеничный	180	3,67	3,19	15,82	107,00			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50			
ТК		30	1,80	0,30	13,50	63,00			
	ИТОГО	775	30,61	31,25	106,27	847,80			

		Четверг					
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал	
			Б	Ж	У		
Завтрак							
ТК	Овощи по-сезону ³ (морковные палочки)	90	1,17	0,09	6,21	39,38	
310-16	Вок "Курица с рисом и овощами"	150	8,40	15,45	28,05	215,00	
ТК	Кисель из сушеных плодов ⁶ (курага)	200	0,89	0,06	32,75	154,60	
ТК	Фрукты свежие ² (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00	
	Итого	590	14,16	16,80	100,81	569,68	
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал	
			Б	Ж	У		
Обед							
ТК	Салат по-сезону ³ (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42	
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,80	94,40	
ТК	Омлете овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,20	26,80	5,20	318,17	
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50	
ТК	Фрукты свежие ² (слива)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	ИТОГО	820	30,77	38,37	84,44	784,99	

№ рецептуры	Патница Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность, Ккал
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону ³ (помидор свежий)	100	1,10	0,20	3,80	22,00
ТК	Рыба, запеченная ⁷ (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,60
54-11Г-20, ТК	Пюре картофельное-					
ТК	Напиток витаминизированный	160	3,41	5,55	21,12	148,69
ТК	Хлеб пшеничный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
	ИТОГО	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ	585	23,29	20,14	71,06	586,31
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		101,07	97,66	400,49	2933,45
			20,21	19,53	80,10	586,69
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)				
	Обед					
015-17	Сыр порционно ⁴ (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
138-04	Суп картофельный с крупой ¹ (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,40
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие ² (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	ИТОГО	735	18,10	16,15	161,95	816,15
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		135,3	135,69	591,86	4106,77
	СРЕДНЯЯ за 5 дней		27,07	27,14	118,37	821,35

№ рецептуры	Понедельник Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону ³ (морковные палочки)	100	1,10	0,20	3,80	43,75
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66
386-17, ТК	Кисломолочный продукт ⁵ (кефир)	180	5,22	4,50	7,20	90,00
ТК	Фрукты свежие ² (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	23,96	30,73	47,44	584,11
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)				Энергетическая ценность, Ккал
	Обед					
ТК	Овощи по-сезону ³ (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,40
268-17	Шницель говяжий	100	15,00	22,00	13,02	278,67
54-11Г-20	Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	138,78
389-07, ТК	Сок натуральный (вишневый) ⁹	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие ² (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	890	28,41	32,69	118,43	845,35

Вторник									
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал			
			Б	Ж	У				
	Завтрак								
ТК	Овощи по-сезону ³ (помидор соленый)	100	1,10	0,20	3,80	20,00			
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,30	169,70			
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00			
ТК	Кондитерское изделие ⁸ (пряник)	25	3,50	4,50	18,00	176,00			
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00			
	Итого	505	24,97	16,05	76,92	586,40			
	Обед								
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал			
			Б	Ж	У				
ТК	Овощи по сезону ³ (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25			
93-18	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,50	5,00	56,60			
443-04, ТК	Плов из говядины	150	16,20	15,90	28,30	262,50			
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов ² (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00			
ТК	Кондитерское изделие ⁸ (вафли)	15	2,10	2,70	10,80	122,40			
ТК	Фрукты свежие ² (слива)	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00			
	ИТОГО	805	26,22	24,00	120,48	814,25			

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	
Среда						
Завтрак						
234-17, ТК	Котлета рыбная ⁷ (филе минтая)	100	14,80	13,90	11,80	164,00
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50
389-17, ТК	Сок натуральный ⁹ (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие ² (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	22,40	22,75	87,63	582,52
Обед						
Приём пищи, наименование блюда						
		Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по сезону ³ (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50
302-17	Каша рассыпчатая ¹ (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	
Четверг						
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону ³ (помидор свежий)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
347-18	Котлеты "Школьные" (из говядины и птицы) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассыпчатая с овощами ¹ (пшеничная)	150	6,00	1,05	42,00	187,50
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	565	24,73	13,65	90,98	597,40
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
Обед						
015-07	Сыр порционно ⁴ (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	322,95
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие ² (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	ИТОГО	780	37,21	32,57	83,96	843,05

№ рецептуры		Патница	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
					Б	Ж	У	
рецептуры		Завтрак		блюда (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность, Ккал
ТК		Овоши по-сезону ¹ (огурец свежий)		80	0,88	0,16	3,04	9,60
ТК		Гратен из печени		90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17		Макаронные отварные с овощами		150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17,		Сок натуральный ⁹ (вишневый)		180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК		Хлеб пшеничный		30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК		Хлеб ржано-пшеничный		20	1,20	0,20	9,00	42,00
		Итого		550	26,24	17,10	80,45	594,02
		ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ			122,3	100,28	383,42	2944,45
		СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ			24,46	20,06	76,68	588,89
		ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ			223,4	197,94	783,91	5877,90
		СРЕДНЯЯ			22,34	19,79	78,39	587,79
№ рецептуры		Приём пищи, наименование блюда		Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
рецептуры		Обед		блюда (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность, Ккал
ТК		Салат по-сезону ³ (салат из свежих овощей)		560	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04		Борщ с капустой и картофелем		200	1,60	4,16	4,16	84,80
ТК		Рыба (минтай) ⁷ , запеченная с маслом		90/5	14,58	13,59	3,96	225,60
204-04		Картофель отварной с луком		150	3,20	8,40	26,10	181,25
ТК		Фрукты свежие ² (яблоко)		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК		Напиток витаминизированный ⁹		200	0,44	0,44	10,89	52,22
ТК		Хлеб пшеничный		40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК		Хлеб ржано-пшеничный		30	1,80	0,30	13,50	63,00
		ИТОГО		875	25,97	28,99	92,21	805,47
		ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ			23484,	133,76	510,25	4105,87
		СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ			4696,8	26,75	102,05	821,17
		ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ			23619,4	269,45	1102,11	8212,64
		СРЕДНЯЯ			2361,9	26,94	110,21	821,26

- 1 Допускается приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 Допускается выдача иных фруктов в соответствии с сезоном
- 3 Допускается выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном
- 4 Допускается замена на сыр другого наименования (жирность 45%, полутвердый)
- 5 Допускается выдача любого кисломолочного продукта с соблюдением энергетической ценности
- 6 Возможно приготовление блюда из любых сушеных плодов с соблюдением энергетической ценности
- 7 Возможно приготовление блюда из других видов рыбы, разрешенной в детском питании
- 8 Допускается выдача других кондитерских изделий
- 9 Допускается выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости и сохранении энергетической ценности

Приложения



мясо, рыба,
яйца, бобовые

молоко и
молочные продукты

Фактический рацион питания должен соответствовать утверждённому примерному меню. Допускается замена одних продуктов, флюид и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности, и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов, (СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Приложение А

Таблица замены продуктов с учётом их пищевой ценности

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции-заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5 %	100
		Молоко сгущённое (цельное и с сахаром)	40
		Сгущённо-варёное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
Творог с массовой долей жира 9%	100	Дайло куриное	22
		Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Дайло куриное (1 шт.)	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	7

1	2	3	4	5	6
Рыба (треска)	100	Сыр			6
		Мясо (говядина)			20
		Творог с массовой долей жира 9%			87
		Капуста белокочанная			105
		Капуста цветная			111
		Морковь			80
		Свекла			154
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные			118
		Горошек зелёный			33
		Горошек зелёный консервированный			40
Фрукты свежие	100	Кабачки			64
		Фрукты консервированные			300
		Соки фруктовые			200
		Соки фруктово-ягодные			133
		Сухофрукты: Яблоки Чернослив			12
		Сухофрукты: Курага			17
		Сухофрукты: Изюм			8
					22

Родолжение таблицы

Таблица расхода соли при приготовлении блюд и изделий

Приложение А

№ п/п	Наименование блюда	Соль, г
1	Холодные блюда (на 1 порцию)	3
2	Супы (на 1000 г)	2-3
3	Блюда из овощей (варка) на 1 литр воды	6-10
4	Блюда из круп (на 1 кг крупы)	10
	Гречневая каша:	
	■ Рассыпчатая из ядрицы	21
	■ Вязкая	40
	Пшённая каша:	
	■ Рассыпчатая	25
	■ Вязкая	40
	Рисовая каша:	
	■ Рассыпчатая	28
	■ Вязкая	45
	Перловая каша:	
	■ Рассыпчатая	30
	■ Вязкая	45
	Овсяная каша вязкая	40
	Манная каша вязкая	45
	Кукурузная каша:	
	■ Рассыпчатая	30
	■ Вязкая	35
5	Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3-4
6	Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30
7	Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25
8	Блюда из творога (на 1 кг)	10
9	Блюда из рыбы (на 1 порцию)	3
10	Блюда из мяса (на 1 порцию)	4
И	Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3-5

Расчет расхода сырья и выхода полуфабрикатов

Приложение А

Наименование сырья	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе брутто	Масса сырья нетто, г
1	2	3	4
Картофель свежий			
Продовольственный:			
Молодой сырой очищенный до 1 сентября	125	20	100
сырой очищенный:			
с 1 сентября по 31 октября	133	25	100
с 1 ноября по 31 декабря	143	30	100
с 1 января по 28-29 февраля	154	35	100
с 1 марта	167	40	100
Баклажаны:			
свежие	105	5	100
быстрозамороженные	100	0	100
Горошек зеленый:			
быстрозамороженный	100	0	100
консервированный	154	35	100
Капуста:			
белокачанная свежая сырая очищенная	125	20	100
брокколи, цветная свежая сырая очищенная	192	48	100
очищенная			
брокколи, цветная быстрозамороженная	100	0	100
краснокачанная свежая сырая очищенная	118	15	100

Китайская (пекинская) сырая очищенная	109	8	100
Кабачки свежие:			
с кожицей и семенами сырые	105	5	100
быстрозамороженные	100	0	100
Кукуруза сахарная:			
быстрозамороженная	100	0	100
консервированная	167	40	100
Лук:			
репчатый свежий сырой очищенный	119	16	100
зеленый очищенный	125	20	100
Морковь столовая свежая сырая очищенная:			
до 1 января	125	20	100
с 1 января	133	25	100
быстрозамороженная	100	0	100
Петрушка свежая:			
корневая	133	25	100
зелень	135	26	100
Помидоры:			
свежие парниковые неочищенные	102	2	100
свежие грунтовые	118	15	100
Редис:			
красный обрезной (поступающий без ботвы) очищенный от кожицы	133	25	100
красный обрезной, не очищенный от кожицы (с укороченной ботвой до 3 см)	108	7	100
Салат:			
кочанный	149	33	100

Латук, ромэн, кресс						
Свекла столовая свежая:	139	28		100		
сырая очищенная до 1 января	125	20		100		
сырая очищенная с 1 января	133	25		100		
Тыква продовольственная свежая сырая очищенная						
Укроп молодой столовый свежий	143	30		100		
Фасоль стручковая:	135	26		100		
консервированная						
быстрозамороженная	167	40		100		
Чеснок свежий очищенный	100	0		100		
Щавель свежий	133	25		100		
Шпинат свежий	132	24		100		
Плоды и ягоды свежие:	135	26		100		
Апельсины при получении сока						
Бананы очищенные	227	56		100		
Виноград свежий столовый	143	30		100		
Груши свежие с удаленным семенным гнездом	104	4		100		
Лимон очищенный	111	10		100		
Лимон при получении сока	114	12,5		100		
Мандарины очищенные	222	55		100		
Мандарины при получении сока	135	26		100		
Персики, нектарины свежие с удаленной косточкой	175	43		100		
Слива с удаленной косточкой	111	10		100		
Смородина красная свежая	111	10		100		
	106	6		100		

Смородина черная свежая	102	2	100
Черешня, вишня с удаленной плодоножкой	105	5	100
Черешня, вишня с плодоножкой	102	2	100
Яблоко свежее с удаленным семенным гнездом	122	8	100
Яблоко свежее очищенное от кожуры с удаленным семенным гнездом	143	30	100
Сыры			
Сыры полутвердые	108	7	100
Сыры рассольные, в т.ч. брынза	108	7	100