

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ "СП №11

им. Евграфа Рыжова"

Онищенко О.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

И.О. Запорожан М.Е.

Запорожан М.Е.

ОСНОВНОЕ

(организованное) меню завтрак-обед

учащихся 5-11 классов льготных категорий

в МБОУ "СП № 11 им. Евграфа Рыжова"

(дети инвалиды, дети из многодетных и малоимущих семей, дети с ОВЗ, дети участники СВО)

Режим ЧС

Минеральные вещества

1 день										Минеральные вещества									
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины													
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	
Завтрак																			
ДА ВЯЗАКА МОЛОЧНАЯ ИЗ МАНОЙ, ПШЕННОЙ, ОВСЯНОЙ, ГРЕЧНЕВОЙ И ДРУГИХ	250	18,61	15,97	38,97	358,30	1,20	0,16	0,24	62,27	0,02	166,78	236,31	50,37	2,65	377,37	7,03	0,00	0,04	
П/П (ОВСЯНКА)	60	3,43	2,90	27,29	163,80	12,00	0,04	0,01	0,00	0,00	12,3	24,30	8,10	0,45	69,60	0,00	0,00	0,00	
ПЕРВОУДА С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	10,77	3,71	3,82	0,37	13,46	0,00	0,00	0,01	
И С САХАРОМ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,05	
ОУДА И ПЛОДА СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	610	22,54	19,27	90,78	628,35	23,22	0,21	0,28	62,28	0,02	205,85	275,32	64,25	5,67	738,43	9,03	0,00		

ого за прием пищи.

Ото за прием пищи:																		
Обед																		
ПОСЛИН НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,11	2,50	14,40	6,00	0,04	0,06	0,02	0,00	23,10	42,20	13,40	1,10	140,60	19,16	0,00	0,00
ПОСЛИН НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	250	8,60	8,40	24,33	167,25	9,11	0,15	0,15	15,00	0,00	45,30	176,53	47,35	1,27	575,75	4,70	0,00	0,00
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	100	15,20	18,56	4,35	351,95	0,98	0,02	0,10	0,08	0,00	24,93	145,11	19,84	2,08	300,33	0,35	0,00	0,00
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,49	6,01	24,62	336,37	0,00	0,36	0,19	0,07	0,00	25,38	217,28	145,27	6,28	304,77	2,64	0,00	0,01
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,00	14,00	10,00	2,80	36,80	0,00	0,00	0,00
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,91	0,00	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,01	10,22	3,15	0,47	49,00	0,00	0,00	0,00
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	40	1,93	0,26	12,34	88,60	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	104,71	446,71	184,31	10,21	1274,90	11,50	0,00	0,05
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	30	2,80	5,21	88,60	133,40	0,00	0,01	0,33	0,33	0,00	722,03	246,56	15,88	203,33	20,53	0,00	0,10	
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	70	38,73	38,55	190,99	1 231,82	14,37	0,42											
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	970	61,27	57,82	281,77	1 860,17	37,59	0,63	0,61	62,61	0,02	310,56	722,03	246,56	15,88	203,33	20,53	0,00	0,10
УПКАРТОПЕЛЬНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ																		

Всего за день: 1580

2 День

2 день																			
Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	
Завтрак																			
Омлет по сезону	100	2,75	12,22	17,64	96,80	4,80	0,03	0,07	0,25	0,00	64,50	46,50	22,50	1,05	508,00	0,00	0,00	0,00	
	200	11,13	15,31	32,57	315,20	1,37	0,18	0,09	59,42	0,00	347,42	153,14	17,14	1,14	61,25	2,77	0,03	0,05	
Макароны отварные с сыром (170/5/25)	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,13	24,40	0,02	152,20	124,60	21,30	0,48	199,15	2,66	0,00	0,01	
Какао с молоком	40	2,91	0,00	14,05	84,30	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,35	36,80	0,00	0,00	0,00	
Хлеб пшеничный	30	1,93	0,00	13,50	58,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,06	
Хлеб ржаной	570	22,80	31,07	95,34	673,40	7,56	0,34	0,32	84,07	0,00	575,82	371,13	70,75	5,43	846,00	7,11	0,03		

Прием пищи, наименование блюда

Прием пищи, наименование блюда																		
порции	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ккал														
Завтрак																		
100	2,75	12,22	17,64	96,80	4,60	0,03	0,07	0,25	0,00	64,50	46,50	22,50	1,05	508,00	0,00	0,00	0,00	
200	11,13	15,31	32,57	315,20	1,37	0,18	0,09	59,42	0,00	347,42	153,14	17,14	1,14	61,25	2,77	0,03	0,05	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (170/525)	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,13	24,40	0,02	152,20	124,60	21,30	0,48	199,15	2,66	0,00	0,01
КАКАО С МОЛОКОМ	40	2,91	0,00	14,05	84,30	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,35	36,80	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,93	0,00	13,50	58,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,85	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,06
Итого за прием пищи:	670	22,80	31,07	95,34	673,40	7,56	0,34	0,32	84,07	0,00	575,82	371,13	70,75	5,43	846,00	7,11	0,03	0,11
Обед																		
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	0,86	0,20	3,80	24,20	25,00	0,06	0,40	0,15	0,00	13,89	24,60	19,90	1,10	290,00	2,10	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЙ	250	13,32	3,10	19,61	159,92	8,78	0,12	0,12	0,30	0,00	44,88	85,39	44,52	1,72	530,29	5,12	0,00	0,00
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСНОМ КОНСЕРВОЙ	280	21,21	24,29	33,84	381,12	29,89	0,08	0,23	0,78	0,06	110,13	164,65	45,96	4,56	311,96	4,63	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-й вариант)	200	0	0,16	27,88 #	114,60	0,90	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	4,40	5,14	0,55	632,80	0,80	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	0,00	14,05	84,30	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОМ	40	1,93	0,26	12,34	59,36	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	0,40	0,40	8,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	910	40,63	28,25	93,44	870,49	50,30	0,30	0,38	1,07	0,04	172,54	293,41	111,27	7,04	1414,69	12,77	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	63,43	59,32	188,78	1 543,89	57,86	0,64	0,70	85,14	0,04	748,36	664,54	182,02	12,47	2260,69	19,88	0,05	0,11	

3 день

[illegible]

Завтрак																		
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАЛННОЙ, ПШЕННОЙ, ОВСЯНОЙ, ГРЕЧНЕВОЙ И ДРУГИХ КРУП (ПШЕНО)	250	18,34	15,62	39,10	362,41	1,34	0,16	0,26	63,10	0,02	168,78	236,31	50,37	2,65	377,37	7,03	0,00	0,04
КОФЕЛИНГОВСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	1,35	5,88	33,20	171,68	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	7,20	16,20	4,50	0,67	70,00	0,00	0,00	0,00
СОК	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,00	14,00	10,00	2,80	36,80	0,00	0,00	0,00
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,00	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	-	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,01
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	630	23,02	22,24	118,75	745,02	15,34	0,27	0,33	63,11	0,02	210,84	301,00	78,00	9,40	802,97	10,71	0,00	0,05

Обед																		
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	100	1,08	0,06	1,80	13,80	18,00	0,01	0,01	0,00	0,00	28,80	18,60	9,60	0,36	180,00	1,80	0,00	0,01
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	6,81	5,10	10,75	96,66	8,50	0,06	0,05	0,20	0,00	36,09	47,48	21,41	0,91	366,67	3,90	0,00	0,02
ПЛОВ (С МЯСНОЙ КОНСЕРВНОЙ)	280	29,17	20,91	109,02	412,16	1,91	0,07	0,19	0,28	0,00	46,15	297,88	57,73	3,76	432,11	1,64	0,01	0,03
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:	910	42,96	27,95	163,65	863,43	38,41	0,21	0,28	0,48	0,00	147,20	421,86	100,35	6,47	1164,64	9,02	0,01	0,06
Всего за день: 1540		66,98	54,27	282,40	1701,45	53,75	0,48	0,61	63,59	0,02	358,04	722,86	178,35	15,87	1967,61	20,29	0,01	0,11

4 День

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг					
Завтрак																							
ПЛОВ с фруктами	250	20,65	18,22	58,25	472,50	1,40	0,10	0,12	70,25	0,00	90,62	182,57	83,62	2,27	695,52	0,91	0,02	0,02					
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	10,77	3,71	3,82	0,37	13,46	0,00	0,00	0,00					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,00					
Итого за прием пищи:	580	23,08	18,88	95,11	738,10	11,42	0,17	0,17	70,26	0,00	122,25	220,77	100,57	5,92	1027,78	4,59	0,02	0,00					

Обед

Обед																		
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,11	2,50	14,40	6,00	0,04	0,06	0,02	0,00	23,10	42,20	13,40	1,10	140,60	19,16	0,00	0,01
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОКОВЫМИ (1 ВАРИАНТ)	250	5,94	5,50	19,92	154,74	7,05	0,15	0,08	0,25	0,00	57,34	136,51	40,18	1,89	567,01	3,43	0,00	0,01
УЛИВШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ	100	13,34	17,92	3,22	227,76	1,23	0,03	0,10	0,01	0,00	24,44	140,47	18,96	2,03	289,16	0,42	0,00	0,01
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,62	5,40	31,74	202,14	0,00	0,07	0,04	0,00	0,00	5,83	28,44	25,34	1,33	36,42	0,81	0,02	1,31
СОК	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,00	14,00	10,00	2,80	36,80	0,00	0,00	0,01
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,01
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,01
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:	1060	32,94	30,72	119,66	891,85	28,28	0,38	0,32	0,28	0,00	136,41	408,51	117,69	10,59	1156,59	7,96	0,02	1,31
Всего за день: 1640		56,02	49,56	214,77	1629,95	39,70	0,55	0,49	70,54	0,00	258,66	629,28	218,26	16,51	2184,37	12,55	0,04	1,31

5 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества							
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	
Завтрак																			
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАЛННОЙ, ПШЕННОЙ, ОВСЯНОЙ, ГРЕЧНЕВОЙ И ДРУГИХ (ГРЕЧНЕВАЯ)	250	18.61	15.97	38.97	358,30	1,20	0,16	0,24	62,27	0,02	166,78	236,31	50,37	2,65	377,37	7,03	0,00	0,04	
КОФЕЛИНГОВСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	60	1,42	6,12	34,60	174,32	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	7,63	18,40	4,80	0,67	72,10	0,00	0,00	0,00	
ПШЕНИЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,00	14,00	10,00	2,80	36,80	0,00	0,00	0,00	
ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	0,00	14,05	84,30	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00	

Итого за прием пищи:	560	23.94	22.09	107.82	701.72	5.20	0.23	0.28	62.27	0.02	196.25	292.11	69.85	6.48	523.07	7.03	0.00	0.04
----------------------	-----	-------	-------	--------	--------	------	------	------	-------	------	--------	--------	-------	------	--------	------	------	------

Обед																		
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	100	1.08	0.06	1.80	13.80	18.00	0.01	0.01	0.00	0.00	28.80	18.60	9.60	0.36	180.00	1.80	0.00	0.01
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1.72	5.01	12.41	102.22	7.94	0.04	0.04	0.21	0.00	39.83	43.60	22.77	1.11	330.24	5.47	0.00	0.02
РАГУ ОВОЩНОЕ (С КОНСЕРВНОЙ МЯСНОЙ)	280	20.31	26.93	17.57	384.27	13.17	0.10	0.19	0.78	0.06	- 65.62	248.18	53.02	4.10	835.90	4.63	0.00	0.04
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ОЙ ВАРИАНТ)	200	0.16	0.12	2.70	11.12	0.80	0.01	0.01	0.00	0.00	13.83	5.76	5.78	0.72	63.21	0.40	0.00	0.00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.91	1.13	19.94	101.66	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	6.84	23.40	4.68	0.36	36.80	0.00	0.00	0.00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1.33	0.26	12.34	59.35	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	4.86	23.49	5.13	1.08	40.80	1.68	0.00	0.00
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00	0.03	0.02	0.01	0.00	16	11.00	8.00	2.20	278.00	2.00	0.00	0.01
Итого за прием пищи:	910	28.51	33.91	76.56	829.42	49.91	0.26	0.30	1.00	0.06	175.78	374.03	108.98	9.93	1764.95	15.88	0.00	0.07
Всего за день:		43.43	48.63	180.77	1437.96	55.11	0.50	0.59	63.27	0.08	317.03	666.14	178.83	16.41	2288.02	23.01	0.00	0.11

6 День																					
Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАЛИННОЙ, ПШЕННОЙ, ОВсяНОЙ, ГРЕЧНЕВОЙ И ДРУГИХ ЗЕРН (ПШЕННАЯ)	250	18,61	15,97	38,97	358,30	1,20	0,16	0,24	62,27	0,02	166,78	236,31	50,37	2,65	377,37	7,03	0,00	0,04			
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	60	4,22	2,90	27,29	163,80	12,00	0,04	0,01	0,00	0,00	12,3	24,30	8,10	0,45	69,60	0,00	0,00	0,00			
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	10,77	3,71	3,82	0,37	13,46	0,00	0,00	0,00			
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01			
Итого за прием пищи:	610	23,33	19,27	90,78	628,35	23,22	0,23	0,28	62,28	0,02	205,85	275,32	64,25	5,67	738,43	9,03	0,00	0,05			

Обед																		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100	2.75	21.50	8.25	139.26	4.60	0.03	0.07	0.25	0.00	64.50	46.50	22.50	1.05	508.00	0.00	0.00	0.00
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	6.81	5.10	10.75	96.86	8.50	0.06	0.05	0.20	0.00	36.09	47.48	21.41	0.91	366.67	3.90	0.00	0.02
МЯСНО-ОВощНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	100	15.20	18.56	4.35	351.95	0.88	0.02	0.10	0.08	0.00	24.93	145.11	19.84	2.08	300.33	0.35	0.00	0.00
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	5.01	6.00	28.72	188.76	0.00	0.13	0.12	0.00	0.00	13.16	102.56	35.88	1.17	92.62	2.64	0.00	0.98
СОК	200	1.00	0.00	20.20	84.80	4.00	0.02	0.01	0.00	0.00	14.00	10.00	2.80	2.80	36.80	0.00	0.00	0.00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.91	1.13	19.94	101.66	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	6.84	23.40	4.68	0.36	36.80	0.00	0.00	0.00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1.33	0.26	12.34	59.35	0.00	0.04	0.02	0.00	0.00	4.86	23.49	5.13	1.08	40.80	1.68	0.00	0.00
ОБИДЕРЖКОЕ ИЗДЕЛИЕ	70	0.85	4.12	23.24	120.18	0.00	0.01	0.01	0.00	0.00	5.04	11.34	3.15	0.47	49.00	0.00	0.00	0.00
Итого за прием пищи:	910	36.56	56.67	127.79	1142.62	18.08	0.34	0.39	0.53	0.00	169.42	413.88	122.59	9.92	1431.02	8.57	0.00	1.00
Всего за день:	1520	59.89	75.94	218.57	1910.02	41.30	0.57	0.67	62.81	0.02	375.27	689.20	186.84	15.59	2169.45	17.60	0.00	1.05

7 день																							
Принем пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества							
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг					
Завтрак																							
Об с фруктами	250	20.65	18.22	58.25	472.50	1.40	0.10	0.12	70.25	0.00	90.62	182.57	83.62	2.27	695.52	0.91	0.02	0.02					
с САХАРОМ	200	0.10	0.00	14.72	59.25	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	10.77	3.71	3.82	0.37	13.46	0.00	0.00	0.00					
с ПШЕНИЧНЫМ	40	2.91	0.00	14.05	84.30	0.00	0.03	0.01	0.00	0.00	6.84	23.40	4.68	0.36	36.80	0.00	0.00	0.00					
ды и ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00	0.03	0.02	0.01	0.00	16.00	11.00	8.00	2.20	278.00	2.00	0.00	0.00					
о за прием пищи:	590	24.06	18.62	96.82	663.05	11.42	0.16	0.16	70.26	0.00	124.23	220.88	100.12	5.20	1023.78	2.91	0.02	0.02					
Обед																							
или НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	0.80	0.11	2.50	14.40	6.00	0.04	0.06	0.02	0.00	23.10	42.20	13.40	1.10	140.60	19.16	0.00	0.00					

КАША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ, ПШЕННОЙ, ОВСЯНОЙ, ГРЕЧНЕВОЙ И ДРУГИХ КРУП (ОВСЯНКА)	250	13,32	3,10	19,61	159,92	8,78	0,12	0,12	0,30	0,00	44,88	86,39	44,92	1,72	530,29	5,12	0,00	0,00
УЛИШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ	100	13,34	17,92	3,22	227,76	1,23	0,03	0,10	0,01	0,00	24,44	140,47	18,96	2,03	298,16	0,42	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,62	5,40	31,74	202,14	0,00	0,07	0,04	0,00	0,00	5,83	28,44	25,34	1,33	36,42	0,81	0,02	1,32
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,16	0,16	2,70	111,12	1,60	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	3,96	4,43	0,78	112,44	0,80	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	-0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:	1060	39,48	28,48	101,86	923,35	27,61	0,37	0,38	0,34	0,00	139,11	358,35	124,86	10,61	1473,51	29,99	0,02	1,37
Всего за день: 1650		63,54	47,10	198,67	1 586,40	39,03	0,53	0,54	0,70	0,00	263,34	694,64	224,98	15,81	2497,29	32,50	0,04	1,40

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества							
		Белки, г	Жиры, г		Углевода, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг

Завтрак

КАША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ, ПШЕННОЙ, ОВСЯНОЙ, ГРЕЧНЕВОЙ И ДРУГИХ КРУП (ОВСЯНКА)	250	15,33	14,80	38,50	371,42	1,14	0,17	0,23	65,24	0,02	174,7	263,45	52,77	2,79	395,30	13,6	0,00	0,04
КОФЕЛИНТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	1,35	5,88	33,20	171,68	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	7,20	16,20	4,50	0,67	70,00	0,00	0,00	0,00
КАШАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,13	24,40	0,02	152,20	124,60	21,30	0,48	199,15	2,66	0,00	0,01
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	0,00	14,05	84,30	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	540	23,67	24,22	103,33	746,00	2,73	0,28	0,39	89,64	0,04	340,94	427,65	83,25	4,30	701,25	16,26	0,00	0,05

Обед

ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	100	1,08	0,06	1,80	13,80	18,00	0,01	0,01	0,00	0,00	28,80	18,60	9,60	0,36	180,00	1,80	0,00	0,01
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	5,20	7,40	25,60	117,90	14,30	0,15	0,06	0,78	0,00	16,58	34,95	28,00	1,03	476,55	5,47	0,00	0,02
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСНОЙ КОНСЕРВОЙ	280	21,21	24,29	33,84	381,12	29,89	0,08	0,23	0,06	0,06	110,13	164,65	45,96	4,56	311,96	4,63	0,00	0,04
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:	1060	33,39	33,63	103,32	853,63	72,19	0,34	0,55	0,79	0,06	191,67	276,09	103,17	9,59	1325,31	15,58	0,00	0,08
Всего за день: 1600		57,06	57,85	206,65	1 599,96	74,92	0,62	0,74	89,95	0,10	532,61	703,74	186,42	13,89	2116,85	31,94	0,00	0,13

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины								Минеральные вещества							
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			

Завтрак

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100	2,75	21,50	8,25	139,26	4,60	0,03	0,07	0,25	0,00	64,50	46,50	22,50	1,05	508,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (170г/25)	200	9,74	13,40	28,50	275,80	1,20	0,16	0,08	52,00	0,00	304,00	134,00	15,00	1,00	53,60	2,43	0,02	0,04
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	10,77	3,71	3,82	0,37	13,46	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	0,00	14,05	84,30	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,00	13,50	58,50	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
Итого за прием пищи:	570	17,43	34,90	79,02	617,11	5,82	0,26	0,19	52,25	0,00	390,97	231,10	51,13	5,43	652,66	4,11	0,02	0,04

Обед

ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,11	2,50	14,40	6,00	0,04	0,06	0,02	0,00	23,10	42,20	13,40	1,10	140,60	19,16	0,00	0,01
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	3,80	4,98	8,13	84,48	18,48	0,08	0,04	0,00	0,00	33,98	47,43	22,20	0,83	270,55	6,43	0,00	0,04
ПЛОД (С МЯСНОЙ КОНСЕРВОЙ)	280	29,17	20,91	108,02	412,16	1,91	0,07	0,19	0,28	0,00	46,15	297,89	57,73	3,76	492,11	1,64	0,01	0,03
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,16	0,16	2,70	111,12	1,60	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	3,96	4,43	0,79	112,44	0,80	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,84	23,40	4,68	0,36	36,80	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,93	0,26	12,34	59,35	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	4,86	23,49	5,13	1,08	40,80	1,68	0,00	0,00
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:	1060	39,17	27,95	164,43	830,17	37,99	0,30	0,31	0,31	0,00	144,09	449,37	93,37	10,12	1311,30	31,71	0,01	0,09
Всего за день: 1630		56,60	64,85	243,45	1 638,40	43,81	0,56	0,50	52,56	0,00	535,06	690,47	144,50	15,55	1963,60	35,82	0,03	0,13

10 день

Принем пищи, наименование блюда

Завтрак

Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		
Итого за прием пищи:																		

Обед

Масса порции	100	0,86	0,20	3,80	24,20	25,00	0,06	0,40	0,15	0,00	13,89	24,60	19,90	1,10	290,00	2,10	0,00	0,00	0,00
Углеводы																			
Липиды																			
Белки																			
Вит. А																			
Вит. В1																			
Вит. В2																			
Вит. В6																			
Вит. В12																			
Вит. С																			
Вит. Е																			
Вит. К																			
Вит. Р																			
Вит. РР																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			
Вит. РД																			
Вит. РЕ																			
Вит. РЖ																			
Вит. РЛ																			
Вит. РМ																			
Вит. РН																			
Вит. РВ																			
Вит. РС																			

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал																		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г																			
Итого за весь период	587,25	561,65	2 156,95	16 449,23																		
Среднее значение за период	58,73	56,16	215,70	1 644,92																		

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
12-17 лет	588	991

