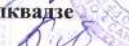


Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "АРКАДА"

 /А.Б.Стависский/
2026 г.

ИП Болквдзе

 /Л.Ф.Болквдзе/

Согласовано:

Директор МБОУ г.Астрахани
СОШ № 32

О.Н.Сидорина 

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

для организации горячим питанием детей в образовательных
учреждениях города Астрахани, для учащихся от 7-11 лет с ограниченными возможностями здоровья, 10-ти дневное.

С использованием:

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство
Москва "Дели плюс" 2017., рекомендовано НИИ питания РАМН, руководитель разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ),
Тутельян В.А. (ГУУ НИИ питания РАМН), А.Я.Перевалов 2018 г.

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Таблица № 2

Астрахань 2026 год.

Категория: Школьники 7-11 лет ОВЗ

Категория: Школьники 7-11 лет ОБЗ																					
№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-кар, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У															
День 1 (понедельник)																					
173 (2)	ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом и сахаром)	230	9,04	11,57	56,76	368,00	0,138	0,184	1,012	2,484	153,76	0,046	46,345	0	0,046	273,838	231,357	0	0	0
15	ЗАВТРАК	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,006	0,06	0,14	0,2	176	0,052	7	0	0,034	17,6	100	0	0	0
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,90	0,05	0	0	0,55	11,5	0	16,5	0	0	0	43,5	0	0	0
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500	17,69	17,99	71,77	612,72	0,194	0,244	1,172	3,494	351,575	0,098	71,145	0	0,08	299,438	377,457	0	0	0
Н (1)	ЗАВТРАК 2	Кондитерское изделие	40	3,40	4,52	27,88	165,80	0,04	0	0	0,4	16,4	26	6	0	0	0	34,8	0	0	0
376	ЗАВТРАК 2	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			240	3,46	4,54	41,84	221,62	0,04	0	0,02	0,66	26,72	26	7,3	0	0	8	37,4	0	0	0
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,76	35,76	0,012	0,024	11,31	0,3	17,298	0	16,986	0	0,072	151,86	16,662	0	0	0
102	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (вегетарианский)	200	4,40	4,22	13,22	118,60	0,18	0,06	4,66	1,64	34,14	0	28,46	0	1,2	378,26	70,48	0	0	0
291 (2)	ОБЕД	Плов из птицы	250	21,18	13,08	44,68	381,67	0,125	0,175	7,525	2,475	57,925	0,025	67,55	0	1,95	355,925	219,175	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			790	31,83	20,11	77,42	777,33	0,397	0,259	23,515	6,355	138,083	0,025	137,496	0	3,222	894,045	386,117	0	0	0
428	ПОЛДНИК	Булочка школьная	100	8,35	3,20	44,85	241,67	0,15	0,07	0	1,47	22,5	0	32,33	0	0	117,67	76,83	0	0	0
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300	8,41	3,22	58,81	297,49	0,15	0,07	0,02	1,73	32,82	0	33,63	0	0	125,67	79,43	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1830	61,39	45,86	249,84	1909,16	0,781	0,573	24,727	12,239	549,198	26,123	249,571	0	3,302	1327,153	880,404	0	0	0
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1830	61,39	45,86	249,84	1909,16	0,781	0,573	24,727	12,239	549,198	26,123	249,571	0	3,302	1327,153	880,404	0	0	0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1830	61,39	45,86	249,84	1909,16	0,781	0,573	24,73	12,24	549,2	26,12	249,57	0	3,3	1327,15	880,4	0	0	0
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности					12,86	21,62	52,35														

Примечание: В салатах в период после 1 марта согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20, производится замена сырых овощей на овощи прошедшие термическую обработку, свежая капуста на квашенную капусту.

Категория: Школьники 7-11 лет ОВЗ

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	C, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-car, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.	
				Б	Ж	У																
День 2 (вторник)																						
204	ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром	230	15,57	18,31	39,24	384,56	0,092	0,138	0,253	1,426	339,48	0,138	23,368	0	0,092	80,408	232,392	0	0	0	
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,90	0,05	0	0	0,55	11,5	0	16,5	0	0	0	43,5	0	0	0	
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
Н	ЗАВТРАК	Кондитерское изделие	20	1,70	2,26	13,94	82,90	0,02	0	0	0,2	8,2	13	3	0	0	0	17,4	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				500	21,28	21,09	68,19	640,18	0,162	0,138	0,273	2,436	369,5	13,138	44,168	0	0,092	88,408	295,892	0	0	0
3	ЗАВТРАК 2	Бутерброд с сыром	60	6,96	9,96	17,80	188,40	0,048	0,084	0,132	0,588	167,04	0,072	11,34	0	0,048	51,12	119,2	0	0	0	
376	ЗАВТРАК 2	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				260	7,02	9,98	31,76	244,22	0,048	0,084	0,152	0,848	177,36	0,072	12,64	0	0,048	59,12	117,8	0	0	0
52 (1)	ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,61	4,96	55,68	0,012	0,024	3,99	0,792	21,276	0	12,42	0	0,006	161,88	24,378	0	0	0	
103	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями (вегетарианский)	250	2,70	2,85	17,45	118,25	0,1	0,05	8,25	1,125	29,2	0	27,275	0	1,225	481,425	67,575	0	0	0	
128	ОБЕД	Картофельное пюре (с маслом)	150	3,10	9,15	17,98	172,86	0,15	0,12	17,81	1,035	41,855	0,045	27,405	0	0,06	636,57	87,03	0	0	0	
279	ОБЕД	Тефтели мясные (с соусом)	100	6,78	7,54	8,58	129,09	0,05	0,06	0,37	0,62	21,5	0,03	15	0	0,02	137,82	75,58	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0	
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				840	18,89	24,91	64,73	717,18	0,392	0,254	30,435	5,512	142,351	0,075	106,6	0	1,311	1425,695	334,363	0	0	0
422	ПОЛДНИК	Булочка ванильная	100	7,90	8,12	44,48	283,00	1,14	0,08	0	1,4	22,4	0	10,6	0	0	110,2	76,6	0	0	0	
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				300	7,96	8,14	58,44	338,82	1,14	0,08	0,02	1,66	32,72	0,01	29,7	0	0	118,2	79,2	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1900	55,15	63,22	223,12	1940,4	1,742	0,556	30,88	10,456	721,931	13,295	193,108	0	1,451	1691,423	827,255	0	0	0
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:				1900	55,15	63,22	223,12	1940,4	1,742	0,556	30,88	10,456	721,931	13,295	193,108	0	1,451	1691,423	827,255	0	0	0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:				1900	55,15	63,22	223,12	1940,4	1,74	0,56	30,88	10,46	721,93	13,3	193,11	0	1,45	1691,42	827,26	0	0	0
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности					11,37	29,32	45,99															

Категория: Школьники 7-11 лет ОВЗ

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-кар, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У															
День 3 (среда)																					
181	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом и сахаром)	240	6,67	11,69	46,20	317,45	0,096	0,192	1,272	0,552	146,26	0,072	22,152	0	0,046	205,08	128,928	0	0	0
14	ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	0,01	0	0,02	2,4	0,04	0	0	0,03	3	3	0	0	0
N	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,90	0,05	0	0	0,55	11,5	0	16,5	0	0	0	43,5	0	0	0
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			600	10,76	19,46	61,34	556,17	0,146	0,202	1,292	1,382	170,476	0,112	39,952	0	0,078	216,08	178,028	0	0	0
338	ЗАВТРАК 2	Плоды или ягоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
62	ОБЕД	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,74	0,05	6,89	49,02	0,036	0,042	2,016	0,396	15,456	0	21,63	0	0,066	113,94	31,862	0	0	0
82	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем (вегетарианский)	200	1,44	3,94	8,74	83,00	0,04	0,04	8,54	0,98	39,78	0	20,9	0	1,04	308,24	43,68	0	0	0
304	ОБЕД	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,70	0,03	0,015	0	0,525	13,95	0	16,335	0	0,015	40,575	60,945	0	0	0
295	ОБЕД	Котлеты из мяса птицы (с соусом)	100	10,05	11,34	11,88	190,00	0,08	0,08	0,66	0,95	44,21	0,03	14,98	0	0,01	153,62	68,22	0	0	0
N	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0
N	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			790	21,34	21,56	79,96	773,02	0,266	0,177	11,236	4,791	129,531	0,03	98,345	0	1,131	624,375	284,307	0	0	0
424	ПОЛДНИК	Булочка домашняя	100	7,28	12,52	43,92	318,00	0,12	0,06	0	1,3	19,8	0	27,4	0	0	105,2	70	0	0	0
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300	7,34	12,54	67,88	373,82	0,12	0,06	0,02	1,56	30,12	0	28,7	0	0	113,2	72,6	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1790	40,24	54,36	218,78	1797,01	0,592	0,479	32,548	12,133	362,127	0,142	184,997	0	1,269	1509,655	556,935	0	0	0
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1790	40,24	54,36	218,78	1797,01	0,592	0,479	32,548	12,133	362,127	0,142	184,997	0	1,269	1509,655	556,935	0	0	0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1790	40,24	54,36	218,78	1797,01	0,59	0,48	32,55	12,13	362,13	0,14	185	0	1,27	1509,66	556,93	0	0	0
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				8,96	27,23	48,7															

Категория: Школьники 7-11 лет ОВЗ

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-car, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.	
				Б	Ж	У																
День 4 (четверг)																						
175	ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	240	6,62	12,19	47,40	327,26	0,12	0,144	1,056	0,912	145,824	0,048	40,584	0	0,048	219,96	170,976	0	0	0	
14	ЗАВТРАК	Масло (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	0,01	0	0,02	2,4	0,04	0	0	0,03	3	3	0	0	0	
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,90	0,05	0	0	0,55	11,5	0	16,5	0	0	43,5	0	0	0	0	
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				500	10,71	19,96	62,54	565,98	0,17	0,154	1,076	1,742	170,044	0,088	58,384	0	0,078	230,96	220,076	0	0	0
Н (1)	ЗАВТРАК 2	Кондитерское изделие	40	3,40	4,52	27,88	165,80	0,04	0	0	0,4	16,4	26	6	0	0	34,8	0	0	0	0	
376	ЗАВТРАК 2	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				240	3,46	4,54	41,84	221,62	0,04	0	0,02	0,66	26,72	26	7,3	0	0	8	37,4	0	0	0
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,76	35,76	0,012	0,024	11,31	0,3	17,298	0	16,986	0	0,072	151,86	16,662	0	0	0	
101	ОБЕД	Суп картофельный с перловой крупой (вегетарианский)	200	1,58	2,16	9,68	68,60	0,08	0,04	6,6	0,7	21,36	0	18,22	0	0,98	371,32	44,78	0	0	0	
285	ОБЕД	Макароны с мясом	250	30,68	42,80	35,75	474,15	0,15	0,25	0	4,2	35,325	0,025	48,815	0	0,025	548,28	295,5	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	34,8	0	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	42,4	0	0	0	0	
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				790	38,51	47,77	64,95	819,81	0,322	0,314	17,93	7,14	102,703	0,025	107,856	0	1,077	5079,455	436,742	0	0	0
417	ПОЛДНИК	Гребешок из дрожжевого теста	100	9,18	14,12	50,30	365,00	0,15	0,08	0,28	1,52	28,5	0,06	36,75	0	0,04	136,5	97,5	0	0	0	
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				300	9,24	14,14	64,26	420,82	0,15	0,08	0,3	1,78	38,82	0,06	38,05	0	0,04	144,5	100,1	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1830	61,92	86,41	233,59	2028,23	0,682	0,548	19,326	11,322	338,287	26,173	211,59	0	1,195	5462,915	794,318	0	0	0
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:				1830	61,92	86,41	233,59	2028,23	0,682	0,548	19,326	11,322	338,287	26,173	211,59	0	1,195	5462,915	794,318	0	0	0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:				1830	61,92	86,41	233,59	2028,23	0,68	0,55	19,33	11,32	338,29	26,17	211,59	0	1,2	5462,92	794,32	0	0	0
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				12,21	38,34	46,07																

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-кар, мг.	К, мг.	Р, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У															
День 5 (пятница)																					
182	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой с маслом и сахаром)	240	5,57	11,89	47,35	317,45	0,072	0,192	1,272	0,552	142,248	0,072	32,856	0	0,048	195,024	150,696	0	0	0
15	ЗАВТРАК	Сыр (попорциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,005	0,06	0,14	0,2	176	0,052	7	0	0,034	17,6	100	0	0	0
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500	13,43	18,01	62,15	538,79	0,118	0,252	1,432	1,452	337,768	0,124	54,356	0	0,082	220,624	288,096	0	0	0
338	ЗАВТРАК 2	Плоды или ягоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
52 (1)	ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,61	4,96	55,68	0,012	0,024	3,99	0,792	21,276	0	12,42	0	0,006	161,88	24,378	0	0	0
		Суп картофельный с пшенной крупой (вегетарианский)	200	1,58	2,16	9,68	68,60	0,08	0,04	6,6	0,7	21,36	0	18,22	0	0,98	371,32	44,78	0	0	0
101	ОБЕД	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	36,64	243,75	0,21	0,12	0	4,56	14,82	0	135,83	0	0,03	259,62	203,924	0	0	0
302	ОБЕД	Котлета мясная (с соусом)	100	10,34	12,52	10,99	163,75	0,05	0,11	0,22	1,81	35,7	0,02	36,84	0	0	136	122,65	0	0	0
268	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			790	26,83	25,24	80,03	773,08	0,432	0,294	10,83	9,802	121,876	0,02	227,805	0	1,016	936,82	477,523	0	0	0
428	ПОЛДНИК	Булочка школьная	100	8,35	3,20	44,85	241,67	0,15	0,07	0	1,47	22,5	0	32,33	0	0	117,67	76,83	0	0	0
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300	8,41	3,22	58,81	297,49	0,15	0,07	0,02	1,73	32,82	0	33,63	0	0	126,67	79,43	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1790																		

Категория: Школьники 7-11 лет ОВЗ

Категория: школьники 7-11 лет ОБС																							
№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	B1, мг.	B2, мг.	C, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-car, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.		
				Б	Ж	У																	
День 6 (понеделник)																							
		Каша вязкая молочная из пшенной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и сахаром)	230	9,45	12,12	48,53	341,71	0,161	0,184	1,058	2,553	180,747	0,069	48,553	0	0,046	286,557	242,374	0	0	0	0	
173	ЗАВТРАК		20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,006	0,06	0,14	0,2	178	0,052	7	0	0,034	17,6	100	0	0	0	0	
15	ЗАВТРАК	Сыр (порцианый) (Российский)	50	3,95	0,50	1,05	116,90	0,05	0	0	0,55	11,5	0	16,5	0	0	0	43,5	0	0	0	0	
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0	
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0,08	312,157	388,474	0	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500	18,1	18,54	63,54	586,43	0,217	0,244	1,218	3,563	358,567	0,121	73,353	0	0,08	312,157	388,474	0	0	0	0	
Н (1)	ЗАВТРАК 2	Кондитерское изделие	40	3,40	4,52	27,88	185,80	0,04	0	0	0,4	16,4	26	6	0	0	0	34,8	0	0	0	0	
376	ЗАВТРАК 2	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			240	3,46	4,54	41,84	221,62	0,04	0	0,02	0,66	26,72	26	7,3	0	0	8	37,4	0	0	0	0	
62	ОБЕД	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,74	0,05	6,89	49,02	0,036	0,042	2,016	0,396	15,456	0	21,63	0	0,066	113,94	31,662	0	0	0	0	
88	ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем (вегетарианский)	200	1,42	3,96	6,32	71,80	0,04	0,04	12,62	0,66	39,4	0	17,7	0	1	306,66	39,2	0	0	0	0	
203	ОБЕД	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,45	195,72	0,06	0,03	0	0,81	12,15	0,03	8,145	0	0,015	37,29	37,575	0	0	0	0	
297	ОБЕД	Фрикадельки из кур (с соусом)	100	13,02	18,05	7,36	243,54	0,04	0,11	1,93	1	48,42	0,05	13,93	0	0,04	122,64	82,51	0	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0	0	
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			790	26,1	28,71	66,78	801,48	0,256	0,222	16,586	4,806	144,146	0,08	85,905	0	1,121	588,53	270,747	0	0	0	0	
424	ПОЛДНИК	Булочка домашняя	100	7,28	12,52	43,92	318,00	0,12	0,06	0	1,3	19,8	0	27,4	0	0	105,2	70	0	0	0	0	
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			390	7,34	12,54	57,88	373,82	0,12	0,06	0,02	1,56	30,12	0	28,7	0	0	113,2	72,6	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1830	55	64,33	230,04	1983,35	0,633	0,526	17,844	10,589	559,563	26,201	195,258	0	1,201	1021,887	769,221	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1830	55	64,33	230,04	1983,35	0,633	0,526	17,844	10,589	559,563	26,201	195,258	0	1,201	1021,887	769,221	0	0	0	0	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1830	55	64,33	230,04	1983,35	0,63	0,53	17,84	10,59	559,55	26,2	195,26	0	1,2	1021,89	769,22	0	0	0	0	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				11,09	29,19	46,39																	

Категория: Школьники 7-11 лет ОВЗ

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-car, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У																
День 7 (вторник)																						
188	ЗАВТРАК	Запеканка рисовая с творогом	150	7,90	11,37	40,79	301,42	0,045	0,105	0,06	0,825	53,88	0,06	26,445	0	0,03	83,49	123,975	0	0	0	0
Н	ЗАВТРАК	Повидло малиновое	30	0,15	0,00	21,48	86,52	0	0	0,72	0,12	3,6	0	2,7	0	0	0	0	0	0	0	0
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0	0
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0
338	ЗАВТРАК	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10	2,2	16	0	9	0	0,03	278	11	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			520	11,67	12,19	86,87	584,28	0,115	0,125	10,8	3,845	93	0,06	52,645	0	0,06	369,49	172,375	0	0	0	0
3	ЗАВТРАК 2	Бутерброд с сыром	60	6,96	9,96	17,80	188,40	0,048	0,084	0,132	0,588	167,04	0,072	11,34	0	0,048	51,12	115,2	0	0	0	0
376	ЗАВТРАК 2	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			260	7,02	9,98	31,76	244,22	0,048	0,084	0,152	0,848	177,36	0,072	12,66	0	0,048	59,12	117,8	0	0	0	0
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,76	35,76	0,012	0,024	11,31	0,3	17,298	0	16,986	0	0,072	151,86	16,662	0	0	0	0
96	ОБЕД	Рассолыпин ленинградский (вегетарианский)	200	1,62	4,08	9,58	85,80	0,08	0,04	6,7	0,74	23,32	0	19,34	0	0,98	381,24	45,38	0	0	0	0
304	ОБЕД	Рис отварной	150	3,65	5,37	38,69	209,70	0,03	0,015	0	0,525	1,365	0	16,335	0	0,015	40,575	60,945	0	0	0	0
279	ОБЕД	Тефтели мясные (с соусом)	100	6,78	7,54	8,58	129,09	0,05	0,06	0,37	0,62	21,5	0,03	15	0	0,02	137,82	75,58	0	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0	0
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			790	18,3	19,8	74,37	701,65	0,252	0,139	18,4	4,125	92,203	0,03	92,61	0	1,087	719,495	278,367	0	0	0	0
422	ПОЛДНИК	Булочка ванильная	100	7,90	8,12	44,48	263,00	1,14	0,08	0	1,4	22,4	0,01	28,4	0	0	110,2	76,6	0	0	0	0
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300	7,96	8,14	58,44	338,82	1,14	0,08	0,02	1,66	32,72	0,01	29,7	0	0	118,2	79,2	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1870	44,95	50,11	251,44	1868,97	1,555	0,428	29,372	10,478	395,283	0,172	187,146	0	1,195	1266,305	647,742	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1870	44,95	50,11	251,44	1868,97	1,555	0,428	29,372	10,478	395,283	0,172	187,146	0	1,195	1266,305	647,742	0	0	0	0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1870	44,95	50,11	251,44	1868,97	1,56	0,43	29,37	10,48	395,28	0,17	187,15	0	1,2	1266,3	647,74	0	0	0	0
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				9,62	24,13	53,81																

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-кар, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У															
День 8 (среда)																					
173	ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из пшениной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и сахаром)	240	9,86	12,65	50,64	356,57	0,168	0,192	1,104	2,664	167,74	0,072	50,684	0	0,048	299,016	252,912	0	0	0
14	ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	0,01	0	0,02	2,4	0,04	0	0,03	3	3	0	0	0	
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,90	0,05	0	0	0,55	11,5	0	16,5	0	0	43,5	0	0	0	
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500	13,95	20,42	65,78	595,29	0,218	0,202	1,124	3,494	191,956	0,112	68,484	0	0,078	310,016	302,012	0	0	0
338	ЗАВТРАК 2	Флоды или ягоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
52 (1)	ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,61	4,96	55,68	0,012	0,024	3,99	0,792	21,276	0	12,42	0	0,006	161,88	24,378	0	0	0
99	ОБЕД	Суп из овощей (вегетарианский)	200	1,28	4,00	7,32	76,20	0,06	0,04	8,3	0,62	27,88	0	16,6	0	0,006	307,28	39,42	0	0	0
199	ОБЕД	Пюре из бобовых с маслом	150	13,30	6,52	31,67	242,85	0,285	0,12	0	3,9	110,37	0,03	56,64	0	0,015	719,1	295,08	0	0	0
295	ОБЕД	Котлеты из мяса птицы (с соусом)	100	10,05	11,34	11,88	190,00	0,08	0,08	0,66	0,95	44,21	0,03	14,98	0	0,01	153,62	68,22	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	34,8	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	42,4	0	0	0	
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			790	30,94	26,33	71,59	806,03	0,517	0,264	12,97	8,202	232,456	0,06	125,14	0	0,101	1349,88	506,898	0	0	0
417	ПОЛДНИК	Гребешок из дрожжевого теста	100	9,18	14,12	50,30	365,00	0,15	0,08	0,28	1,52	28,5	0,06	36,75	0	0,04	136,5	97,5	0	0	0
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300	9,24	14,14	64,26	420,82	0,15	0,08	0,3	1,78	38,82	0,06	38,05	0	0,04	144,5	100,1	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1790	54,93	61,69																

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-car, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.	
				Б	Ж	У																
День 9 (четверг)																						
285	ЗАВТРАК	Макаронник с мясом	250	30,68	42,80	35,75	474,15	0,15	0,25	0	4,2	35,325	0,025	48,15	0	0,026	4546,28	295,5	0	0	0	
82 (1)	ЗАВТРАК	Салат из моркови с растительным маслом	30	0,37	0,03	3,44	24,51	0,018	0,021	1,006	0,198	7,728	0	10,815	0	0,033	56,97	15,831	0	0	0	
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0	
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				520	34,27	43,25	53,99	648	0,208	0,271	1,028	5,098	62,573	0,025	73,465	0	0,058	4613,245	348,731	0	0	0
Н (1)	ЗАВТРАК 2	Кондитерское изделие	40	3,40	4,52	27,88	165,80	0,04	0	0	0,4	16,4	26	6	0	0	34,8	0	0	0	0	
376	ЗАВТРАК 2	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				240	3,46	4,54	41,84	221,62	0,04	0	0,02	0,66	26,72	26	7,3	0	0	8	37,4	0	0	0
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,76	35,76	0,012	0,024	11,31	0,3	17,298	0	16,986	0	0,072	151,86	16,662	0	0	0	
101	ОБЕД	Суп картофельный с крупой вегетарианский (перловой, овсяной, пшеничной)	200	1,58	2,16	9,68	66,60	0,08	0,04	6,6	0,7	21,36	0	18,22	0	0,98	371,32	44,78	0	0	0	
291 (2)	ОБЕД	Плов из птицы	250	21,18	13,08	44,68	381,67	0,125	0,175	7,525	2,475	57,925	0,025	67,55	0	1,95	355,925	219,175	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0	
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0	
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				790	29,01	18,05	73,88	727,33	0,297	0,239	25,455	5,415	125,303	0,025	127,256	0	3,002	887,105	360,417	0	0	0
428	ПОЛДНИК	Булочка школьная	100	8,35	3,20	44,85	241,67	0,15	0,07	0	1,47	22,5	0	32,33	0	0	117,67	76,83	0	0	0	
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				300	8,41	3,22	58,81	297,49	0,15	0,07	0,02	1,73	32,82	0	33,63	0	0	125,67	79,43	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1850	75,15	69,06																

Категория: Шкопъници 7-11 лет ОВЗ

Категория: школьники 7-11 лет ОБС																					
№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	b-кар, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У															
День 10 (пятница)																					
175	ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	240	6,62	12,19	47,40	327,26	0,12	0,144	1,056	0,912	145,824	0,048	40,584	0	0,048	219,96	170,98	0	0	0
15	ЗАВТРАК	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,006	0,06	0,14	0,2	176	0,052	7	0	0,034	17,6	100	0	0	0
Н	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0
376	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500	14,48	18,51	62,2	548,6	0,166	0,204	1,216	1,812	341,344	0,1	62,084	0	0,082	245,56	308,376	0	0	0
338	ЗАВТРАК 2	Фрукты или ягоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	0,04	20	4,4	32	0	18	0	0,06	556	22	0	0	0
52 (1)	ОБЕД	Салат из свежлы отварной	60	0,65	3,61	4,96	55,68	0,012	0,024	3,99	0,792	21,276	0	12,42	0	0,006	161,88	24,378	0	0	0
103	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями (вегетарианский)	250	2,70	2,85	17,45	118,25	0,1	0,05	8,25	1,125	29,2	0	27,275	0	1,225	481,425	67,575	0	0	0
302	ОБЕД	Каша рассычатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	0,21	0,12	0	4,56	14,82	0	135,825	0	0,03	259,62	203,93	0	0	0
281	ОБЕД	Биточки куриные (с соусом)	100	9,01	9,88	8,59	146,25	0,06	0,12	0,26	0,81	49,05	0,02	20,61	0	0,02	167,5	112,94	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	0,04	0	0	0,44	9,2	0	13,2	0	0	0	34,8	0	0	0
Н	ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0	0	1,24	9,2	0	10	0	0	0	42,4	0	0	0
376	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			840	26,62	23,29	85,4	806,23	0,462	0,314	12,52	9,227	143,066	0,02	220,63	0	1,281	1078,425	488,618	0	0	0
424	ПОЛДНИК	Булочка домашняя	100	7,28	12,52	43,92	318,00	0,12	0,06	0	1,3	19,8	0	27,4	0	0	105,2	70	0	0	0
376	ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	0	0	0,02	0,26	10,32	0	1,3	0	0	8	2,6	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300	7,34	12,54	57,88	373,82	0,12	0,06	0,02	1,56	30,12	0	28,7	0	0	113,2	72,6	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1840	49,24	55,14	225,08	1821,65	0,808	0,618	33,756	16,999	546,53	0,12	329,414	0	1,423	1993,185	891,594	0	0	0
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1840	49,24	55,14	225,08	1821,65	0,808	0,618	33,756	16,999	546,53	0,12	329,414	0	1,423	1993,185	891,594	0	0	0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1840	49,24	55,14	225,08	1821,65	0,81	0,62	33,76	17	546,53	0,12	329,41	0	1,42	1993,18	891,59	0	0	0
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				10,81	27,24	49,42															