

Утверждаю:



Директор школы : Юркин А.Н.

31.05.2023 г

**Примерное десятидневное меню для организации питания учащихся,  
МБОУ «Сабаевская СОШ» на период работы  
пришкольного лагеря «Школа выживания»**

| <b>Понедельник - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Завтрак</b>  |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |
|---|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|
| № рец.                                      | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |              |             |
|   |                                |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С            | А            | Е           | Ca                   | P             | Mg           | Fe          |
| 14  | Масло сливочное (порциями)     | 10              | 0,08                  | 7,25         | 0,13         | 66,00                          | 0,00        | 0,00         | 40,00        | 0,10        | 2,40                 | 3,00          | 0,00         | 0,02        |
| 54-3г-2020                                  | Макароны отварные с сыром      | 150             | 7,90                  | 7,20         | 28,60        | 210,80                         | 0,05        | 0,04         | 38,30        | 0,00        | 126,00               | 100,00        | 11,00        | 0,80        |
| 54-22гн-2020                                | Какао с молоком сгущенным      | 180             | 3,15                  | 2,97         | 20,07        | 120,06                         | 0,02        | 0,14         | 9,71         | 0,00        | 96,30                | 85,68         | 23,40        | 0,81        |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный           | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88         | 45,98                          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40         | 0,78        |
| 44632                                       | Хлеб пшеничный                 | 30              | 2,37                  | 0,30         | 14,49        | 70,50                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,39        | 6,90                 | 26,10         | 9,90         | 0,60        |
| 338   | Фрукты свежие                  | 150             | 1,20                  | 0,30         | 11,25        | 57,00                          | 0,09        | 57,00        | 0,00         | 0,30        | 52,50                | 25,50         | 16,50        | 0,00        |
|   | <b>Итого</b>                   | <b>540</b>      | <b>15,82</b>          | <b>18,24</b> | <b>84,42</b> | <b>570,34</b>                  | <b>0,25</b> | <b>57,18</b> | <b>88,01</b> | <b>0,79</b> | <b>291,10</b>        | <b>271,88</b> | <b>70,20</b> | <b>3,01</b> |

| <b>Понедельник - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                   | <b>Обед</b> |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |             |
|---|-----------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 50  | Икра из кабачков                  | 60          | 1,08         | 5,34         | 4,62          | 71,40          | 0,01        | 4,20         | 0,00         | 0,00        | 24,60         | 22,20         | 9,00          | 0,42        |
| 82  | Борщ с капустой и картофелем      | 200         | 1,44         | 3,94         | 8,75          | 83,00          | 0,04        | 8,52         | 0,00         | 0,00        | 39,78         | 0,00          | 20,90         | 0,98        |
| 54-28м-2020                                 | Жаркое по-домашнему из филе птицы | 200         | 13,72        | 15,35        | 19,79         | 248,59         | 0,15        | 10,76        | 0,02         | 0,00        | 18,79         | 153,73        | 35,14         | 1,39        |
| 389   | Сок фруктовый или овощной         | 200         | 0,60         | 0,40         | 32,60         | 136,40         | 0,04        | 4,00         | 0,00         | 0,00        | 40,00         | 24,00         | 18,00         | 0,80        |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный              | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 45,98          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78        |
| 44632                                       | Хлеб пшеничный                    | 45          | 3,56         | 0,45         | 21,74         | 105,75         | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 0,59        | 10,35         | 39,15         | 14,85         | 0,90        |
|   | <b>Итого</b>                      | <b>725</b>  | <b>21,52</b> | <b>25,70</b> | <b>97,37</b>  | <b>691,12</b>  | <b>0,35</b> | <b>27,48</b> | <b>0,02</b>  | <b>0,59</b> | <b>140,52</b> | <b>270,68</b> | <b>107,29</b> | <b>5,27</b> |
|   | <b>ИТОГО за день</b>              | <b>1265</b> | <b>37,34</b> | <b>43,94</b> | <b>181,79</b> | <b>1261,46</b> | <b>0,60</b> | <b>84,66</b> | <b>88,03</b> | <b>1,38</b> | <b>431,62</b> | <b>542,56</b> | <b>177,49</b> | <b>8,28</b> |

| <b>Вторник - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Завтрак</b>  |                       |              |              |                                |             |             |               |             |                      |               |              |             |
|---|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |             |               |             | Минеральные вещества |               |              |             |
|   |                                |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С           | А             | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |
| 54-20з-2020                             | Горошек зеленый                | 60              | 1,70                  | 0,10         | 3,50         | 22,10                          | 0,05        | 2,40        | 18,00         | 0,00        | 11,00                | 32,00         | 11,00        | 0,37        |
| 210                                     | Омлет натуральный              | 150             | 12,70                 | 18,00        | 3,30         | 225,50                         | 0,11        | 0,27        | 308,63        | 0,05        | 106,97               | 236,24        | 17,07        | 2,77        |
| 54-2гн-2020                             | Чай с сахаром                  | 200             | 0,20                  | 0,00         | 6,50         | 26,80                          | 0,00        | 0,04        | 0,30          | 0,00        | 4,50                 | 7,20          | 3,80         | 0,70        |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный           | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88         | 45,98                          | 0,04        | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40         | 0,78        |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный                 | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32        | 94,00                          | 0,06        | 0,00        | 0,00          | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20        | 0,80        |
| ПР                                      | Кондитерские изделия           | 30              | 2,55                  | 3,39         | 20,91        | 124,20                         | 0,03        | 0,69        | 19,50         | 0,00        | 12,30                | 26,10         | 4,50         | 0,30        |
|   |                                |                 |                       |              |              |                                |             |             |               |             |                      |               |              |             |
|   | <b>Итого</b>                   | <b>500</b>      | <b>21,43</b>          | <b>22,11</b> | <b>63,41</b> | <b>538,58</b>                  | <b>0,29</b> | <b>3,40</b> | <b>346,43</b> | <b>0,57</b> | <b>150,97</b>        | <b>367,94</b> | <b>58,97</b> | <b>5,72</b> |

| <b>Вторник - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                           | <b>Обед</b> |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
|---|---------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 25                                      | Салат "Степной"           | 60          | 0,90         | 3,06         | 5,30          | 43,00          | 0,02        | 4,74         | 0,00          | 0,00        | 14,09         | 25,35         | 9,80          | 0,43        |
| 101                                     | Суп картофельный с крупой | 200         | 1,58         | 2,17         | 9,69          | 68,60          | 0,07        | 6,60         | 0,00          | 0,00        | 21,36         | 44,78         | 18,22         | 0,70        |
| 260                                     | Гуляш                     | 90          | 9,75         | 12,38        | 3,75          | 150,94         | 0,05        | 0,89         | 0,04          | 0,00        | 15,08         | 89,42         | 13,10         | 0,79        |
| 304                                     | Рис отварной              | 150         | 3,65         | 5,37         | 36,68         | 209,70         | 0,03        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 1,37          | 60,95         | 16,34         | 0,53        |
| 360                                     | Кисель фруктовый          | 200         | 0,12         | 0,00         | 30,65         | 120,00         | 0,00        | 0,58         | 0,00          | 0,00        | 13,52         | 9,72          | 3,88          | 0,10        |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный      | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 45,98          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78        |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный            | 35          | 2,77         | 0,35         | 16,91         | 82,25          | 0,06        | 0,00         | 0,00          | 0,46        | 8,05          | 30,45         | 11,55         | 0,70        |
|   | <b>Итого</b>              | <b>755</b>  | <b>19,88</b> | <b>23,55</b> | <b>112,86</b> | <b>720,47</b>  | <b>0,28</b> | <b>12,81</b> | <b>0,04</b>   | <b>0,46</b> | <b>80,47</b>  | <b>292,27</b> | <b>82,30</b>  | <b>4,03</b> |
|   | <b>ИТОГО за день</b>      | <b>1255</b> | <b>41,31</b> | <b>45,66</b> | <b>176,27</b> | <b>1259,05</b> | <b>0,57</b> | <b>16,21</b> | <b>346,47</b> | <b>1,03</b> | <b>231,44</b> | <b>660,21</b> | <b>141,27</b> | <b>9,75</b> |

| <b>Среда - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Завтрак</b>  |                       |      |       |                                |          |       |       |      |                      |        |       |      |
|---------------------------------------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|------|-------|--------------------------------|----------|-------|-------|------|----------------------|--------|-------|------|
| № рец.                                | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины |       |       |      | Минеральные вещества |        |       |      |
|                                       |                                |                 | Б                     | Ж    | У     |                                | В1       | С     | А     | Е    | Са                   | Р      | Mg    | Fe   |
| 15                                    | Сыр полутвердый (порциями)     | 15              | 3,48                  | 4,43 | 0,00  | 54,00                          | 0,01     | 0,11  | 39,00 | 0,08 | 132,00               | 75,00  | 5,25  | 0,15 |
| 54-16к-2020                           | Каша "Дружба"                  | 200             | 5,00                  | 6,90 | 23,90 | 178,00                         | 0,07     | 0,53  | 33,25 | 0,00 | 115,00               | 123,00 | 27,00 | 0,50 |
| 54-23гн-2020                          | Кофейный напиток с молоком     | 200             | 3,80                  | 3,50 | 11,20 | 91,20                          | 0,03     | 0,52  | 0,13  | 0,00 | 111,00               | 107,00 | 30,70 | 1,10 |
| ПР                                    | Хлеб ржано-пшеничный           | 20              | 1,12                  | 0,22 | 9,88  | 45,98                          | 0,04     | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 7,00                 | 31,60  | 9,40  | 0,78 |
| 44632                                 | Хлеб пшеничный                 | 30              | 2,37                  | 0,30 | 14,49 | 70,50                          | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,39 | 6,90                 | 26,10  | 9,90  | 0,60 |
| 338                                   | Фрукты свежие                  | 150             | 1,20                  | 0,30 | 11,25 | 57,00                          | 0,09     | 57,00 | 0,00  | 0,30 | 52,50                | 25,50  | 16,50 | 0,00 |

|  |              |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
|--|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
|  |              |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
|  | <b>Итого</b> | <b>615</b> | <b>16,97</b> | <b>15,65</b> | <b>70,72</b> | <b>496,68</b> | <b>0,29</b> | <b>58,16</b> | <b>72,38</b> | <b>0,77</b> | <b>424,40</b> | <b>388,20</b> | <b>98,75</b> | <b>3,13</b> |

| <b>Среда - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                   | <b>Обед</b> |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|---------------------------------------|-----------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--|
| 1.60                                  | Салат "Здоровье"                  | 60          | 0,97         | 3,95         | 4,26          | 56,46          | 0,04        | 4,42         | 0,00          | 0,00        | 21,11         | 28,28         | 15,25         | 0,53         |  |
| 88                                    | Щи из свежей капусты с картофелем | 200         | 1,41         | 3,96         | 6,32          | 71,80          | 0,05        | 12,62        | 0,00          | 0,00        | 39,40         | 39,20         | 17,70         | 0,66         |  |
| 294                                   | Котлеты                           | 90          | 15,03        | 11,34        | 15,15         | 222,76         | 0,07        | 0,16         | 30,06         | 0,00        | 50,94         | 122,36        | 19,57         | 1,42         |  |
| 303                                   | Каша вязкая гречневая             | 150         | 4,58         | 5,01         | 20,52         | 145,50         | 0,12        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 8,45          | 108,87        | 72,03         | 2,42         |  |
| 389                                   | Сок фруктовый или овощной         | 180         | 0,54         | 0,36         | 29,34         | 122,76         | 0,04        | 3,60         | 0,00          | 0,00        | 36,00         | 21,60         | 16,20         | 0,72         |  |
| ПР                                    | Хлеб ржано-пшеничный              | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 45,98          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78         |  |
| 44632                                 | Хлеб пшеничный                    | 30          | 2,37         | 0,30         | 14,49         | 70,50          | 0,05        | 0,00         | 0,00          | 0,39        | 6,90          | 26,10         | 9,90          | 0,60         |  |
|                                       | <b>Итого</b>                      | <b>730</b>  | <b>26,02</b> | <b>25,14</b> | <b>99,96</b>  | <b>735,76</b>  | <b>0,40</b> | <b>20,80</b> | <b>30,06</b>  | <b>0,39</b> | <b>169,79</b> | <b>378,01</b> | <b>160,05</b> | <b>7,13</b>  |  |
|                                       | <b>ИТОГО за день</b>              | <b>1345</b> | <b>42,99</b> | <b>40,79</b> | <b>170,68</b> | <b>1232,44</b> | <b>0,68</b> | <b>78,96</b> | <b>102,44</b> | <b>1,16</b> | <b>594,19</b> | <b>766,21</b> | <b>258,80</b> | <b>10,26</b> |  |

| <b>Четверг - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Завтрак</b>  |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |  |
|---|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |              |             |  |
|   |                                |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |  |
| 50                                      | Икра овощная                   | 60              | 1,02                  | 5,40         | 5,40         | 81,60                          | 0,00        | 4,98         | 13,20        | 1,26        | 12,06                | 15,06         | 8,88         | 0,18        |  |
| 263                                     | Рыба, запеченная в омлете      | 100             | 18,38                 | 4,83         | 3,21         | 117,50                         | 0,90        | 0,40         | 70,00        | 0,00        | 46,25                | 214,63        | 28,60        | 1,09        |  |
| 312                                     | Картофельное пюре              | 150             | 3,06                  | 4,80         | 20,44        | 137,25                         | 0,11        | 18,16        | 0,00         | 0,00        | 21,98                | 86,60         | 27,75        | 1,01        |  |
| 54-3гн-2020                             | Чай с лимоном и сахаром        | 200             | 0,30                  | 0,00         | 6,70         | 27,90                          | 0,00        | 1,16         | 0,38         | 0,00        | 6,90                 | 8,50          | 4,60         | 0,70        |  |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный           | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88         | 45,98                          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40         | 0,78        |  |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный                 | 30              | 2,37                  | 0,30         | 14,49        | 70,50                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,39        | 6,90                 | 26,10         | 9,90         | 0,60        |  |
|   | <b>Итого</b>                   | <b>560</b>      | <b>26,25</b>          | <b>15,55</b> | <b>60,12</b> | <b>480,73</b>                  | <b>1,10</b> | <b>24,70</b> | <b>83,58</b> | <b>1,65</b> | <b>101,09</b>        | <b>382,49</b> | <b>89,13</b> | <b>4,36</b> |  |

| <b>Четверг - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |  | <b>Обед</b> |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |  |
|---|--|-------------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|--|
| 52                                      | Салат из свеклы отварной                     | 60          | 0,96  | 3,60  | 6,60  | 62,40  | 0,01 | 5,70 | 0,01  | 1,28 | 21,09 | 24,58  | 12,54 | 0,80 |  |
| 119                                     | Суп гороховый с гречками из пшеничного хлеба | 200/30      | 9,09  | 5,63  | 39,99 | 246,91 | 0,28 | 0,80 | 0,00  | 0,52 | 42,42 | 100,30 | 34,84 | 2,56 |  |
| 54-12м-2020                             | Плов из отварной птицы                       | 200         | 13,70 | 23,34 | 35,11 | 394,90 | 0,08 | 0,82 | 0,04  | 0,00 | 23,98 | 164,08 | 38,12 | 1,26 |  |
| 54-1хн-2020                             | Компот из смеси сухофруктов                  | 180         | 0,45  | 0,00  | 17,82 | 72,90  | 0,00 | 0,02 | 13,50 | 0,00 | 45,00 | 3,87   | 1,89  | 0,08 |  |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный                         | 40          | 2,24  | 0,44  | 19,76 | 91,96  | 0,07 | 0,00 | 0,00  | 0,00 | 14,00 | 63,20  | 18,80 | 1,56 |  |

|  |                      |             |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |              |
|--|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
|  |                      |             |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |              |
|  | <b>Итого</b>         | <b>710</b>  | <b>26,44</b> | <b>33,01</b> | <b>119,28</b> | <b>869,07</b>  | <b>0,44</b> | <b>7,34</b>  | <b>13,55</b> | <b>1,80</b> | <b>146,49</b> | <b>356,03</b> | <b>106,19</b> | <b>6,26</b>  |
|  | <b>ИТОГО за день</b> | <b>1270</b> | <b>52,69</b> | <b>48,56</b> | <b>179,40</b> | <b>1349,80</b> | <b>1,53</b> | <b>32,04</b> | <b>97,13</b> | <b>3,45</b> | <b>247,58</b> | <b>738,52</b> | <b>195,32</b> | <b>10,62</b> |

| <b>Пятница - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |  | <b>Завтрак</b>  |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |
|---|--|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд                             | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |              |             |
|   |  |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |
| 70,71                                   | Овощи натуральные (помидоры или огурцы) свежие или соленые | 60              | 0,66                  | 0,12         | 2,28         | 13,20                          | 0,04        | 10,50        | 0,00         | 0,00        | 8,40                 | 15,60         | 12,00        | 0,54        |
| 279                                     | Тфтели   | 90/50           | 12,81                 | 18,85        | 16,50        | 286,90                         | 0,02        | 1,59         | 0,02         | 0,00        | 24,79                | 128,18        | 22,62        | 1,23        |
| 309                                     | Макаронные изделия отварные                                | 150             | 5,52                  | 4,52         | 26,45        | 168,45                         | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 4,86                 | 22,17         | 21,12        | 1,11        |
| 13.37                                   | Напиток витаминный   | 180             | 0,41                  | 0,14         | 18,45        | 76,77                          | 0,01        | 46,80        | 85,59        | 0,00        | 9,63                 | 2,67          | 2,61         | 0,42        |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный                                       | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88         | 45,98                          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40         | 0,78        |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный   | 30              | 2,37                  | 0,30         | 14,49        | 70,50                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,39        | 6,90                 | 26,10         | 9,90         | 0,60        |
|   |  |                 |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |
|   | <b>Итого</b>   | <b>580</b>      | <b>22,89</b>          | <b>24,15</b> | <b>88,05</b> | <b>661,80</b>                  | <b>0,22</b> | <b>58,89</b> | <b>85,61</b> | <b>0,39</b> | <b>61,58</b>         | <b>226,33</b> | <b>77,65</b> | <b>4,69</b> |

| <b>Пятница - 1 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Обед</b>     |                       |              |               |                                |             |              |               |             |                      |               |               |              |
|---|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|--------------|---------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |               |             | Минеральные вещества |               |               |              |
|   |                                |                 | Б                     | Ж            | У             |                                | В1          | С            | А             | Е           | Са                   | Р             | Mg            | Fe           |
| ПР                                      | Фасоль с соусом                | 60              | 3,36                  | 3,00         | 9,60          | 78,60                          | 0,00        | 3,00         | 0,00          | 0,00        | 22,20                | 16,80         | 7,80          | 0,48         |
| 99                                      | Суп из овощей                  | 200             | 1,27                  | 3,99         | 7,32          | 76,20                          | 0,06        | 8,30         | 0,00          | 0,00        | 27,88                | 39,42         | 16,60         | 0,62         |
| 9.179.                                  | Мясо-крупяные шарики           | 90              | 13,73                 | 11,60        | 15,90         | 222,92                         | 0,20        | 1,29         | 116,29        | 0,00        | 112,57               | 115,00        | 24,97         | 1,47         |
| 143                                     | Рагу из овощей                 | 150             | 2,60                  | 11,05        | 12,80         | 163,50                         | 0,09        | 18,77        | 39,00         | 0,00        | 53,94                | 65,25         | 24,39         | 0,89         |
| 54-32хн-2020                            | Компот из свежих яблок         | 180             | 0,14                  | 0,13         | 8,94          | 37,35                          | 0,01        | 1,44         | 1,08          | 0,00        | 52,20                | 3,42          | 2,79          | 0,71         |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный           | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88          | 45,98                          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40          | 0,78         |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный                 | 45              | 3,56                  | 0,45         | 21,74         | 105,75                         | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 0,59        | 10,35                | 39,15         | 14,85         | 0,90         |
|   | <b>Итого</b>                   | <b>745</b>      | <b>25,77</b>          | <b>30,44</b> | <b>86,17</b>  | <b>730,30</b>                  | <b>0,47</b> | <b>32,80</b> | <b>156,37</b> | <b>0,59</b> | <b>286,14</b>        | <b>310,64</b> | <b>100,80</b> | <b>5,85</b>  |
|   | <b>ИТОГО за день</b>           | <b>1325</b>     | <b>48,66</b>          | <b>54,59</b> | <b>174,22</b> | <b>1392,10</b>                 | <b>0,68</b> | <b>91,69</b> | <b>241,98</b> | <b>0,98</b> | <b>347,72</b>        | <b>536,97</b> | <b>178,45</b> | <b>10,54</b> |

| <b>Понедельник - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Завтрак</b>  |                       |   |   |                                |          |   |   |   |                      |   |    |    |
|---|--------------------------------|-----------------|-----------------------|---|---|--------------------------------|----------|---|---|---|----------------------|---|----|----|
| № рец.                                      | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |   |   | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины |   |   |   | Минеральные вещества |   |    |    |
|   |                                |                 | Б                     | Ж | У |                                | В1       | С | А | Е | Са                   | Р | Mg | Fe |

|              |   |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |               |             |
|--------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 15           | Сыр полутвердый (порциями)                        | 15         | 3,48         | 4,43         | 0,00         | 54,00         | 0,01        | 0,11         | 39,00        | 0,08        | 132,00        | 75,00         | 5,25          | 0,15        |
| 173          | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным | 150/5      | 6,45         | 7,25         | 34,45        | 228,75        | 0,27        | 0,72         | 0,03         | 0,05        | 114,77        | 160,40        | 41,63         | 1,05        |
| 54-21гн-2020 | Какао с молоком                                   | 180        | 4,14         | 3,96         | 11,25        | 96,48         | 0,04        | 0,61         | 15,53        | 0,00        | 128,70        | 117,00        | 30,87         | 0,99        |
| ПР           | Хлеб ржано-пшеничный                              | 20         | 1,12         | 0,22         | 9,88         | 45,98         | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78        |
| 44632        | Хлеб пшеничный                                    | 30         | 2,37         | 0,30         | 14,49        | 70,50         | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,39        | 6,90          | 26,10         | 9,90          | 0,60        |
| 338          | Фрукты свежие                                     | 140        | 1,12         | 0,28         | 10,50        | 53,20         | 0,08        | 53,20        | 0,00         | 0,28        | 49,00         | 23,80         | 15,40         | 0,00        |
|              |   |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |               |             |
|              | <b>Итого</b>                                      | <b>540</b> | <b>18,68</b> | <b>16,44</b> | <b>80,57</b> | <b>548,91</b> | <b>0,49</b> | <b>54,64</b> | <b>54,56</b> | <b>0,80</b> | <b>438,37</b> | <b>433,90</b> | <b>112,45</b> | <b>3,57</b> |

| <b>Понедельник - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                              | <b>Обед</b> |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|---|------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--|
| 54-20з-2020                                 | Горошек зеленый              | 60          | 1,70         | 0,10         | 3,50          | 22,10          | 0,05        | 2,40         | 18,00         | 0,00        | 11,00         | 32,00         | 11,00         | 0,37         |  |
| 82  | Борщ с капустой и картофелем | 200         | 1,44         | 3,94         | 8,75          | 83,00          | 0,04        | 8,52         | 0,00          | 0,00        | 39,78         | 0,00          | 20,90         | 0,98         |  |
| 294   | Биточки                      | 90          | 15,03        | 11,34        | 15,15         | 222,76         | 0,07        | 0,16         | 30,06         | 0,00        | 50,94         | 122,36        | 19,57         | 1,42         |  |
| 303   | Каша вязкая гречневая        | 150         | 4,58         | 5,01         | 20,52         | 145,50         | 0,12        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 8,45          | 108,87        | 72,03         | 2,42         |  |
| 360   | Кисель фруктовый             | 200         | 0,12         | 0,00         | 30,65         | 120,00         | 0,00        | 0,58         | 0,00          | 0,00        | 13,52         | 9,72          | 3,88          | 0,10         |  |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный         | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 45,98          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78         |  |
| 44632                                       | Хлеб пшеничный               | 30          | 2,37         | 0,30         | 14,49         | 70,50          | 0,05        | 0,00         | 0,00          | 0,39        | 6,90          | 26,10         | 9,90          | 0,60         |  |
|   | <b>Итого</b>                 | <b>750</b>  | <b>26,36</b> | <b>20,90</b> | <b>102,93</b> | <b>709,84</b>  | <b>0,36</b> | <b>11,66</b> | <b>48,06</b>  | <b>0,39</b> | <b>137,59</b> | <b>330,65</b> | <b>146,68</b> | <b>6,67</b>  |  |
|   | <b>ИТОГО за день</b>         | <b>1290</b> | <b>45,04</b> | <b>37,34</b> | <b>183,50</b> | <b>1258,75</b> | <b>0,85</b> | <b>66,30</b> | <b>102,62</b> | <b>1,19</b> | <b>575,96</b> | <b>764,55</b> | <b>259,13</b> | <b>10,24</b> |  |

| <b>Вторник - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Завтрак</b>  |                       |              |              |                                |             |               |             |             |                      |               |              |             |  |
|---|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|---------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |               |             |             | Минеральные вещества |               |              |             |  |
|   |                                |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С             | А           | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |  |
| 50                                      | Икра из кабачков               | 60              | 1,08                  | 5,34         | 4,62         | 71,40                          | 0,01        | 4,20          | 0,00        | 0,00        | 24,60                | 22,20         | 9,00         | 0,42        |  |
| 260                                     | Гуляш                          | 90              | 9,75                  | 12,38        | 3,75         | 150,94                         | 0,05        | 0,89          | 0,04        | 0,00        | 15,08                | 89,42         | 13,10        | 0,79        |  |
| 312                                     | Картофельное пюре              | 150             | 3,06                  | 4,80         | 20,44        | 137,25                         | 0,11        | 18,16         | 0,00        | 0,00        | 21,98                | 86,60         | 27,75        | 1,01        |  |
| 54-13хн-2020                            | Напиток из шиповника           | 180             | 0,61                  | 0,25         | 18,68        | 79,38                          | 0,01        | 90,00         | 0,00        | 0,00        | 19,21                | 3,10          | 3,10         | 0,57        |  |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный           | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88         | 45,98                          | 0,04        | 0,00          | 0,00        | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40         | 0,78        |  |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный                 | 30              | 2,37                  | 0,30         | 14,49        | 70,50                          | 0,05        | 0,00          | 0,00        | 0,39        | 6,90                 | 26,10         | 9,90         | 0,60        |  |
|   |                                |                 |                       |              |              |                                |             |               |             |             |                      |               |              |             |  |
|   | <b>Итого</b>                   | <b>530</b>      | <b>17,99</b>          | <b>23,30</b> | <b>71,87</b> | <b>555,45</b>                  | <b>0,27</b> | <b>113,25</b> | <b>0,04</b> | <b>0,39</b> | <b>94,76</b>         | <b>259,02</b> | <b>72,25</b> | <b>4,17</b> |  |

| <b>Вторник - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                            | <b>Обед</b> |              |              |               |                |             |               |              |             |               |               |               |              |
|---|----------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|---------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 47                                      | Салат из квашеной капусты  | 60          | 1,02         | 3,00         | 5,07          | 51,42          | 0,01        | 11,89         | 0,00         | 0,00        | 31,35         | 20,37         | 9,61          | 0,40         |
| 102                                     | Суп картофельный с горохом | 250         | 5,49         | 5,27         | 16,54         | 148,25         | 0,23        | 5,83          | 0,00         | 0,00        | 42,68         | 88,10         | 35,58         | 2,10         |
| 54-22м-2020                             | Рагу из птицы              | 200         | 17,50        | 7,00         | 21,00         | 217,40         | 0,13        | 11,30         | 26,00        | 0,00        | 32,00         | 193,00        | 93,00         | 2,10         |
| 389                                     | Сок фруктовый или овощной  | 200         | 0,60         | 0,40         | 32,60         | 136,40         | 0,04        | 4,00          | 0,00         | 0,00        | 40,00         | 24,00         | 18,00         | 0,80         |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный       | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 45,98          | 0,04        | 0,00          | 0,00         | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78         |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный             | 45          | 3,56         | 0,45         | 21,74         | 105,75         | 0,07        | 0,00          | 0,00         | 0,59        | 10,35         | 39,15         | 14,85         | 0,90         |
|   |                            |             |              |              |               |                |             |               |              |             |               |               |               |              |
|   | <b>Итого</b>               | <b>775</b>  | <b>29,29</b> | <b>16,34</b> | <b>106,83</b> | <b>705,20</b>  | <b>0,52</b> | <b>33,02</b>  | <b>26,00</b> | <b>0,59</b> | <b>163,38</b> | <b>396,22</b> | <b>180,44</b> | <b>7,08</b>  |
|   | <b>ИТОГО за день</b>       | <b>1305</b> | <b>47,27</b> | <b>39,64</b> | <b>178,69</b> | <b>1260,65</b> | <b>0,79</b> | <b>146,27</b> | <b>26,04</b> | <b>0,98</b> | <b>258,14</b> | <b>655,24</b> | <b>252,69</b> | <b>11,25</b> |

| <b>Среда - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |   | <b>Завтрак</b>  |                       |              |              |                                |             |             |               |             |                      |               |              |             |
|---------------------------------------|---|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|
| № рец.                                | Наименование дней недели, блюд              | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |             |               |             | Минеральные вещества |               |              |             |
|                                       |   |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С           | А             | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |
| 209                                   | Яйца вареные                                | 40              | 5,08                  | 4,60         | 0,28         | 63,00                          | 0,03        | 0,00        | 100,00        | 0,00        | 22,00                | 76,80         | 4,80         | 1,00        |
| 224                                   | Запеканка из творога с морковью, с йогуртом | 150/50          | 19,87                 | 22,21        | 36,37        | 427,00                         | 0,13        | 1,38        | 101,50        | 0,00        | 230,98               | 279,78        | 43,71        | 1,34        |
| 54-2гн-2020                           | Чай с сахаром                               | 200             | 0,20                  | 0,00         | 6,50         | 26,80                          | 0,00        | 0,04        | 0,30          | 0,00        | 4,50                 | 7,20          | 3,80         | 0,70        |
| 44632                                 | Хлеб пшеничный                              | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32        | 94,00                          | 0,06        | 0,00        | 0,00          | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20        | 0,80        |
| ПР                                    | Кондитерские изделия                        | 20              | 1,70                  | 2,26         | 13,94        | 82,80                          | 0,02        | 0,46        | 13,00         | 0,00        | 8,20                 | 17,40         | 3,00         | 0,20        |
|                                       |   |                 |                       |              |              |                                |             |             |               |             |                      |               |              |             |
|                                       |   |                 |                       |              |              |                                |             |             |               |             |                      |               |              |             |
|                                       | <b>Итого</b>                                | <b>500</b>      | <b>30,01</b>          | <b>29,47</b> | <b>76,41</b> | <b>693,60</b>                  | <b>0,24</b> | <b>1,88</b> | <b>214,80</b> | <b>0,52</b> | <b>274,88</b>        | <b>415,98</b> | <b>68,51</b> | <b>4,04</b> |

| <b>Среда - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                   | <b>Обед</b> |              |              |              |               |             |              |             |             |               |               |               |             |
|---------------------------------------|-----------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 67                                    | Винегрет                          | 60          | 0,84         | 6,02         | 4,37         | 75,06         | 0,03        | 5,78         | 0,00        | 0,00        | 18,74         | 25,96         | 11,72         | 0,50        |
| 88                                    | Щи из свежей капусты с картофелем | 200         | 1,41         | 3,96         | 6,32         | 71,80         | 0,05        | 12,62        | 0,00        | 0,00        | 39,40         | 39,20         | 17,70         | 0,66        |
| 292                                   | Птица, тушенная в соусе с овощами | 200         | 13,65        | 15,98        | 17,17        | 267,20        | 0,06        | 3,56         | 0,00        | 0,00        | 23,40         | 17,24         | 104,60        | 1,58        |
| 389                                   | Сок фруктовый или овощной         | 200         | 0,60         | 0,40         | 32,60        | 136,40        | 0,04        | 4,00         | 0,00        | 0,00        | 40,00         | 24,00         | 18,00         | 0,80        |
| ПР                                    | Хлеб ржано-пшеничный              | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88         | 45,98         | 0,04        | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78        |
| 44632                                 | Хлеб пшеничный                    | 45          | 3,56         | 0,45         | 21,74        | 105,75        | 0,07        | 0,00         | 0,00        | 0,59        | 10,35         | 39,15         | 14,85         | 0,90        |
|                                       |                                   |             |              |              |              |               |             |              |             |             |               |               |               |             |
|                                       | <b>Итого</b>                      | <b>725</b>  | <b>21,18</b> | <b>27,03</b> | <b>92,08</b> | <b>702,19</b> | <b>0,29</b> | <b>25,96</b> | <b>0,00</b> | <b>0,59</b> | <b>138,89</b> | <b>177,15</b> | <b>176,27</b> | <b>5,22</b> |

|  |                      |             |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
|--|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
|  | <b>ИТОГО за день</b> | <b>1225</b> | <b>51,19</b> | <b>56,50</b> | <b>168,49</b> | <b>1395,79</b> | <b>0,54</b> | <b>27,84</b> | <b>214,80</b> | <b>1,11</b> | <b>413,77</b> | <b>593,13</b> | <b>244,78</b> | <b>9,26</b> |
|--|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|

| <b>Четверг - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |   | <b>Завтрак</b>  |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |
|---|---|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд                  | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |              |             |
|   |   |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |
| 14                                      | Масло сливочное (порциями)                      | 10              | 0,08                  | 7,25         | 0,13         | 66,00                          | 0,00        | 0,00         | 40,00        | 0,10        | 2,40                 | 3,00          | 0,00         | 0,02        |
| 174                                     | Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным | 150/5           | 5,95                  | 7,10         | 44,95        | 267,50                         | 0,18        | 0,72         | 0,05         | 0,05        | 149,43               | 159,89        | 33,54        | 0,48        |
| 54-23гн-2020                            | Кофейный напиток с молоком                      | 200             | 3,80                  | 3,50         | 11,20        | 91,20                          | 0,03        | 0,52         | 0,13         | 0,00        | 111,00               | 107,00        | 30,70        | 1,10        |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный                            | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88         | 45,98                          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40         | 0,78        |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный                                  | 20              | 1,58                  | 0,20         | 9,66         | 47,00                          | 0,03        | 0,00         | 0,00         | 0,26        | 4,60                 | 17,40         | 6,60         | 0,40        |
| 338                                     | Фрукты свежие                                   | 160             | 1,28                  | 0,32         | 12,00        | 60,80                          | 0,10        | 60,80        | 0,00         | 0,32        | 56,00                | 27,20         | 17,60        | 0,00        |
|   |   |                 |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |
|   | <b>Итого</b>                                    | <b>565</b>      | <b>13,81</b>          | <b>18,59</b> | <b>87,82</b> | <b>578,48</b>                  | <b>0,38</b> | <b>62,04</b> | <b>40,18</b> | <b>0,73</b> | <b>330,43</b>        | <b>346,09</b> | <b>97,84</b> | <b>2,78</b> |

| <b>Четверг - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |  | <b>Обед</b>     |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |               |               |
|---|--|-----------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд                       | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |               |               |
|   |  |                 | Б                     | Ж            | У             |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg            | Fe            |
| 52                                      | Салат из свеклы отварной                             | 60              | 0,96                  | 3,60         | 6,60          | 62,40                          | 0,01        | 5,70         | 0,01         | 1,28        | 21,09                | 24,58         | 12,54         | 0,80          |
| 98                                      | Суп крестьянский с крупой                            | 200             | 1,19                  | 3,93         | 4,87          | 82,60                          | 0,03        | 7,90         | 0,00         | 0,00        | 28,70                | 26,86         | 11,34         | 0,46          |
| 54-14р-2020                             | Тефтели рыбные                                       | 100/60          | 13,22                 | 12,88        | 15,28         | 244,00                         | 0,12        | 2,30         | 1,00         | 0,00        | 330,74               | 32,56         | 102,10        | 195,80        |
| 8012                                    | Картофель отварной, запеченный с растительным маслом | 150             | 3,15                  | 4,95         | 13,73         | 160,77                         | 0,17        | 14,58        | 0,00         | 2,15        | 14,58                | 89,73         | 33,66         | 1,47          |
| 54-1хн-2020                             | Компот из смеси сухофруктов                          | 180             | 0,45                  | 0,00         | 17,82         | 72,90                          | 0,00        | 0,02         | 13,50        | 0,00        | 45,00                | 3,87          | 1,89          | 0,08          |
| ПР                                      | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 20              | 1,12                  | 0,22         | 9,88          | 45,98                          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00                 | 31,60         | 9,40          | 0,78          |
| 44632                                   | Хлеб пшеничный                                       | 30              | 2,37                  | 0,30         | 14,49         | 70,50                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,39        | 6,90                 | 26,10         | 9,90          | 0,60          |
|   | <b>Итого</b>   | <b>800</b>      | <b>22,46</b>          | <b>25,88</b> | <b>82,67</b>  | <b>739,15</b>                  | <b>0,42</b> | <b>30,50</b> | <b>14,51</b> | <b>3,82</b> | <b>454,01</b>        | <b>235,30</b> | <b>180,83</b> | <b>199,99</b> |
|   | <b>ИТОГО за день</b>                                 | <b>1365</b>     | <b>36,27</b>          | <b>44,47</b> | <b>170,49</b> | <b>1317,63</b>                 | <b>0,80</b> | <b>92,54</b> | <b>54,69</b> | <b>4,55</b> | <b>784,44</b>        | <b>581,39</b> | <b>278,67</b> | <b>202,77</b> |

| <b>Пятница - 2 (возраст 7 - 11 лет)</b> |                                | <b>Завтрак</b>  |                       |   |   |                                |          |   |   |   |                      |   |    |    |
|---|--------------------------------|-----------------|-----------------------|---|---|--------------------------------|----------|---|---|---|----------------------|---|----|----|
| № рец.                                  | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |   |   | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины |   |   |   | Минеральные вещества |   |    |    |
|   |                                |                 | Б                     | Ж | У |                                | В1       | С | А | Е | Са                   | Р | Mg | Fe |

|             |  |            |              |              |              |               |             |              |              |             |              |               |              |             |
|-------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 70,71       | Овощи натуральные (помидоры или огурцы) свежие или соленые | 60         | 0,66         | 0,12         | 2,28         | 13,20         | 0,04        | 10,50        | 0,00         | 0,00        | 8,40         | 15,60         | 12,00        | 0,54        |
| 294         | Котлеты  | 90         | 15,03        | 11,34        | 15,15        | 222,76        | 0,07        | 0,16         | 30,06        | 0,00        | 50,94        | 122,36        | 19,57        | 1,42        |
| 309         | Макаронные изделия отварные                                | 150        | 5,52         | 4,52         | 26,45        | 168,45        | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 4,86         | 22,17         | 21,12        | 1,11        |
| 54-3гн-2020 | Чай с лимоном и сахаром                                    | 200        | 0,30         | 0,00         | 6,70         | 27,90         | 0,00        | 1,16         | 0,38         | 0,00        | 6,90         | 8,50          | 4,60         | 0,70        |
| ПР          | Хлеб ржано-пшеничный                                       | 20         | 1,12         | 0,22         | 9,88         | 45,98         | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00         | 31,60         | 9,40         | 0,78        |
| 44632       | Хлеб пшеничный   | 20         | 1,58         | 0,20         | 9,66         | 47,00         | 0,03        | 0,00         | 0,00         | 0,26        | 4,60         | 17,40         | 6,60         | 0,40        |
|             |  |            |              |              |              |               |             |              |              |             |              |               |              |             |
|             | <b>Итого</b>   | <b>540</b> | <b>24,21</b> | <b>16,40</b> | <b>70,12</b> | <b>525,29</b> | <b>0,24</b> | <b>11,82</b> | <b>30,44</b> | <b>0,26</b> | <b>82,70</b> | <b>217,63</b> | <b>73,29</b> | <b>4,95</b> |

| <b>Пятница - 2 (возраст 7 - 11 лет) Обед</b> |                               |             |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |              |  |
|--|-------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--|
| 37   | Салат картофельный с огурцами | 60          | 0,79         | 4,71         | 5,67          | 68,22          | 0,03        | 4,78         | 0,00         | 0,00        | 12,74         | 25,72         | 9,26          | 0,41         |  |
| 82   | Борщ с капустой и картофелем  | 200         | 1,44         | 3,94         | 8,75          | 83,00          | 0,04        | 8,52         | 0,00         | 0,00        | 39,78         | 0,00          | 20,90         | 0,98         |  |
| 4.6.   | Каша гречневая с птицей       | 200         | 17,80        | 15,00        | 36,45         | 352,00         | 0,11        | 5,60         | 6,71         | 0,00        | 43,81         | 237,60        | 54,40         | 1,93         |  |
| 389  | Сок фруктовый или овощной     | 180         | 0,54         | 0,36         | 29,34         | 122,76         | 0,04        | 3,60         | 0,00         | 0,00        | 36,00         | 21,60         | 16,20         | 0,72         |  |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный          | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 45,98          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78         |  |
| 44632  | Хлеб пшеничный                | 40          | 3,16         | 0,40         | 19,32         | 94,00          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,52        | 9,20          | 34,80         | 13,20         | 0,80         |  |
|  |                               |             |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |              |  |
|  | <b>Итого</b>                  | <b>700</b>  | <b>24,85</b> | <b>24,63</b> | <b>109,41</b> | <b>765,96</b>  | <b>0,32</b> | <b>22,50</b> | <b>6,71</b>  | <b>0,52</b> | <b>148,53</b> | <b>351,32</b> | <b>123,36</b> | <b>5,62</b>  |  |
|  | <b>ИТОГО за день</b>          | <b>1240</b> | <b>49,06</b> | <b>41,03</b> | <b>179,53</b> | <b>1291,25</b> | <b>0,56</b> | <b>34,32</b> | <b>37,15</b> | <b>0,78</b> | <b>231,23</b> | <b>568,95</b> | <b>196,65</b> | <b>10,57</b> |  |

| <b>Понедельник - 1 (возраст 12 лет и старше) Завтрак</b> |                                |                 |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |  |
|--|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |              |             |  |
|  |                                |                 | Б                     | Ж            | У             |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |  |
| 14   | Масло сливочное (порциями)     | 10              | 0,08                  | 7,25         | 0,13          | 66,00                          | 0,00        | 0,00         | 40,00        | 0,10        | 2,40                 | 3,00          | 0,00         | 0,02        |  |
| 204  | Макароны отварные с сыром      | 200             | 11,31                 | 11,69        | 42,69         | 322,00                         | 0,10        | 0,26         | 5,02         | 0,00        | 178,92               | 165,50        | 20,37        | 1,26        |  |
| 54-22гн-2020   | Какао с молоком сгущенным      | 200             | 3,50                  | 3,30         | 22,30         | 133,40                         | 0,02        | 0,15         | 10,79        | 0,00        | 107,00               | 95,20         | 26,00        | 0,90        |  |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный           | 25              | 1,40                  | 0,28         | 12,35         | 57,48                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 8,75                 | 39,50         | 11,75        | 0,98        |  |
| 44632  | Хлеб пшеничный                 | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32         | 94,00                          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20        | 0,80        |  |
| 338  | Фрукты свежие                  | 150             | 1,20                  | 0,30         | 11,25         | 57,00                          | 0,09        | 57,00        | 0,00         | 0,30        | 52,50                | 25,50         | 16,50        | 0,00        |  |
|  |                                |                 |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |  |
|  | <b>Итого</b>                   | <b>625</b>      | <b>20,65</b>          | <b>23,22</b> | <b>108,04</b> | <b>729,88</b>                  | <b>0,32</b> | <b>57,41</b> | <b>55,81</b> | <b>0,92</b> | <b>358,77</b>        | <b>363,50</b> | <b>87,82</b> | <b>3,96</b> |  |



| Понедельник - 1 (возраст 12 лет и старше) <b>Обед</b> |                                   |             |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |              |  |
|---|-----------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--|
| 50  | Икра из кабачков                  | 100         | 1,80         | 8,90         | 7,70          | 119,00         | 0,02        | 7,00         | 0,00         | 0,00        | 41,00         | 37,00         | 15,00         | 0,70         |  |
| 82  | Борщ с капустой и картофелем      | 250         | 1,80         | 4,92         | 10,93         | 103,75         | 0,05        | 10,65        | 0,00         | 0,00        | 49,73         | 0,00          | 26,13         | 1,23         |  |
| 54-28м-2020   | Жаркое по-домашнему из филе птицы | 200         | 13,72        | 15,35        | 19,79         | 248,59         | 0,15        | 10,76        | 0,02         | 0,00        | 18,79         | 153,73        | 35,14         | 1,39         |  |
| 389   | Сок фруктовый или овощной         | 200         | 0,60         | 0,40         | 32,60         | 136,40         | 0,04        | 4,00         | 0,00         | 0,00        | 40,00         | 24,00         | 18,00         | 0,80         |  |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный              | 35          | 1,96         | 0,39         | 17,29         | 80,47          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 12,25         | 55,30         | 16,45         | 1,37         |  |
| 44632   | Хлеб пшеничный                    | 60          | 4,74         | 0,60         | 28,98         | 141,00         | 0,10        | 0,00         | 0,00         | 0,78        | 13,80         | 52,20         | 19,80         | 1,20         |  |
|   |                                   |             |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |              |  |
|   | <b>Итого</b>                      | <b>845</b>  | <b>24,62</b> | <b>30,56</b> | <b>117,29</b> | <b>829,21</b>  | <b>0,41</b> | <b>32,41</b> | <b>0,02</b>  | <b>0,78</b> | <b>175,57</b> | <b>322,23</b> | <b>130,52</b> | <b>6,69</b>  |  |
|   | <b>ИТОГО за день</b>              | <b>1470</b> | <b>45,27</b> | <b>53,77</b> | <b>225,33</b> | <b>1559,08</b> | <b>0,74</b> | <b>89,82</b> | <b>55,83</b> | <b>1,70</b> | <b>534,34</b> | <b>685,73</b> | <b>218,34</b> | <b>10,64</b> |  |

| Вторник - 1 (возраст 12 лет и старше) <b>Завтрак</b> |                                |                 |                       |              |              |                                |             |             |               |             |                      |               |              |             |  |
|--|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |             |               |             | Минеральные вещества |               |              |             |  |
|  |                                |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С           | А             | Е           | Ca                   | P             | Mg           | Fe          |  |
| 54-20з-2020  | Горошек зеленый                | 100             | 2,83                  | 0,17         | 5,83         | 36,83                          | 0,08        | 4,00        | 30,00         | 0,00        | 18,33                | 53,33         | 18,33        | 0,62        |  |
| 210  | Омлет натуральный              | 200             | 16,93                 | 24,00        | 4,40         | 300,67                         | 0,15        | 0,37        | 408,16        | 0,05        | 143,44               | 317,18        | 22,96        | 3,73        |  |
| 54-2гн-2020  | Чай с сахаром                  | 200             | 0,20                  | 0,00         | 6,50         | 26,80                          | 0,00        | 0,04        | 0,30          | 0,00        | 4,50                 | 7,20          | 3,80         | 0,70        |  |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный           | 25              | 1,40                  | 0,28         | 12,35        | 57,48                          | 0,05        | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 8,75                 | 39,50         | 11,75        | 0,98        |  |
| 44632  | Хлеб пшеничный                 | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32        | 94,00                          | 0,06        | 0,00        | 0,00          | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20        | 0,80        |  |
| ПР   | Кондитерские изделия           | 30              | 2,55                  | 3,39         | 20,91        | 124,20                         | 0,03        | 0,69        | 19,50         | 0,00        | 12,30                | 26,10         | 4,50         | 0,30        |  |
|  |                                |                 |                       |              |              |                                |             |             |               |             |                      |               |              |             |  |
|  | <b>Итого</b>                   | <b>595</b>      | <b>27,07</b>          | <b>28,23</b> | <b>69,31</b> | <b>639,98</b>                  | <b>0,38</b> | <b>5,10</b> | <b>457,96</b> | <b>0,57</b> | <b>196,52</b>        | <b>478,11</b> | <b>74,54</b> | <b>7,12</b> |  |

| Вторник - 1 (возраст 12 лет и старше) <b>Обед</b> |                           |             |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|---|---------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--|
| 25  | Салат "Степной"           | 100         | 1,50         | 5,10         | 8,83          | 71,67          | 0,04        | 7,90         | 0,00          | 0,00        | 23,49         | 42,25         | 16,34         | 0,72         |  |
| 101   | Суп картофельный с крупой | 250         | 1,97         | 2,71         | 12,11         | 85,75          | 0,09        | 8,25         | 0,00          | 0,00        | 26,70         | 55,98         | 22,78         | 0,88         |  |
| 260   | Гуляш                     | 100         | 10,83        | 13,76        | 4,17          | 167,71         | 0,06        | 0,99         | 0,04          | 0,00        | 16,75         | 99,36         | 14,56         | 0,88         |  |
| 304   | Рис отварной              | 180         | 4,38         | 6,45         | 44,02         | 251,64         | 0,03        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 1,64          | 73,13         | 19,60         | 0,63         |  |
| 360   | Кисель фруктовый          | 200         | 0,12         | 0,00         | 30,65         | 120,00         | 0,00        | 0,58         | 0,00          | 0,00        | 13,52         | 9,72          | 3,88          | 0,10         |  |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный      | 35          | 1,96         | 0,39         | 17,29         | 80,47          | 0,06        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 12,25         | 55,30         | 16,45         | 1,37         |  |
| 44632   | Хлеб пшеничный            | 60          | 4,74         | 0,60         | 28,98         | 141,00         | 0,10        | 0,00         | 0,00          | 0,78        | 13,80         | 52,20         | 19,80         | 1,20         |  |
|   | <b>Итого</b>              | <b>925</b>  | <b>25,50</b> | <b>29,01</b> | <b>146,05</b> | <b>918,24</b>  | <b>0,37</b> | <b>17,72</b> | <b>0,04</b>   | <b>0,78</b> | <b>108,15</b> | <b>387,94</b> | <b>113,41</b> | <b>5,78</b>  |  |
|   | <b>ИТОГО за день</b>      | <b>1520</b> | <b>52,57</b> | <b>57,24</b> | <b>215,36</b> | <b>1558,21</b> | <b>0,75</b> | <b>22,82</b> | <b>458,00</b> | <b>1,35</b> | <b>304,67</b> | <b>866,05</b> | <b>187,95</b> | <b>12,90</b> |  |

| Среда - 1 (возраст 12 лет и старше) |                                | Завтрак         |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |               |             |
|-------------------------------------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|
| № рец.                              | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |               |             |
|                                     |                                |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg            | Fe          |
| 15                                  | Сыр полутвердый (порциями)     | 20              | 4,64                  | 5,90         | 0,00         | 72,00                          | 0,01        | 0,14         | 52,00        | 0,10        | 176,00               | 100,00        | 7,00          | 0,20        |
| 54-16к-2020                         | Каша "Дружба"                  | 200             | 5,00                  | 6,90         | 23,90        | 178,00                         | 0,07        | 0,53         | 33,25        | 0,00        | 115,00               | 123,00        | 27,00         | 0,50        |
| 54-23гн-2020                        | Кофейный напиток с молоком     | 200             | 3,80                  | 3,50         | 11,20        | 91,20                          | 0,03        | 0,52         | 0,13         | 0,00        | 111,00               | 107,00        | 30,70         | 1,10        |
| ПР                                  | Хлеб ржано-пшеничный           | 25              | 1,40                  | 0,28         | 12,35        | 57,48                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 8,75                 | 39,50         | 11,75         | 0,98        |
| 44632                               | Хлеб пшеничный                 | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32        | 94,00                          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20         | 0,80        |
| 338                                 | Фрукты свежие                  | 150             | 1,20                  | 0,30         | 11,25        | 57,00                          | 0,09        | 57,00        | 0,00         | 0,30        | 52,50                | 25,50         | 16,50         | 0,00        |
|                                     |                                |                 |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |               |             |
|                                     | <b>Итого</b>                   | <b>635</b>      | <b>19,20</b>          | <b>17,28</b> | <b>78,02</b> | <b>549,68</b>                  | <b>0,31</b> | <b>58,19</b> | <b>85,38</b> | <b>0,92</b> | <b>472,45</b>        | <b>429,80</b> | <b>106,15</b> | <b>3,58</b> |

| Среда - 1 (возраст 12 лет и старше) |                                   | Обед        |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |
|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 1.60                                | Салат "Здоровье"                  | 100         | 1,62         | 6,58         | 7,10          | 94,10          | 0,06        | 7,36         | 0,00          | 0,00        | 35,18         | 47,14         | 25,42         | 0,88         |
| 88                                  | Щи из свежей капусты с картофелем | 250         | 1,77         | 4,95         | 7,90          | 89,75          | 0,06        | 15,78        | 0,00          | 0,00        | 49,25         | 49,00         | 22,13         | 0,83         |
| 294                                 | Котлеты                           | 100         | 16,70        | 12,60        | 16,83         | 247,52         | 0,08        | 0,18         | 33,40         | 0,00        | 56,60         | 135,96        | 21,74         | 1,58         |
| 303                                 | Каша вязкая гречневая             | 180         | 5,50         | 6,01         | 24,63         | 174,60         | 0,14        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 10,13         | 130,64        | 86,44         | 2,91         |
| 389                                 | Сок фруктовый или овощной         | 180         | 0,54         | 0,36         | 29,34         | 122,76         | 0,04        | 3,60         | 0,00          | 0,00        | 36,00         | 21,60         | 16,20         | 0,72         |
| ПР                                  | Хлеб ржано-пшеничный              | 35          | 1,96         | 0,39         | 17,29         | 80,47          | 0,06        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 12,25         | 55,30         | 16,45         | 1,37         |
| 44632                               | Хлеб пшеничный                    | 50          | 3,95         | 0,50         | 24,15         | 117,50         | 0,08        | 0,00         | 0,00          | 0,65        | 11,50         | 43,50         | 16,50         | 1,00         |
|                                     | <b>Итого</b>                      | <b>895</b>  | <b>32,04</b> | <b>31,38</b> | <b>127,24</b> | <b>926,70</b>  | <b>0,52</b> | <b>26,92</b> | <b>33,40</b>  | <b>0,65</b> | <b>210,91</b> | <b>483,14</b> | <b>204,88</b> | <b>9,28</b>  |
|                                     | <b>ИТОГО за день</b>              | <b>1530</b> | <b>51,24</b> | <b>48,66</b> | <b>205,26</b> | <b>1476,37</b> | <b>0,83</b> | <b>85,11</b> | <b>118,78</b> | <b>1,57</b> | <b>683,36</b> | <b>912,94</b> | <b>311,03</b> | <b>12,86</b> |

| Четверг - 1 (возраст 12 лет и старше) |                                | Завтрак         |                       |      |       |                                |          |       |       |      |                      |        |       |      |
|---------------------------------------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|------|-------|--------------------------------|----------|-------|-------|------|----------------------|--------|-------|------|
| № рец.                                | Наименование дней недели, блюд | Выход в граммах | Химический состав (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины |       |       |      | Минеральные вещества |        |       |      |
|                                       |                                |                 | Б                     | Ж    | У     |                                | В1       | С     | А     | Е    | Са                   | Р      | Mg    | Fe   |
| 50                                    | Икра овощная                   | 100             | 1,70                  | 9,00 | 9,00  | 136,00                         | 0,00     | 8,30  | 22,00 | 2,10 | 20,10                | 25,10  | 14,80 | 0,30 |
| 263                                   | Рыба, запеченная в омлете      | 100             | 18,38                 | 4,83 | 3,21  | 117,50                         | 0,90     | 0,40  | 70,00 | 0,00 | 46,25                | 214,63 | 28,60 | 1,09 |
| 312                                   | Картофельное пюре              | 180             | 3,68                  | 5,76 | 24,53 | 164,70                         | 0,13     | 21,79 | 0,00  | 0,00 | 26,37                | 103,91 | 33,30 | 1,21 |
| 54-3гн-2020                           | Чай с лимоном и сахаром        | 200             | 0,30                  | 0,00 | 6,70  | 27,90                          | 0,00     | 1,16  | 0,38  | 0,00 | 6,90                 | 8,50   | 4,60  | 0,70 |

|       |                      |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |               |             |
|-------|----------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| ПР    | Хлеб ржано-пшеничный | 20         | 1,12         | 0,22         | 9,88         | 45,98         | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 7,00          | 31,60         | 9,40          | 0,78        |
| 44632 | Хлеб пшеничный       | 50         | 3,95         | 0,50         | 24,15        | 117,50        | 0,08        | 0,00         | 0,00         | 0,65        | 11,50         | 43,50         | 16,50         | 1,00        |
|       |                      |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |               |             |
|       | <b>Итого</b>         | <b>650</b> | <b>29,13</b> | <b>20,31</b> | <b>77,47</b> | <b>609,58</b> | <b>1,15</b> | <b>31,65</b> | <b>92,38</b> | <b>2,75</b> | <b>118,12</b> | <b>427,24</b> | <b>107,20</b> | <b>5,08</b> |

| <b>Четверг - 1 (возраст 12 лет и старше) Обед</b> |  |             |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|---|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--|
| 52  | Салат из свеклы отварной                     | 100         | 1,60         | 6,00         | 11,00         | 104,00         | 0,02        | 9,50         | 0,01          | 2,13        | 35,15         | 40,97         | 20,90         | 1,33         |  |
| 119   | Суп гороховый с гречками из пшеничного хлеба | 250/30      | 10,51        | 6,72         | 44,63         | 280,86         | 0,34        | 1,00         | 0,00          | 0,52        | 53,03         | 119,39        | 42,25         | 3,10         |  |
| 54-12м-2020                                       | Плов из отварной птицы                       | 200         | 13,70        | 23,34        | 35,11         | 394,90         | 0,08        | 0,82         | 0,04          | 0,00        | 23,98         | 164,08        | 38,12         | 1,26         |  |
| 54-1хн-2020                                       | Компот из смеси сухофруктов                  | 180         | 0,45         | 0,00         | 17,82         | 72,90          | 0,00        | 0,02         | 13,50         | 0,00        | 45,00         | 3,87          | 1,89          | 0,08         |  |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 40          | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 14,00         | 63,20         | 18,80         | 1,56         |  |
|   |  |             |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|   |  |             |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|   | <b>Итого</b>                                 | <b>800</b>  | <b>28,50</b> | <b>36,50</b> | <b>128,32</b> | <b>944,62</b>  | <b>0,51</b> | <b>11,34</b> | <b>13,55</b>  | <b>2,65</b> | <b>171,16</b> | <b>391,51</b> | <b>121,96</b> | <b>7,33</b>  |  |
|   | <b>ИТОГО за день</b>                         | <b>1450</b> | <b>57,63</b> | <b>56,81</b> | <b>205,79</b> | <b>1554,20</b> | <b>1,66</b> | <b>42,99</b> | <b>105,93</b> | <b>5,40</b> | <b>289,28</b> | <b>818,75</b> | <b>229,16</b> | <b>12,41</b> |  |

| <b>Пятница - 1 (возраст 12 лет и старше) Завтрак</b> |  |                 |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |  |
|--|--|-----------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|--|
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд                             | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |              |             |  |
|  |  |                 | Б                     | Ж            | У             |                                | В1          | С            | А            | Е           | Ca                   | Р             | Mg           | Fe          |  |
| 70,71  | Овощи натуральные (помидоры или огурцы) свежие или соленые | 100             | 1,10                  | 0,20         | 3,80          | 22,00                          | 0,06        | 17,50        | 0,00         | 0,00        | 14,00                | 26,00         | 20,00        | 0,90        |  |
| 279  | Тефтели  | 100/50          | 13,73                 | 20,20        | 17,68         | 307,39                         | 0,02        | 1,70         | 0,02         | 0,00        | 26,56                | 137,34        | 24,24        | 1,32        |  |
| 309  | Макаронные изделия отварные                                | 180             | 6,62                  | 5,42         | 31,73         | 202,14                         | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 5,83                 | 26,60         | 25,34        | 1,33        |  |
| 13.37  | Напиток витаминный   | 180             | 0,41                  | 0,14         | 18,45         | 76,77                          | 0,01        | 46,80        | 85,59        | 0,00        | 9,63                 | 2,67          | 2,61         | 0,42        |  |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный                                       | 25              | 1,40                  | 0,28         | 12,35         | 57,48                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 8,75                 | 39,50         | 11,75        | 0,98        |  |
| 44632  | Хлеб пшеничный   | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32         | 94,00                          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20        | 0,80        |  |
|  |  |                 |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |  |
|  | <b>Итого</b>   | <b>675</b>      | <b>26,42</b>          | <b>26,64</b> | <b>103,33</b> | <b>759,78</b>                  | <b>0,27</b> | <b>66,00</b> | <b>85,61</b> | <b>0,52</b> | <b>73,97</b>         | <b>266,91</b> | <b>97,14</b> | <b>5,75</b> |  |

| <b>Пятница - 1 (возраст 12 лет и старше) Обед</b> |                 |     |      |      |       |        |      |       |      |      |       |       |       |      |  |
|---|-----------------|-----|------|------|-------|--------|------|-------|------|------|-------|-------|-------|------|--|
| ПР  | Фасоль с соусом | 100 | 5,60 | 5,00 | 16,00 | 131,00 | 0,00 | 5,00  | 0,00 | 0,00 | 37,00 | 28,00 | 13,00 | 0,80 |  |
| 99  | Суп из овощей   | 250 | 1,59 | 4,99 | 9,15  | 95,25  | 0,07 | 10,38 | 0,00 | 0,00 | 34,85 | 49,28 | 20,75 | 0,78 |  |

|              |                        |             |              |              |               |                |             |               |               |             |               |               |               |              |
|--------------|------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|---------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 9.179.       | Мясо-крупяные шарики   | 100         | 15,26        | 12,89        | 17,67         | 247,69         | 0,22        | 1,43          | 129,21        | 0,00        | 125,08        | 127,78        | 27,74         | 1,63         |
| 143          | Рагу из овощей         | 180         | 3,11         | 13,26        | 15,36         | 196,20         | 0,11        | 22,52         | 46,80         | 0,00        | 64,73         | 78,30         | 29,27         | 1,06         |
| 54-32хн-2020 | Компот из свежих яблок | 180         | 0,14         | 0,13         | 8,94          | 37,35          | 0,01        | 1,44          | 1,08          | 0,00        | 52,20         | 3,42          | 2,79          | 0,71         |
| ПР           | Хлеб ржано-пшеничный   | 35          | 1,96         | 0,39         | 17,29         | 80,47          | 0,06        | 0,00          | 0,00          | 0,00        | 12,25         | 55,30         | 16,45         | 1,37         |
| 44632        | Хлеб пшеничный         | 60          | 4,74         | 0,60         | 28,98         | 141,00         | 0,10        | 0,00          | 0,00          | 0,78        | 13,80         | 52,20         | 19,80         | 1,20         |
|              | <b>Итого</b>           | <b>905</b>  | <b>32,39</b> | <b>37,25</b> | <b>113,38</b> | <b>928,95</b>  | <b>0,57</b> | <b>40,77</b>  | <b>177,09</b> | <b>0,78</b> | <b>339,91</b> | <b>394,28</b> | <b>129,80</b> | <b>7,55</b>  |
|              | <b>ИТОГО за день</b>   | <b>1580</b> | <b>58,81</b> | <b>63,89</b> | <b>216,71</b> | <b>1688,73</b> | <b>0,84</b> | <b>106,77</b> | <b>262,70</b> | <b>1,30</b> | <b>413,88</b> | <b>661,19</b> | <b>226,94</b> | <b>13,30</b> |

| Понедельник - 2 (возраст 12 лет и старше) <b>Завтрак</b> |   |                 |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |               |             |
|--|---|-----------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд                    | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |               |             |
|  |   |                 | Б                     | Ж            | У             |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg            | Fe          |
| 15   | Сыр полутвердый (порциями)                        | 20              | 4,64                  | 5,90         | 0,00          | 72,00                          | 0,01        | 0,14         | 52,00        | 0,10        | 176,00               | 100,00        | 7,00          | 0,20        |
| 173  | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/5           | 8,55                  | 8,30         | 45,95         | 292,50                         | 0,36        | 0,96         | 0,04         | 0,06        | 40,10                | 213,86        | 55,50         | 1,40        |
| 54-21гн-2020   | Какао с молоком                                   | 200             | 4,60                  | 4,40         | 12,50         | 107,20                         | 0,04        | 0,68         | 17,25        | 0,00        | 143,00               | 130,00        | 34,30         | 1,10        |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный                              | 25              | 1,40                  | 0,28         | 12,35         | 57,48                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 8,75                 | 39,50         | 11,75         | 0,98        |
| 44632  | Хлеб пшеничный                                    | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32         | 94,00                          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20         | 0,80        |
| 338  | Фрукты свежие                                     | 140             | 1,12                  | 0,28         | 10,50         | 53,20                          | 0,08        | 53,20        | 0,00         | 0,28        | 49,00                | 23,80         | 15,40         | 0,00        |
|  | <b>Итого</b>                                      | <b>630</b>      | <b>23,47</b>          | <b>19,56</b> | <b>100,62</b> | <b>676,38</b>                  | <b>0,61</b> | <b>54,98</b> | <b>69,29</b> | <b>0,96</b> | <b>426,05</b>        | <b>541,96</b> | <b>137,15</b> | <b>4,48</b> |

| Понедельник - 2 (возраст 12 лет и старше) <b>Обед</b> |                              |             |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |
|---|------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 54-20з-2020   | Горошек зеленый              | 100         | 2,83         | 0,17         | 5,83          | 36,83          | 0,08        | 4,00         | 30,00         | 0,00        | 18,33         | 53,33         | 18,33         | 0,62         |
| 82  | Борщ с капустой и картофелем | 250         | 1,80         | 4,92         | 10,93         | 103,75         | 0,05        | 10,65        | 0,00          | 0,00        | 49,73         | 0,00          | 26,13         | 1,23         |
| 294   | Биточки                      | 100         | 16,70        | 12,60        | 16,83         | 247,52         | 0,08        | 0,18         | 33,40         | 0,00        | 56,60         | 135,96        | 21,74         | 1,58         |
| 303   | Каша вязкая гречневая        | 180         | 5,50         | 6,01         | 24,63         | 174,60         | 0,14        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 10,13         | 130,64        | 86,44         | 2,91         |
| 360   | Кисель фруктовый             | 200         | 0,12         | 0,00         | 30,65         | 120,00         | 0,00        | 0,58         | 0,00          | 0,00        | 13,52         | 9,72          | 3,88          | 0,10         |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный         | 35          | 1,96         | 0,39         | 17,29         | 80,47          | 0,06        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 12,25         | 55,30         | 16,45         | 1,37         |
| 44632   | Хлеб пшеничный               | 60          | 4,74         | 0,60         | 28,98         | 141,00         | 0,10        | 0,00         | 0,00          | 0,78        | 13,80         | 52,20         | 19,80         | 1,20         |
|   | <b>Итого</b>                 | <b>925</b>  | <b>33,65</b> | <b>24,68</b> | <b>135,14</b> | <b>904,17</b>  | <b>0,51</b> | <b>15,41</b> | <b>63,40</b>  | <b>0,78</b> | <b>174,37</b> | <b>437,16</b> | <b>192,77</b> | <b>9,00</b>  |
|   | <b>ИТОГО за день</b>         | <b>1555</b> | <b>57,12</b> | <b>44,24</b> | <b>235,76</b> | <b>1580,54</b> | <b>1,11</b> | <b>70,39</b> | <b>132,69</b> | <b>1,74</b> | <b>600,42</b> | <b>979,12</b> | <b>329,92</b> | <b>13,47</b> |



|  |              |            |              |              |               |               |             |             |               |             |               |               |              |             |
|--|--------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|---------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
|  |              |            |              |              |               |               |             |             |               |             |               |               |              |             |
|  | <b>Итого</b> | <b>555</b> | <b>35,61</b> | <b>36,42</b> | <b>100,76</b> | <b>875,70</b> | <b>0,29</b> | <b>2,68</b> | <b>249,35</b> | <b>0,52</b> | <b>319,13</b> | <b>484,09</b> | <b>79,50</b> | <b>4,55</b> |

| <b>Среда - 2 (возраст 12 лет и старше)</b> |                                   | <b>Обед</b> |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|--|-----------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--|
| 67   | Винегрет                          | 100         | 1,40         | 10,04        | 7,29          | 125,10         | 0,04        | 9,63         | 0,00          | 0,00        | 31,24         | 43,27         | 19,53         | 0,83         |  |
| 88   | Щи из свежей капусты с картофелем | 250         | 1,77         | 4,95         | 7,90          | 89,75          | 0,06        | 15,78        | 0,00          | 0,00        | 49,25         | 49,00         | 22,13         | 0,83         |  |
| 292  | Птица, тушенная в соусе с овощами | 200         | 13,65        | 15,98        | 17,17         | 267,20         | 0,06        | 3,56         | 0,00          | 0,00        | 23,40         | 17,24         | 104,60        | 1,58         |  |
| 389  | Сок фруктовый или овощной         | 200         | 0,60         | 0,40         | 32,60         | 136,40         | 0,04        | 4,00         | 0,00          | 0,00        | 40,00         | 24,00         | 18,00         | 0,80         |  |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный              | 60          | 3,36         | 0,66         | 29,64         | 137,94         | 0,11        | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 21,00         | 94,80         | 28,20         | 2,34         |  |
| 44632                                      | Хлеб пшеничный                    | 35          | 2,77         | 0,35         | 16,91         | 82,25          | 0,06        | 0,00         | 0,00          | 0,46        | 8,05          | 30,45         | 11,55         | 0,70         |  |
|  |                                   |             |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |              |  |
|  | <b>Итого</b>                      | <b>845</b>  | <b>23,55</b> | <b>32,38</b> | <b>111,51</b> | <b>838,64</b>  | <b>0,37</b> | <b>32,97</b> | <b>0,00</b>   | <b>0,46</b> | <b>172,94</b> | <b>258,76</b> | <b>204,01</b> | <b>7,08</b>  |  |
|  | <b>ИТОГО за день</b>              | <b>1400</b> | <b>59,15</b> | <b>68,80</b> | <b>212,26</b> | <b>1714,34</b> | <b>0,66</b> | <b>35,65</b> | <b>249,35</b> | <b>0,98</b> | <b>492,07</b> | <b>742,85</b> | <b>283,51</b> | <b>11,63</b> |  |

| <b>Четверг - 2 (возраст 12 лет и старше)</b> |   | <b>Завтрак</b>  |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |               |             |  |
|--|---|-----------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|--|
| № рец.                                       | Наименование дней недели, блюд                  | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |               |             |  |
|  |   |                 | Б                     | Ж            | У             |                                | В1          | С            | А            | Е           | Ca                   | P             | Mg            | Fe          |  |
| 14   | Масло сливочное (порциями)                      | 10              | 0,08                  | 7,25         | 0,13          | 66,00                          | 0,00        | 0,00         | 40,00        | 0,10        | 2,40                 | 3,00          | 0,00          | 0,02        |  |
| 174  | Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным | 200/5           | 7,92                  | 8,10         | 59,88         | 344,17                         | 0,24        | 0,96         | 0,06         | 0,06        | 199,36               | 213,18        | 44,72         | 0,64        |  |
| 54-23гн-2020                                 | Кофейный напиток с молоком                      | 200             | 3,80                  | 3,50         | 11,20         | 91,20                          | 0,03        | 0,52         | 0,13         | 0,00        | 111,00               | 107,00        | 30,70         | 1,10        |  |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный                            | 25              | 1,40                  | 0,28         | 12,35         | 57,48                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 8,75                 | 39,50         | 11,75         | 0,98        |  |
| 44632  | Хлеб пшеничный                                  | 40              | 3,16                  | 0,40         | 19,32         | 94,00                          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,52        | 9,20                 | 34,80         | 13,20         | 0,80        |  |
| 338  | Фрукты свежие                                   | 160             | 1,28                  | 0,32         | 12,00         | 60,80                          | 0,10        | 60,80        | 0,00         | 0,32        | 56,00                | 27,20         | 17,60         | 0,00        |  |
|  |   |                 |                       |              |               |                                |             |              |              |             |                      |               |               |             |  |
|  | <b>Итого</b>                                    | <b>640</b>      | <b>17,64</b>          | <b>19,85</b> | <b>114,88</b> | <b>713,65</b>                  | <b>0,48</b> | <b>62,28</b> | <b>40,19</b> | <b>1,00</b> | <b>386,71</b>        | <b>424,68</b> | <b>117,97</b> | <b>3,54</b> |  |

| <b>Четверг - 2 (возраст 12 лет и старше)</b> |  | <b>Обед</b> |       |       |       |        |      |       |      |      |        |        |        |        |  |
|--|--|-------------|-------|-------|-------|--------|------|-------|------|------|--------|--------|--------|--------|--|
| 52   | Салат из свеклы отварной                             | 100         | 1,60  | 6,00  | 11,00 | 104,00 | 0,02 | 9,50  | 0,01 | 2,13 | 35,15  | 40,97  | 20,90  | 1,33   |  |
| 98   | Суп крестьянский с крупой                            | 250         | 1,78  | 5,03  | 12,70 | 103,25 | 0,04 | 9,88  | 0,00 | 0,00 | 35,88  | 33,58  | 14,18  | 0,58   |  |
| 54-14р-2020                                  | Тефтели рыбные                                       | 100/60      | 13,22 | 12,88 | 15,28 | 244,00 | 0,12 | 2,30  | 1,00 | 0,00 | 330,74 | 32,56  | 102,10 | 195,80 |  |
| 8012   | Картофель отварной, запеченный с растительным маслом | 180         | 3,78  | 5,94  | 16,48 | 192,92 | 0,20 | 17,50 | 0,00 | 2,58 | 17,50  | 107,68 | 40,39  | 1,76   |  |

|             |                             |             |              |              |               |                |             |               |              |             |               |               |               |               |
|-------------|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|---------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 54-1хн-2020 | Компот из смеси сухофруктов | 180         | 0,45         | 0,00         | 17,82         | 72,90          | 0,00        | 0,02          | 13,50        | 0,00        | 45,00         | 3,87          | 1,89          | 0,08          |
| ПР          | Хлеб ржано-пшеничный        | 35          | 1,96         | 0,39         | 17,29         | 80,47          | 0,06        | 0,00          | 0,00         | 0,00        | 12,25         | 55,30         | 16,45         | 1,37          |
| 44632       | Хлеб пшеничный              | 45          | 3,56         | 0,45         | 21,74         | 105,75         | 0,07        | 0,00          | 0,00         | 0,59        | 10,35         | 39,15         | 14,85         | 0,90          |
|             | <b>Итого</b>                | <b>950</b>  | <b>26,35</b> | <b>30,69</b> | <b>112,30</b> | <b>903,29</b>  | <b>0,51</b> | <b>39,19</b>  | <b>14,51</b> | <b>5,30</b> | <b>486,87</b> | <b>313,11</b> | <b>210,76</b> | <b>201,82</b> |
|             | <b>ИТОГО за день</b>        | <b>1590</b> | <b>43,99</b> | <b>50,53</b> | <b>227,18</b> | <b>1616,93</b> | <b>0,99</b> | <b>101,47</b> | <b>54,70</b> | <b>6,30</b> | <b>873,58</b> | <b>737,79</b> | <b>328,73</b> | <b>205,36</b> |

| Пятница - 2 (возраст 12 лет и старше) Завтрак |  |                 |                       |              |              |                                |             |              |              |             |                      |               |              |             |
|---|--|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|-------------|
| № рец.  | Наименование дней недели, блюд                             | Выход в граммах | Химический состав (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины    |              |              |             | Минеральные вещества |               |              |             |
|   |  |                 | Б                     | Ж            | У            |                                | В1          | С            | А            | Е           | Са                   | Р             | Mg           | Fe          |
| 70,71   | Овощи натуральные (помидоры или огурцы) свежие или соленые | 100             | 1,10                  | 0,20         | 3,80         | 22,00                          | 0,06        | 17,50        | 0,00         | 0,00        | 14,00                | 26,00         | 20,00        | 0,90        |
| 294   | Котлеты  | 100             | 16,70                 | 12,60        | 16,83        | 247,52                         | 0,08        | 0,18         | 33,40        | 0,00        | 56,60                | 135,96        | 21,74        | 1,58        |
| 309   | Макаронные изделия отварные                                | 180             | 6,62                  | 5,42         | 31,73        | 202,14                         | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 5,83                 | 26,60         | 25,34        | 1,33        |
| 54-3гн-2020                                   | Чай с лимоном и сахаром                                    | 200             | 0,30                  | 0,00         | 6,70         | 27,90                          | 0,00        | 1,16         | 0,38         | 0,00        | 6,90                 | 8,50          | 4,60         | 0,70        |
| ПР  | Хлеб ржано-пшеничный                                       | 25              | 1,40                  | 0,28         | 12,35        | 57,48                          | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 8,75                 | 39,50         | 11,75        | 0,98        |
| 44632   | Хлеб пшеничный   | 25              | 1,98                  | 0,25         | 12,08        | 58,75                          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,33        | 5,75                 | 21,75         | 8,25         | 0,50        |
|   | <b>Итого</b>   | <b>630</b>      | <b>28,10</b>          | <b>18,75</b> | <b>83,49</b> | <b>615,79</b>                  | <b>0,30</b> | <b>18,84</b> | <b>33,78</b> | <b>0,33</b> | <b>97,83</b>         | <b>258,31</b> | <b>91,68</b> | <b>5,99</b> |

| Пятница - 2 (возраст 12 лет и старше) Обед |                               |             |              |              |               |                |             |              |              |             |               |               |               |              |
|--|-------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 37   | Салат картофельный с огурцами | 100         | 1,32         | 7,84         | 9,45          | 113,70         | 0,05        | 7,96         | 0,00         | 0,00        | 21,24         | 42,86         | 15,43         | 0,68         |
| 82   | Борщ с капустой и картофелем  | 250         | 1,80         | 4,92         | 10,93         | 103,75         | 0,05        | 10,65        | 0,00         | 0,00        | 49,73         | 0,00          | 26,13         | 1,23         |
| 4.б.                                       | Каша гречневая с птицей       | 200         | 17,80        | 15,00        | 36,45         | 352,00         | 0,11        | 5,60         | 6,71         | 0,00        | 43,81         | 237,60        | 54,40         | 1,93         |
| 389  | Сок фруктовый или овощной     | 180         | 0,54         | 0,36         | 29,34         | 122,76         | 0,04        | 3,60         | 0,00         | 0,00        | 36,00         | 21,60         | 16,20         | 0,72         |
| ПР   | Хлеб ржано-пшеничный          | 35          | 1,96         | 0,39         | 17,29         | 80,47          | 0,06        | 0,00         | 0,00         | 0,00        | 12,25         | 55,30         | 16,45         | 1,37         |
| 44632                                      | Хлеб пшеничный                | 60          | 4,74         | 0,60         | 28,98         | 141,00         | 0,10        | 0,00         | 0,00         | 0,78        | 13,80         | 52,20         | 19,80         | 1,20         |
|  | <b>Итого</b>                  | <b>825</b>  | <b>28,16</b> | <b>29,11</b> | <b>132,44</b> | <b>913,68</b>  | <b>0,40</b> | <b>27,81</b> | <b>6,71</b>  | <b>0,78</b> | <b>176,83</b> | <b>409,56</b> | <b>148,41</b> | <b>7,13</b>  |
|  | <b>ИТОГО за день</b>          | <b>1455</b> | <b>56,26</b> | <b>47,85</b> | <b>215,93</b> | <b>1529,46</b> | <b>0,70</b> | <b>46,65</b> | <b>40,49</b> | <b>1,11</b> | <b>274,66</b> | <b>667,87</b> | <b>240,09</b> | <b>13,11</b> |