

Меню 1-4 классы I комплекса

Наименования пищевых продуктов приведены в соответствии с утвержденной Главным государственным санитарным врачом по городу Москве от 25.06.2010 номенклатурой пищевых продуктов, используемых в питании детей и подростков в образовательных учреждениях

	Наименование	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал	витамины, мг,				минеральные вещества, мг,					№ ТК (Вариант 1)	№ ТК (Вариант 2)	
							В 1	С	А	Е мг, ток. экв.	Са	Р	Mg	Fe	В2			I, мкг
День 1(понедельник)																		
Завтрак																		
1	Каша овсяная молочная	120	3,78	8,50	14,96	151,44	0,20	9,36	0,02	0,07	13,6	83,5	32,3	0,91	0,024	3,5	120209	120210
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,50	4,48	20,50	140,46	0,26	14,00	0,00	0,00	3,1	0,0	0,6	0,04	0	3,58	160104	
3	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% в порционной нарезке	20	5,20	5,22	0,00	68,80	0,006	0,16	0,046	0,1	200,0	130,0	9,0	0,16	0,06	0	100102	
4	Хлеб зерновой пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,40	0,10	0,00	0,00	0,45	44,4	0,0	4,8	0,72	0,06	10	200101	
5	Желе вишневое*	150	8,25	0,00	30,84	156,00	0,00	1,20	0,00	0,00	43,4	13,9	5,3	0,15	0	0	220101	220102
	Итого:		24,37	18,71	75,12	567,10	0,57	24,72	0,07	0,62	304,5	227,4	52,0	1,98	0,14	17,08		
Обед																		
1	Салат из свеклы с огурцами консервированными с растительным маслом	60	0,86	4,85	3,80	62,77	0,02	4,40	0,00	0,88	17,8	22,9	10,9	0,64	0,018	2,62	100403	
2	Щи из свежей капусты	200	0,80	1,26	6,60	40,40	0,10	12,44	0,02	0,18	35,3	115,5	26,3	4,20	0,14	2,9	110105	110106
3	Гуляш	80	11,12	5,60	4,80	114,08	0,08	0,80	0,02	0,15	19,5	154,6	23,9	2,23	0,16	3,83	120507	120508
4	Изделия макаронные отварные	120	3,72	3,36	36,36	200,16	0,05	0,00	0,02	0,06	4,7	28,0	6,1	0,60	0,012	1,8	130401	130402
5	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200	0,80	0,12	26,48	92,26	0,02	0,56	0,00	0,04	35,6	29,9	22,3	0,78	0,04	2,32	160211	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
8	Печенье	20	4,10	2,30	13,20	94,00	0,40	11,20	0,05	0,00	3,10	0,00	0,36	0,40	0,04	0,05		
	Итого:		25,67	18,74	121,42	750,67	0,88	29,41	0,11	2,25	180,4	372,1	103,7	10,30	0,53	16,12		
Полдник																		
1	Ватрушка с джемом	50	4,00	2,75	27,30	149,95	0,05	0,31	0,01	1,25	5,7	18,6	4,9	0,31	0,015	3,28	190301 190302	190303
2	Бийогурт фруктовый питьевой	200	5,60	5,80	21,00	158,60	0,08	1,20	0,06	0,00	244,0	192,0	30,0	0,18	0,2	9		
	Итого:		9,60	8,55	48,30	308,55	0,13	1,51	0,07	1,25	249,7	210,6	34,9	0,49	0,22	12,28		
	Итого за день		59,64	46,00	244,85	1626,32	1,58	55,64	0,25	4,12	734,6	810,1	190,7	12,77	0,89	45,48		
День 2(вторник)																		
Завтрак																		
1	Сырники	150	21,30	14,40	21,60	301,20	0,09	0,33	0,11	0,66	211,4	308,3	31,3	0,99	0,375	2,415	120313	120314
2	Соус шоколадный	20	0,40	1,04	1,38	16,80	0,01	0,07	0,01	0,30	25,4	36,3	3,9	0,12	0,25	0,48		140202
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	160107	
4	Сахар порционный	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0		
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
6	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0		
7	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,00	0,028	2,8	210110	
	Итого:		23,86	24,78	57,41	584,63	0,21	14,40	0,16	1,64	295,1	361,9	52,1	1,64	0,703	5,995		
Обед																		
1	Салат картофельный с горошком зеленым с соусом салатным	60	1,06	3,12	4,41	52,19	0,04	5,49	0,00	0,05	8,72	23,14	9,07	0,37	0,024	2,76	100510	
2	Суп с лапшой	200	1,40	3,00	7,60	63,00	0,02	2,46	0,02	0,10	13,4	67,4	12,2	1,62	0,04	4	110320	110321
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	120	11,54	20,75	26,92	336,70	0,14	0,00	0,01	0,05	34,8	95,8	19,6	1,26	0,072	0	120529	
4	Кисель из ягод свежемороженых (черная смородина)	200	0,20	0,08	18,30	56,92	0,00	40,00	0,00	0,14	19,50	13,52	8,10	0,28	0	4,89	160203	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	190101
	Итого:		18,48	28,20	87,41	655,80	0,42	47,96	0,03	1,28	140,7	221,0	62,7	4,98	0,256	14,25		
Полдник																		
1	Булочка	50	5,70	3,10	27,40	160,50	0,09	1,60	0,01	0,50	6,2	27,9	5,4	0,41	0,02	0,87	190102	190103
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	1,40	0,00	24,00	96,00	0,21	4,00	0,06	0,70	21,0	16,0	23,0	0,7	0	0,4		
	Итого:		7,10	3,10	51,40	256,50	0,30	5,60	0,07	1,20	27,2	43,9	28,4	1,11	0,02	1,27		
	Итого за день		49,44	56,08	196,22	1496,93	0,92	67,96	0,26	4,12	463,0	626,8	143,1	7,73	0,98	21,52		
День 3 (среда)																		
Завтрак																		
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком (см. приложение №2)	150	5,46	5,07	27,69	169,20	0,60	12,00	0,00	3,00	30,0	48,0	0,0	3,36	0,45	6,75	120215	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105	
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	0,10	0,00	22,0	0,1	4,8	1,00	0,176	8	120304	

Подник																		
1	Какао-напиток на молоке	200	6,10	6,22	19,66	158,40	0,52	29,22	0,80	0,00	49,9	0,0	0,2	0,00	0,14	7,68	160101	160102
2	Варушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,08	1,23	0,02	1,38	44,7	67,5	9,6	0,42	0,075	0,43	190304	190306
	Итого:		12,60	9,92	42,56	309,30	0,60	30,45	0,82	1,38	94,6	67,5	9,8	0,42	0,215	8,11		
	Итого за день		48,13	56,28	233,01	1623,75	1,19	62,23	0,91	5,22	435,0	345,8	131,0	7,75	0,79	28,88		
День 6 (суббота)																		
Завтрак																		
1	Запеканка из творога с какао	120	18,48	4,92	19,44	171,36	0,06	0,25	0,06	0,42	155,18	220,78	25,69	0,74	0,264	2,16	120307	120308
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	30	2,25	1,50	16,56	88,50	0,02	0,30	0,01	0,06	92,10	65,70	10,20	0,06	0,114	2,7	140201	
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0		
5	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105	
6	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	0,80	0,40	8,10	47,00	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,00	0,02	2	210105	
	Итого:		23,13	15,60	64,81	476,16	0,17	180,55	0,11	1,18	334,4	322,4	67,7	1,35	0,5	7,6		
Обед																		
1	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	60	0,92	3,05	2,72	42,37	0,03	51,54	0,00	0,56	21,0	18,9	9,0	0,37	0,03	2,62	100202	
2	Бульон куриный	200	9,40	4,00	3,00	85,60	0,00	3,00	0,00	0,00	3,0	40,6	5,0	1,20	0,02	0	110501	110502
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,05	0,00	11,0	0,0	2,4	0,50	0,088	4	120304	
4	Шницель рубленый из говядины	100	18,40	10,40	12,10	215,60	0,23	0,00	0,01	0,03	12,4	140,7	26,5	1,64	0,14	1,2	120525	120526
5	Соус томатный	30	0,18	1,32	1,98	20,52	0,09	4,50	0,11	0,00	0,0	0,0	0,0	0,00	0,09	0,39	140101	140102
6	Пюре картофельное	120	1,95	8,55	11,33	130,08	0,16	21,72	0,02	0,16	10,7	58,9	22,9	0,92	0,072	6,27	130101	130102
7	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	1,40	0,00	24,00	96,00	0,21	4,00	0,06	0,70	21,0	16,0	23,0	0,7	0	0,4		
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
	Итого:		39,06	30,87	85,45	768,57	0,95	84,77	0,25	2,39	143,4	296,2	102,5	6,79	0,56	17,48		
	Итого в среднем за 6 дней (обед)		25,17	26,45	102,63	734,03	0,65	52,16	0,44	2,65	203,61	355,13	126,24	8,07	0,48	25,38		
Подник																		
1	Чай с лимоном	200	0,20	0,04	10,22	42,28	0	2,86	0	0,02	15,7	7,3	6,0	0,64	0	2,13	160106	
2	Бутерброд с колбасой полукопченной	40	5,39	9,78	8,60	106,80	0,07	17,28	0,00	0,00	28,4	0,0	2,6	0,98	0,06	0	100103	
3	Йогурт фруктовый	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,00	96,00	15,00	0,10	0,20	0,00		
	Итого:		10,59	13,02	27,32	229,78	0,11	20,74	0,03	0,02	166,1	103,3	23,5	1,72	0,26	2,13		
	Итого за день		72,79	59,49	177,58	1474,51	1,22	286,06	0,40	3,59	643,9	721,9	193,7	9,86	1,29	27,25		
День 7 (понедельник)																		
Завтрак																		
1	Макароны, запеченные с сыром	120	7,27	10,38	22,69	222,49	0,04	0,10	0,06	0,14	123,01	103,45	11,33	0,71	0,048	1,45	120213	120214
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	160107	
3	Сахар порционный	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0		
4	Булочка "Любимая" или Булочка с шоколадом	50	5,70	3,10	27,35	160,10	0,08	0,38	0,01	0,63	31,70	51,28	9,90	0,60	0,045	3,01	190107	190109
5	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	0,00	0,045	0	210106	
	Итого:		13,57	13,93	75,47	524,52	0,15	7,98	0,07	1,37	188,3	178,7	40,3	1,34	0,138	4,46		
Обед																		
1	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)	60	0,71	4,25	5,56	64,05	0,03	1,91	0,00	0,94	14,8	30,1	20,7	0,39	0,036	2,62	100302	
2	Суп-пюре картофельный	200	2,40	3,20	16,80	105,60	0,06	53,40	0,00	3,76	91,4	62,9	34,7	1,22	0,08	3,35	110401	110402
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,00	0,044	0	180601	
4	Биточки рубленые куриные	100	14,00	7,10	14,20	176,70	0,05	2,59	1,44	1,27	14,0	129,7	20,6	1,75	0,1	3,83	120611	120612
5	Рагу из овощей	120	1,92	3,72	12,12	90,00	0,06	7,51	0,00	2,38	25,7	54,1	23,1	0,85	0,06	4,89	130203	130204
6	Кисель из ягод свежемороженых (клюква)	200	0,10	0,04	17,58	53,72	0,00	3,00	0,00	0,00	15,10	9,14	4,90	0,14	0	0	160202	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
9	Мармелад	18	0,07	0,00	13,79	52,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0		
	Итого:		24,58	19,94	117,85	728,85	0,48	68,42	1,44	9,28	246,5	307,0	120,0	5,80	0,44	17,29		
Подник																		
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,36	20	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	18		
2	Кекс с цукатами	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83		170603
	Итого:		8,85	16,55	38,05	335,35	0,42	20,00	0,07	2,78	22,33	74,02	10,80	0,68	0,03	18,83		
	Итого за день		47,01	50,42	231,37	1588,72	1,04	96,39	1,58	13,43	457,2	559,8	171,2	7,81	0,61	40,58		
День 8 (вторник)																		
Завтрак																		
1	Омлет натуральный, запеченный	120	9,70	10,94	1,73	143,65	0,06	1,80	0,00	0,00	0,6	0,7	0,0	0,00	0	3,5	120301	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105	
3	Изделие деликатесное из мяса (ветчина)	30	3,00	2,40	2,70	44,40	0,00	0,00	0,00	0,00	6,6	80,4	10,5	0,78	0	0	100101	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0		

5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
6	Фруктовый десерт (яблоко, клубника, банан)**	-	0,3	0	27,9	112,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого:		14,60	22,12	53,04	470,15	0,13	1,80	0,04	0,40	54,3	83,1	17,3	1,32	0,07	4,28		
Обед																		
1	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного с маслом растительным	60	1,00	6,06	4,25	75,89	0,02	4,75	0,00	1,09	18,0	25,2	11,6	0,68	0,024	1,13	100402	
2	Суп крестьянский с крупой	200	1,40	4,00	12,80	92,80	0,04	9,16	0,00	2,16	41,2	60,6	21,4	0,70	0,04	2,13	110322	110323
3	Рыба (филе) припущенная	80	14,26	0,74	0,36	119,33	0,00	0,33	0,00	0,01	35,4	235,8	15,9	0,02	0,112	5	120405	
4	Картофель отварной	120	2,51	6,16	14,45	112,08	0,12	16,45	0,02	0,18	11,2	62,4	23,0	0,92	0,072	4,89	130103	130104
5	Компот из плодов быстрозамороженных (смородина)	200	0,22	0,08	17,48	53,56	0,00	44,00	0,00	0,16	16,4	7,3	8,6	0,32	0,00	2,32	160207	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
7	Булочка овсяная	40	3,76	2,32	21,08	120,24	0,16	0,01	0,00	0,68	10,2	42,2	14,6	0,98	0,08	0	190101	
	Итого:		26,26	20,43	91,72	683,10	0,47	74,70	0,02	4,88	191,6	433,5	101,4	4,58	0,408	16,07		
Полдник																		
1	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,50	4,48	20,50	140,46	0,26	14,00	0,00	0,00	3,1	0,0	0,6	0,04	0	3,58	160104	
2	Брушкетта	50	4,55	1,95	22,50	127,55	0,17	0,00	1,00	0,75	74,1	0,0	8,0	1,20	0,1	0		190216
	Итого:		9,05	6,43	43,00	268,01	0,43	14,00	1,00	0,75	77,2	0,0	8,6	1,24	0,1	3,58		
	Итого за день		49,91	48,98	187,76	1421,26	1,03	90,50	1,06	6,03	323,1	516,5	127,3	7,14	0,58	23,93		
День 9 (среда)																		
Завтрак																		
1	Каша рисовая молочная	120	3,60	6,56	19,20	148,08	0,14	9,84	0,05	0,07	120,0	126,0	26,8	0,38	0,132	4,46	120203	120204
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105	
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
4	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% в порционной нарезке	20	5,20	5,22	0,00	68,80	0,006	0,16	0,046	0,1	200,0	130,0	9,0	0,16	0,06	0	100102	
5	Желе с кусочками персика*	150	8,85	0,00	37,25	184,50	0,00	1,20	0,00	0,00	43,4	13,9	5,3	0,15	0	0	220107	220108
	Итого:		19,20	12,31	77,08	495,88	0,22	11,20	0,09	0,47	409,3	269,9	47,9	1,21	0,252	5,24		
Обед																		
1	Салат зеленый с огурцом и растительным маслом	60	0,60	8,47	1,20	83,35	0,01	5,55	0,00	1,46	26,26	19,98	14,21	0,31	0,03	2,76	100205	
2	Суп куриный	200	6,80	2,20	7,60	77,40	0,02	5,66	1,24	2,16	13,1	25,9	11,3	0,38	0,03	2,73	110303	110304
3	Говядина тушеная с черносливом	80	9,12	4,96	4,72	100,00	0,07	0,86	0,02	0,08	24,9	148,8	29,9	1,98	0,152	0,984	120513	120514
4	Рис отварной	120	2,67	9,03	31,01	216,00	0,02	0,00	0,05	0,12	1,7	48,6	14,9	0,42	0,018	0	130301	130302
5	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	200	0,18	0,04	18,20	55,34	0,00	3,30	0,00	0,06	16,6	6,6	7,5	0,14	0,00	2,32	160204	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
	Итого:		23,65	25,95	92,91	679,09	0,34	15,38	1,30	4,82	146,8	271,0	91,5	4,69	0,35	11,394		
Полдник																		
1	Пирожок с яблоком или Пирожок с яблочным джемом	50	6,50	2,85	23,60	146,00	0,04	0,13	0,01	0,48	17,4	23,7	6,5	0,53	0,03	4	190204 190205	190206
2	Какао-напиток на молоке	200	6,10	6,22	19,66	158,40	0,52	29,22	0,80	0,00	49,9	0,0	0,2	0,00	0,14	7,68	160101	160102
	Итого:		12,60	9,07	43,26	304,40	0,56	29,35	0,81	0,48	67,4	23,7	6,7	0,53	0,17	11,68		
	Итого за день		55,45	47,33	213,24	1479,37	1,12	55,93	2,20	5,77	623,5	564,7	146,0	6,43	0,77	28,31		
День 10 (четверг)																		
Завтрак																		
1	Сырники	150	21,30	14,40	21,60	301,20	0,09	0,33	0,11	0,66	211,4	308,3	31,3	0,99	0,375	2,415	120313	120314
2	Соус ягодный	30	0,51	1,56	2,13	24,60	0,01	9,18	0,00	0,00	6,7	0,0	0,0	0,05	0,009	0,48	140203	140204
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	160107	
4	Сахар порционный	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0		
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
6	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0		
7	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	0,64	0,16	6,00	30,40	0,05	30,40	0,00	0,16	28,00	13,60	8,80	0,00	0,024	1,4	210104	
	Итого:		24,05	24,90	50,44	557,03	0,21	39,91	0,15	1,22	282,0	323,8	44,3	1,57	0,458	4,595		
Обед																		
1	Салат из помидоров с растительным маслом	60	0,57	9,09	1,91	93,01	0,03	11,75	0,00	1,91	10,2	13,4	10,1	0,46	0,024	3,32	100506	
2	Щи из шината	200	2,10	5,20	3,60	58,40	0,08	17,74	0,02	0,16	77,0	75,2	55,5	2,16	0,14	3,63	110107	110108
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,05	0,00	11,0	0,0	2,4	0,50	0,088	4	120304	
5	Говядина тушеная с картофелем	180	25,20	5,40	25,74	252,36	0,18	7,87	0,04	0,34	39,4	254,8	54,6	3,87	0,234	3,68	120511	120512
6	Компот из плодов быстрозамороженных (клюква)	200	0,12	0,04	16,70	50,04	0,00	3,30	0,00	0,00	11,5	2,4	5,1	0,16	0,00	2,32	160206	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
8	Булочка овсяная	40	3,76	2,32	21,08	120,24	0,16	0,01	0,00	0,68	10,2	42,2	14,6	0,98	0,08	0	190101	
	Итого:		37,39	25,41	90,47	714,65	0,60	40,67	0,11	3,69	218,6	388,1	148,7	9,09	0,646	17,55		
Полдник																		
1	Кекс столичный	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83	170601	170602
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	1,40	0,00	24,00	96,00	0,21	4,00	0,06	0,70	21,0	16,0	23,0	0,7	0	0,4		
	Итого:		4,25	10,15	52,65	311,35	0,27	4,00	0,13	3,48	43,3	90,0	33,8	1,38	0,03	1,23		
	Итого за день		65,70	60,46	193,56	1583,03	1,08	84,58	0,38	8,39	543,9	801,9	226,8	12,04	1,13	23,38		
День 11 (пятница)																		
Завтрак																		

1	Каша гречневая молочная	120	4,56	5,40	20,64	149,28	0,25	9,12	0,02	0,07	6,4	82,7	55,8	1,88	0,06	0,408	120207	120208
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105	
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
4	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% в порционной нарезке	20	5,20	5,22	0,00	68,80	0,006	0,16	0,046	0,1	200,0	130,0	9,0	0,16	0,06	0	100102	
5	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	0,00	0,11	0	210103	
Итого:			14,61	12,25	87,47	523,78	0,41	31,28	0,07	1,35	269,9	274,3	164,0	2,57	0,29	1,188		
Обед																		
1	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с маслом растительным	60	7,42	6,88	1,91	99,47	0,08	29,74	0,00	1,97	35,2	105,3	42,7	0,66	0,06	1,47	100602	
2	Суп из овощей	200	1,20	1,40	4,00	33,40	0,08	20,14	0,02	0,22	29,9	54,2	23,5	0,74	0,08	3,25	110305	110306
3	Котлеты рубленые из птицы	100	14,00	7,10	14,20	176,70	0,04	0,01	0,00	1,15	30,8	87,3	15,6	0,73	0,13	4,79	120613	120614
4	Соус молочный	30	0,27	1,35	2,22	22,11	0,01	0,15	0,01	0,03	46,1	32,9	5,1	0,03	0,03	1,35	140104	140105
5	Рис отварной с горошком, кукурузой и морковью	120	3,03	9,87	30,89	224,52	0,02	1,62	0,02	0,12	3,2	49,9	17,5	0,52	0,024	0	130307	130308
6	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200	0,80	0,12	26,48	92,26	0,02	0,56	0,00	0,04	35,6	29,9	22,3	0,78	0,04	2,32	160211	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
Итого:			30,99	27,97	109,88	795,46	0,47	52,22	0,05	4,47	244,9	380,5	140,4	4,91	0,484	15,78		
Полдник																		
1	Ацидофилин	200	5,80	6,40	7,60	112,00	0,08	0,32	0,04	0,00	240,0	196,0	30,0	0,20	0,32	18	230101	
2	Кекс с цуккатами	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83		170603
Итого:			8,65	16,55	36,25	327,35	0,14	0,32	0,11	2,78	262,3	270,0	40,8	0,88	0,35	18,83		
Итого за день			54,25	56,77	233,60	1466,59	1,02	83,82	0,23	8,60	777,2	924,9	345,2	8,35	1,12	35,80		
День 12 (суббота)																		
Завтрак																		
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком (см. приложение №2)	150	5,46	5,07	27,69	169,20	0,60	12,00	0,00	3,00	30,0	48,0	0,0	3,36	0,45	6,75	120215	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105	
3	Булочка	50	5,70	3,10	27,40	160,50	0,09	1,60	0,01	0,50	6,2	27,9	5,4	0,41	0,02	0,87	190102	190103
4	Желе вишневое*	150	8,25	0,00	30,84	156,00	0,00	1,20	0,00	0,00	43,4	13,9	5,3	0,15	0	0	220101	220102
Итого:			19,41	8,17	95,91	525,60	0,69	14,80	0,01	3,50	96,0	89,8	14,2	3,96	0,49	8,1		
Обед																		
1	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	60	0,97	6,05	5,73	81,86	0,02	16,02	0,00	1,13	27,4	18,9	10,4	0,37	0,024	1,47	100201	
2	Солянка	200	2,40	5,60	2,60	70,40	0,04	18,38	0,08	1,42	25,1	27,5	13,2	0,50	0,03	2,9	110205	110206
3	Печень тушеная (говяжья)	80	16,48	3,84	6,80	127,68	0,14	6,17	4,01	0,71	25,7	196,0	13,3	3,96	1,12	4,54	120515	120516
4	Соус сметанный	30	0,42	1,56	2,13	24,24	0,01	0,12	0,04	0,13	26,9	20,3	3,4	0,09	0,033	1,35	140106	140107
5	Каша гречневая рассыпчатая	120	3,86	5,79	26,28	168,60	0,17	0,00	0,02	0,06	14,9	158,8	106,6	3,56	0,09	0,408	130309	130310
6	Компот из плодов сухих (курага)	200	1,24	0,08	24,12	83,62	0,02	0,96	0,00	0,00	47,6	35,0	27,2	0,78	0,04	2,32	160210	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
Итого:			29,65	24,17	97,84	703,40	0,62	41,65	4,15	4,39	232,0	477,6	187,8	10,71	1,457	15,588		
Итого в среднем за 6 дней (обед)			28,76	23,98	100,11	717,43	0,50	48,84	1,18	5,26	213,42	376,29	131,64	6,63	0,63	15,61		
Полдник																		
1	Ватрушка с джемом	50	4,00	2,75	27,30	149,95	0,05	0,31	0,01	1,25	5,7	18,6	4,9	0,31	0,015	3,28	190301	190303
2	Какао-напиток на молоке	200	6,10	6,22	19,66	158,40	0,52	29,22	0,80	0,00	49,9	0,0	0,2	0,00	0,14	7,68	160101	160102
Итого:			10,10	8,97	46,96	308,35	0,57	29,53	0,81	1,25	55,6	18,6	5,1	0,31	0,155	10,96		
Итого за день			59,16	41,31	240,71	1537,35	1,87	85,98	4,96	9,14	383,6	586,0	207,2	14,98	2,10	34,65		
День 13 (понедельник)																		
Завтрак																		
1	Каша манная молочная с яблоком	120	4,56	5,76	18,72	144,96	0,19	10,56	0,05	0,04	127,4	108,8	17,9	0,30	0,156	3,5	120216	120217
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,50	4,48	20,50	140,46	0,26	14,00	0,00	0,00	3,1	0,0	0,6	0,04	0	3,58	160104	
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	0,10	0,00	22,0	0,1	4,8	1,00	0,176	8	120304	
4	Хлеб зерновой пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,40	0,10	0,00	0,00	0,45	44,4	0,0	4,8	0,72	0,06	10	200101	
5	Фруктовый десерт (яблоко, абрикос)**	-	0,30	0,00	27,90	112,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0		
Итого:			17,08	15,35	76,22	511,42	0,58	24,56	0,15	0,49	197,0	108,9	28,2	2,06	0,39	25,08		
Обед																		
1	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,64	9,09	6,20	110,38	0,02	10,69	0,00	1,65	19,9	14,1	8,4	0,58	0,018	1,13	100504	
2	Суп картофельный с горохом	200	1,60	4,80	10,20	90,40	0,18	4,68	0,02	0,12	30,5	69,8	28,7	1,60	0,06	2,9	110307	110308
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,00	0,044	0	180601	
4	Котлеты рубленые из мяса	100	13,90	7,40	12,50	172,20	0,05	2,59	1,44	1,27	14,0	129,7	20,6	1,75	0,1	3,83	120523	120524
5	Соус томатный	30	0,18	1,32	1,98	20,52	0,09	4,50	0,11	0,00	0,0	0,0	0,0	0,00	0,09	0,39	140101	140102
6	Изделия макаронные отварные	120	3,72	3,36	36,36	200,16	0,05	0,00	0,02	0,06	4,7	28,0	6,1	0,60	0,012	1,8	130401	130402
7	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	1,40	0,00	24,00	96,00	0,21	4,00	0,06	0,70	21,0	16,0	23,0	0	0,4			
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
Итого:			26,83	27,60	129,04	875,70	0,87	26,47	1,65	4,74	175,6	278,7	102,9	6,68	0,444	13,05		

Подник																		
1	Пирожок с рисом и яйцом	50	4,10	3,90	24,10	147,90	0,05	0,24	0,01	0,41	5,6	26,7	6,3	0,36	0,025	0,00	190207 190208	190209
2	Кисель из ягод свежемороженых (брусника)	200	0,14	0,00	18,48	57,32	0,00	3,00	0,00	0,00	17,30	10,14	3,30	0,02	0	0,00	160201	
3	Творог детский	100	4,50	8,50	3,50	88,50	0,04	0,60	0,03	0,00	122,00	96,00	15,00	0,10	0,20	0,00		
	Итого:		8,74	12,40	46,08	293,72	0,09	3,84	0,04	0,41	144,9	132,8	24,6	0,48	0,225	0,00		
	Итого за день		52,65	55,35	251,34	1680,84	1,55	54,86	1,84	5,63	517,5	520,4	155,6	9,21	1,06	38,13		
День 14 (вторник)																		
Завтрак																		
1	Запеканка из творога с курагой	120	18,48	4,92	19,44	171,36	0,08	0,50	0,07	0,43	171,56	239,51	30,38	0,86	0,288	22,98	120309	120310
2	Молоко стуженное с сахаром 8,5% жирности	30	2,25	1,50	16,56	88,50	0,02	0,30	0,01	0,06	92,10	65,70	10,20	0,06	0,114	2,7	140201	
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
5	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% в порционной нарезке	20	5,20	5,22	0,00	68,80	0,006	0,16	0,046	0,1	200,0	130,0	9,0	0,16	0,06	0	100102	
6	Флоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,4	15,4	12,6	0,00	0,028	2,8	210110	
	Итого:		28,04	12,73	70,35	488,96	0,22	14,96	0,13	1,17	532,0	450,6	69,0	1,61	0,55	29,26		
Обед																		
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с растительным маслом	60	0,52	9,07	1,71	91,13	0,02	8,21	0,00	1,76	10,9	18,1	9,4	0,40	0,018	1,13	100505	
2	Суп картофельный с фрикадельками	200	6,20	10,00	11,00	158,80	0,14	10,82	0,00	0,18	19,7	124,5	33,1	3,76	0,14	39,43	110311	110312
3	Рыба (филе) припущенная	80	14,26	0,74	0,36	119,33	0,00	0,33	0,00	0,01	35,4	235,8	15,9	0,02	0,112	45,248	120405	
4	Пюре картофельное	120	1,95	8,55	11,33	130,08	0,16	21,72	0,02	0,16	10,7	58,9	22,9	0,92	0,072	6,27	130101	130102
5	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	200	0,18	0,04	18,20	55,34	0,00	3,30	0,00	0,06	16,6	6,6	7,5	0,14	0,00	2,32	160204	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
	Итого:		27,39	29,65	72,78	701,68	0,54	44,38	0,02	3,11	157,6	465,0	102,5	6,69	0,462	96,998		
Подник																		
1	Бутерброд горячий с колбасой п/к и сыром	60	8,33	16,43	11,73	195,25	0,10	15,79	0,05	0,11	146,3	70,8	8,4	1,19	0,114	0	100104	
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	160107	
3	Сахар порционный	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0		
	Итого:		8,33	16,43	21,71	266,68	0,10	15,79	0,05	0,11	151,4	70,8	9,5	1,22	0,114	0		
	Итого за день		63,76	58,82	164,84	1457,32	0,67	75,14	0,20	4,39	840,9	1089,9	180,9	9,52	1,13	126,26		
День 15 (среда)																		
Завтрак																		
1	Омлет, смешанный с ветчиной для школьного питания, запеченный	120	13,57	14,50	1,43	190,01	0,05	0,30	0,01	0,02	5,6	64,8	8,4	0,62	0	3,5	120303	
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	160107	
3	Сахар порционный	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0		
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0		
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
6	Биоюгург фруктовый	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,00	96,00	15,00	0,10	0,20			
	Итого:		20,17	26,48	30,64	471,54	0,16	0,90	0,08	0,42	163,4	162,7	27,7	1,25	0,25	3,8		
Обед																		
1	Салат из свеклы с сыром с соусом салатным	60	1,95	2,65	4,84	50,74	0,01	3,56	0,00	0,07	60,6	48,6	13,0	0,74	0,03	2,76	100404	
2	Юшка с кабачками и помидорами	200	1,20	3,40	7,80	66,60	0,08	8,92	0,02	0,34	31,30	50,24	23,24	0,82	0,06	0	110324	110325
3	Гуляш из мяса птицы	80	10,88	5,60	4,80	113,12	0,05	3,23	0,02	0,07	17,7	88,7	14,8	0,98	0,08	0	120601	120602
4	Рис отварной с зеленым горошком	120	3,15	9,87	30,41	223,08	0,02	0,00	0,06	0,12	1,7	48,6	14,9	0,42	0,018	0	130303	130304
5	Компот из плодов быстрозамороженных (клубника)	200	0,18	0,08	17,52	52,90	0,04	105,60	0,00	0,00	70,0	0,0	1,8	2,14	0,08	2,32	160205	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
8	Гемоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	2,10	3,80	12,20	91,40	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0		
	Итого:		23,74	26,64	107,74	744,84	0,43	121,32	0,10	1,54	247,7	263,8	81,8	6,66	0,428	7,68		
Подник																		
1	Брушкетта	50	4,55	1,95	22,50	127,55	0,17	0,00	1,00	0,75	74,1	0,0	8,0	1,20	0,1	0		190216
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,50	4,48	20,50	140,46	0,26	14,00	0,00	0,00	3,1	0,0	0,6	0,04	0	3,58	160104	
	Итого:		9,05	6,43	43,00	268,01	0,43	14,00	1,00	0,75	77,2	0,0	8,6	1,24	0,1	3,58		
	Итого за день		52,96	59,55	181,38	1484,38	1,01	136,22	1,18	2,72	488,3	426,5	118,1	9,16	0,78	15,06		
День 16 (четверг)																		
Завтрак																		
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	120	3,84	5,76	18,72	142,20	0,23	15,78	0,02	0,07	5,7	46,4	16,1	0,47	0,012	4,46	120211	120212
2	Какао-напиток на молоке	200	6,10	6,22	19,66	158,40	0,52	29,22	0,80	0,00	49,9	0,0	0,2	0,00	0,14	7,68	160101	160102
3	Пирожок с капустой и яйцом	50	6,30	1,30	22,50	135,10	0,06	1,46	0,01	0,86	13,0	25,1	7,1	0,41	0,025	2,1	190210 190211	190212
4	Флоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	0,00	0,045	1,4	210104	

	Итого:		16,84	13,73	76,33	506,20	0,83	53,96	0,83	1,53	97,1	95,5	41,4	0,88	0,222	15,64			
Обед																			
1	Салат из капусты краснокочанной с маслом растительным	60	0,68	6,16	5,51	80,74	0,04	35,56	0,00	1,11	44,9	27,2	13,5	0,51	0,042	1,13	100203		
2	Суп-пюре куриный	200	5,80	5,80	0,68	78,20	0,08	1,42	0,04	0,30	51,5	99,9	16,2	0,66	0,1	7,2	110407	110408	
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,00	0,044	0	180601		
4	Азу из говядины	80	11,12	5,60	3,92	110,56	0,08	1,05	0,00	1,87	23,5	157,1	25,2	2,17	0,152	2,1	120503	120504	
5	Каша гречневая рассыпчатая	120	3,86	5,79	26,28	168,60	0,17	0,00	0,02	0,06	14,9	158,8	106,6	3,56	0,09	0,408	130309	130310	
6	Компот из плодов быстрозамороженных (клюква)	200	0,12	0,04	16,70	50,04	0,00	3,30	0,00	0,00	11,5	2,4	5,1	0,16	0,00	2,32	160206		
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102		
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103		
	Итого:		26,97	25,02	90,89	674,18	0,65	41,33	0,06	4,28	231,8	466,6	182,7	8,51	0,548	15,8			
Полдник																			
1	Биойогурт фруктовый питьевой	200	5,60	5,80	21,00	158,60	0,08	1,20	0,06	0,00	244,0	192,0	30,0	0,18	0,2	9			
2	Булочка	50	5,70	3,10	27,40	160,50	0,09	1,60	0,01	0,50	6,2	27,9	5,4	0,41	0,02	0,87	190102	190103	
	Итого:		11,30	8,90	48,40	319,10	0,17	2,80	0,07	0,50	250,2	219,9	35,4	0,59	0,22	9,87			
	Итого за день		55,11	47,65	215,62	1499,48	1,65	98,09	0,96	6,31	579,2	782,1	259,4	9,98	0,99	41,30			
День 17 (пятница)																			
Завтрак																			
1	Каша пшеничная молочная с курагой	120	4,56	4,80	27,43	171,36	0,08	17,10	0,04	0,10	12,6	66,1	24,3	0,77	0,012	3,96	120218	120219	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105		
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102		
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0			
5	Желе с кусочками яблока*	150	1,80	0,00	45,27	188,25	0,00	1,20	0,00	0,00	43,4	13,9	5,3	0,15	0	0	220105	220106	
	Итого:		7,96	13,58	93,41	528,91	0,15	18,30	0,08	0,50	103,2	82,0	36,4	1,46	0,082	4,74			
Обед																			
1	Огурцы консервированные без уксуса	60	0,48	0,06	1,02	7,80	0,01	3,00	0,00	0,00	13,8	14,4	8,4	0,36	0,012	4,32	100503		
2	Борщ с капустой и картофелем	200	0,70	5,20	8,32	82,80	0,08	8,50	0,02	0,22	41,6	116,3	28,5	4,14	0,14	3,63	110101	110102	
3	Птица отварная	80	12,00	4,40	0,53	87,60	0,06	3,30	0,03	0,02	22,6	110,8	19,4	1,26	0,128	1,2	120603	120604	
4	Соус молочный	30	0,27	1,35	2,22	22,11	0,01	0,15	0,01	0,03	46,1	32,9	5,1	0,03	0,03	1,35	140104	140105	
5	Изделия макаронные отварные	120	3,72	3,36	36,36	200,16	0,05	0,00	0,02	0,06	4,7	28,0	6,1	0,60	0,012	1,8	130401	130402	
6	Кисель из ягод свежемороженых (черная смородина)	200	0,20	0,08	18,30	56,92	0,00	40,00	0,00	0,14	19,50	13,52	8,10	0,28	0	4,89	160203		
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102		
8	Булочка овсяная	40	3,76	2,32	21,08	120,24	0,16	0,01	0,00	0,68	10,2	42,2	14,6	0,98	0,08	0	190101		
	Итого:		24,23	17,83	109,13	686,83	0,50	54,97	0,08	1,75	217,7	358,1	96,6	8,61	0,482	17,79			
Полдник																			
1	Пирожок с клубничкой или Пирожок с клубничным джемом	50	4,00	2,90	26,70	148,90	0,13	0,00	0,06	0,94	27,9	104,5	14,2	0,06	0,04	0,19	190201 190202	190203	
2	Ряженка	200	5,60	8,00	8,40	128,00	0,04	0,60	0,06	0,00	248,0	184,0	28,0	0,20	0,2	0	230102		
	Итого:		9,60	10,90	35,10	276,90	0,17	0,60	0,12	0,94	275,9	288,5	42,2	0,26	0,24	0,19			
	Итого за день		41,80	42,31	237,64	1492,64	0,82	73,87	0,28	3,18	596,8	728,5	175,2	10,32	0,80	22,72			
День 18 (Суббота)																			
Завтрак																			
1	Запеканка из творога	120	18,48	4,92	19,44	171,36	0,06	0,25	0,06	0,42	155,18	220,78	25,69	0,74	0,264	22,98	120305	120306	
2	Соус молочный сладкий с ванилью	30	0,60	1,56	2,13	24,96	0,02	1,54	0,05	0,36	25,04	44,59	3,84	0,45	0,47	1,9	140108	140109	
3	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,50	4,48	20,50	140,46	0,26	14,00	0,00	0,00	3,1	0,0	0,6	0,04	0	3,58	160104		
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102		
5	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% в порционной нарезке	20	5,20	5,22	0,00	68,80	0,006	0,16	0,046	0,1	200,0	130,0	9,0	0,16	0,06	0	100102		
6	Фруктовый десерт (яблоко, банан)**	-	0,30	0,00	27,90	112,80	0	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0			
	Итого:		30,63	16,71	80,62	572,98	0,41	15,95	0,16	1,18	412,9	395,4	42,3	1,87	0,834	28,76			
Обед																			
1	Икра из варенных кабачков для детского питания промышленного производства	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,01	4,20	0,00	0,00	24,6	22,2	9,0	0,42	0,03	3,32	100502		
2	Рассольник Домашний	200	3,00	3,40	5,00	62,60	0,08	9,22	0,02	0,22	36,0	56,0	25,1	0,86	0,06	4	110203	110204	
3	Тедтели рыбные	80	14,56	1,84	1,76	81,92	0,05	0,00	0,04	0,05	0,6	0,9	0,0	0,01	1,344	0	120403		
4	Соус томатный	30	0,18	1,32	1,98	20,52	0,09	4,50	0,11	0,00	0,0	0,0	0,00	0,09	0,39		140101	140102	
5	Пюре картофельное	120	1,95	8,55	11,33	130,08	0,16	21,72	0,02	0,16	10,7	58,9	22,9	0,92	0,072	6,27	130101	130102	
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	1,40	0,00	24,00	96,00	0,21	4,00	0,06	0,70	21,0	16,0	23,0	0,7	0	0,4			
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102		
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103		
	Итого:		26,51	21,70	78,87	609,52	0,81	43,65	0,25	2,06	157,1	175,1	93,7	4,36	1,716	16,98			
Полдник																			
1	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105		
2	Кекс с шоколадом	50	2,85	10,15	28,35	216,15	0,10	0,04	0,07	1,85	26,7	43,5	3,4	0,37	0,08	0,43	170604	170605	

	Итого:		2,85	10,15	38,33	256,05	0,10	0,04	0,07	1,85	43,0	43,6	7,0	0,41	0,1	0,91			
	Итого за день		59,99	48,56	197,82	1438,55	1,32	59,64	0,47	5,09	613,1	614,1	143,0	6,65	2,65	46,65			
	Итого за 6 дней		54,38	52,04	208,11	1508,87	1,17	82,97	0,82	4,55	605,97	693,59	172,06	9,14	1,23	48,35			
День 19 (Понедельник)																			
Завтрак																			
1	Изделия колбасные вареные (сардельки) для школьного питания отварные	98	10,19	19,70	0,78	221,48	0,03	0,00	0,00	0,00	24,5	0,0	0,0	1,76	0,0882	3,5	120502		
2	Капуста тушеная	120	2,64	4,56	17,76	122,40	0,04	9,78	0,02	0,32	49,2	41,8	21,1	0,88	0,036	6,27	130201	130202	
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105		
4	Хлеб зерновой пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,40	0,10	0,00	0,00	0,45	44,4	0,0	4,8	0,72	0,06	10	200101		
5	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	0,80	0,40	8,10	47,00	0,02	180,00	0,00	0,30	40,00	34,00	25,00	0,00	0,02	2	210105		
	Итого:		16,27	25,17	45,44	481,18	0,19	189,78	0,02	1,07	174,5	75,8	54,5	3,40	0,2242	22,25			
Обед																			
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с растительным маслом	60	0,52	9,07	1,71	91,13	0,02	8,21	0,00	1,76	10,9	18,1	9,4	0,40	0,018	1,13	100505		
2	Суп-пюре овощной	200	2,40	3,20	16,80	105,60	0,08	20,14	0,02	0,22	29,9	54,2	23,5	0,74	0,08	3,25	110405	110406	
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,00	0,044	0	180601		
4	Говядина отварная	80	18,40	11,92	1,84	188,24	0,06	0,00	0,00	0,02	17,3	185,8	25,8	1,88	0,16	3,25	120509	120510	
5	Соус томатный	30	0,18	1,32	1,98	20,52	0,09	4,50	0,11	0,00	0,0	0,0	0,0	0,00	0,09	0,39	140101	140102	
6	Каша гречневая рассыпчатая	120	3,86	5,79	26,28	168,60	0,17	0,00	0,02	0,06	14,9	158,8	106,6	3,56	0,09	0,408	130309	130310	
7	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,16	0,12	16,00	46,72	0,00	2,00	0,00	0,16	15,9	6,4	6,6	0,94	0,02	2,32	160208		
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102		
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103		
	Итого:		30,91	33,05	102,41	806,85	0,70	34,85	0,15	3,17	174,3	444,4	187,8	8,98	0,622	13,348			
Полдник																			
1	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	4,95	2,65	27,50	154,00	0,17	0,00	0,00	0,75	74,1	0,0	8,0	1,20	0,1	0	190213	190214	
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	160107		
3	Сахар порционный	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0			
	Итого:		4,95	2,65	37,48	225,43	0,17	0,00	0,00	0,75	79,1	0,0	9,1	1,23	0,1	0			
	Итого за день		52,13	60,87	185,33	1513,46	1,06	224,63	0,17	4,99	427,9	520,3	251,4	13,61	0,95	35,60			
День 20 (Вторник)																			
Завтрак																			
1	Сырники	150	21,30	14,40	21,60	301,20	0,09	0,33	0,11	0,66	211,4	308,3	31,3	0,99	0,375	2,415	120313	120314	
2	Джем малиновый	20	0,12	0,00	6,60	26,88	0,01	0,07	0,01	0,30	25,4	36,3	3,9	0,12	0,25	0,48	140205		
3	Какао-напиток на молоке	200	6,10	6,22	19,66	158,40	0,52	29,22	0,80	0,00	49,9	0,0	0,2	0,00	0,14	7,68	160101	160102	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102		
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0			
	Итого:		29,12	29,40	58,59	615,88	0,69	29,62	0,96	1,36	317,6	346,5	38,6	1,61	0,815	10,875			
Обед																			
1	Салат из цветной капусты со шпинатом с соусом салатным	60	1,14	4,61	2,30	56,09	0,04	16,35	0,00	0,04	16,3	19,9	10,1	0,62	0,048	1,13	100509		
2	Суп с макаронными изделиями	200	1,60	3,00	10,00	73,40	0,04	2,46	0,02	0,10	13,4	67,4	12,2	1,62	0,04	39,43	110318	110319	
3	Шницель рубленый куриный	100	14,00	7,10	14,20	176,70	0,10	1,20	0,05	0,43	17,6	238,1	26,0	1,92	0,26	3,83	120615	120616	
4	Рагу из овощей	120	1,92	3,72	12,12	90,00	0,06	7,51	0,00	2,38	25,7	54,1	23,1	0,85	0,06	4,89	130203	130204	
5	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,16	0,16	15,80	46,72	0,26	20,30	0,10	2,08	14,7	4,4	5,4	0,90	0,26	2,32	160209		
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102		
7	Булочка овсяная	40	3,76	2,32	21,08	120,24	0,16	0,01	0,00	0,68	10,2	42,2	14,6	0,98	0,08	0	190101		
	Итого:		25,68	21,97	96,80	672,35	0,79	47,83	0,17	6,30	157,1	426,1	97,9	7,86	0,828	52,2			
Полдник																			
1	Булочка "Любимая" или Булочка с шоколадом	50	5,70	3,10	27,35	160,10	0,08	0,38	0,01	0,63	31,70	51,28	9,90	0,60	0,045	3,01	190107	190108	
2	Бийогурт фруктовый питьевой	200	5,60	5,80	21,00	158,60	0,08	1,20	0,06	0,00	244,0	192,0	30,0	0,18	0,2	9			
	Итого:		11,30	8,90	48,35	318,70	0,16	1,58	0,07	0,63	275,7	243,3	39,9	0,78	0,245	12,01			
	Итого за день		66,11	60,27	203,74	1606,93	1,64	79,04	1,20	8,29	750,4	1015,9	176,4	10,24	1,89	75,09			
День 21 (Среда)																			
Завтрак																			
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	120	3,84	5,76	18,72	142,20	0,23	15,78	0,02	0,07	5,7	46,4	16,1	0,47	0,012	4,46	120211	120212	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105		
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102		
4	Желе вишнево-ванильное*	150	1,80	11,40	43,20	282,60	0,00	1,20	0,00	0,00	43,4	13,9	5,3	0,15	0	0		220109	
	Итого:		7,19	17,69	82,55	519,30	0,30	16,98	0,02	0,37	95,1	60,3	28,1	1,14	0,072	5,24			
Обед																			
1	Винегрет овощной	60	0,94	6,11	4,02	77,54	0,04	5,25	0,00	1,11	13,1	26,9	11,0	0,46	0,024	1,82	100501		
2	Суп с рисом и говядиной	200	3,20	4,80	13,40	109,60	0,06	4,74	0,00	0,12	17,4	46,7	19,4	0,62	0,04	3,1	110301	110302	
3	Птица отварная	80	12,00	4,40	0,53	87,60	0,06	3,30	0,03	0,02	22,6	110,8	19,4	1,26	0,128	1,2	120603	120604	
4	Соус молочный	30	0,27	1,35	2,22	22,11	0,01	0,15	0,01	0,03	46,1	32,9	5,1	0,03	0,03	1,35	140104	140105	
5	Картофель отварной	120	2,51	6,16	14,45	112,08	0,12	16,45	0,02	0,18	11,2	62,4	23,0	0,92	0,072	4,89	130103	130104	

6	Компот из плодов быстрозамороженных (клубника)	200	0,18	0,08	17,52	52,90	0,04	105,60	0,00	0,00	70,0	0,0	1,8	2,14	0,08	2,32	160205	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
9	Мармелад	18	0,07	0,00	13,79	52,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0		
	Итого:		23,45	24,15	96,11	661,57	0,54	135,50	0,06	2,40	244,7	300,8	93,4	6,88	0,494	17,28		
Полдник																		
1	Кекс столичный	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83	170601	170602
2	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,36	20	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	18		
	Итого:		8,85	16,55	38,05	335,35	0,42	20,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	18,83		
	Итого за день		66,02	58,39	216,71	1516,22	1,25	172,48	0,15	5,54	362,1	435,1	132,4	8,70	0,60	41,35		
День 22 (Четверг)																		
Завтрак																		
1	Омлет с сыром запеченный	120	15,73	30,10	1,48	341,04	0,05	1,56	0,07	0,16	181,0	120,8	10,7	0,17	0,096	3,5	120302	
2	Чай с лимоном	200	0,20	0,04	10,22	42,28	0	2,86	0	0,02	15,7	7,3	6,0	0,64	0	2,13	160106	
3	Изделие деликатесное из мяса (ветчина)	30	3,00	2,40	2,70	44,40	0,00	0,00	0,00	0,00	6,6	80,4	10,5	0,78	0	0	100101	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102	
	Итого:		20,48	33,07	25,05	482,32	0,12	4,42	0,07	0,48	233,0	208,5	30,3	2,07	0,136	5,93		
Обед																		
1	Салат из морской капусты «Здоровье»	60	0,60	6,00	4,20	73,20	0,02	1,14	0,00	0,00	25,4	0,0	0,0	9,36	0,036	2,76	100206	
2	Суп-пюре из цветной капусты	200	1,60	3,20	13,20	88,00	0,08	11,08	0,02	0,28	32,2	52,4	22,0	0,96	0,06	1,56	110403	110404
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,00	0,044	0	180601	
4	Говядина тушеная с картофелем	180	25,20	5,40	25,74	252,36	0,18	7,87	0,04	0,34	39,4	254,8	54,6	3,87	0,234	3,68	120511	120512
5	Компот из плодов сухих (курага)	200	1,24	0,08	24,12	83,62	0,02	0,96	0,00	0,00	47,6	35,0	27,2	0,78	0,04	2,32	160210	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103	
	Итого:		34,03	16,31	105,06	683,22	0,58	21,05	0,06	1,56	230,2	363,4	119,8	16,42	0,534	12,92		
Полдник																		
1	Булочка	50	5,70	3,10	27,40	160,50	0,09	1,60	0,01	0,50	6,2	27,9	5,4	0,41	0,02	0,87	190102	190103
2	Кефир	200	5,60	6,40	8,20	112,00	0,08	1,20	0,04	0,00	240,0	192,0	30,0	0,20	0,2	9	230103	
	Итого:		11,30	9,50	35,60	272,50	0,17	2,80	0,05	0,50	246,2	219,9	35,4	0,61	0,22	9,87		
	Итого за день		65,81	58,87	165,70	1438,04	0,86	28,27	0,18	2,54	709,4	791,8	185,5	19,10	0,89	28,72		
День 23 (Пятница)																		
Завтрак																		
1	Запеканка из творога с яблоком	120	18,48	4,92	19,44	171,36	0,06	0,25	0,06	0,42	155,18	220,78	25,69	0,74	0,264	22,98	120311	120312
2	Молоко густое с сахаром 8,5% жирности	30	2,25	1,50	16,56	88,50	0,02	0,30	0,01	0,06	92,10	65,70	10,20	0,06	0,114	2,7	140201	
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	160107	

4	Сахар порционный	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0			
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102		
6	Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,04	0,10	1,2	1,9	0,0	0,02	0,01	0			
7	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	-	1,36	0,34	13,77	73,10	0,07	102,00	0,00	0,34	57,8	39,1	22,1	0,00	0,051	2	210102		
	Итого:		23,69	15,54	70,48	533,79	0,21	102,55	0,11	1,22	341,0	327,5	62,3	1,33	0,479	27,98			
Обед																			
1	Салат из овощей с кукурузой консервированной и соусом салатным	60	3,43	3,26	15,77	106,15	0,01	17,44	0,01	0,02	13,8	86,1	27,3	1,13	0,072	4,32	100508		
2	Уха ростовская	200	2,60	3,00	8,60	71,80	0,08	9,72	0,02	0,38	39,6	139,4	30,2	0,94	0,1	39,43	110316	110317	
3	Плов из индейки	180	14,76	8,64	42,30	306,00	0,36	3,53	2,90	1,06	64,8	368,3	88,8	4,61	0,216	0	120607	120608	
4	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,16	0,12	16,00	46,72	0,00	2,00	0,00	0,16	15,9	6,4	6,6	0,94	0,02	2,32	160208		
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102		
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103		
	Итого:		25,22	16,27	112,85	677,67	0,67	32,69	2,93	2,57	198,4	621,3	166,6	9,07	0,528	48,67			
Полдник																			
1	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	4,95	2,65	27,50	154,00	0,17	0,00	0,00	0,75	74,1	0,0	8,0	1,20	0,1	0	190213	190215	
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,84	3,36	21,42	130,20	0,4	31,34	0,02	0	125,5	90,0	15,1	0,14	0,4	0	160103		
	Итого:		8,79	6,01	48,92	284,20	0,57	31,34	0,02	0,75	199,6	90,0	23,1	1,34	0,5	0			
	Итого за день		57,70	37,82	232,25	1495,66	1,45	166,58	3,06	4,54	739,0	1038,8	252,0	11,74	1,51	76,65			
День 24 (Суббота)																			
Завтрак																			
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком (см. приложение №2)	150	5,46	5,07	27,69	169,20	0,60	12,00	0,00	3,00	30,0	48,0	0,0	3,36	0,45	6,75	120215		
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	16,3	0,0	3,6	0,04	0,02	0,48	160105		
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,55	0,53	10,65	54,60	0,07	0,00	0,00	0,30	29,6	0,0	3,2	0,48	0,04	0,3	200102		
4	Желе шоколадное*	150	1,80	11,40	43,20	282,60	0,00	1,20	0,00	0,00	43,4	13,9	5,3	0,15	0	0		220110	
	Итого:		8,81	17,00	91,52	546,30	0,67	13,20	0,00	3,30	119,4	61,9	12,0	4,03	0,51	7,53			
Обед																			
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,44	7,25	1,42	72,41	0,02	6,18	0,00	1,30	13,6	22,9	7,9	0,33	0,04	1,13	100507		
2	Суп картофельный с фасолью	200	1,40	3,60	7,40	67,60	0,08	8,48	0,02	0,22	38,2	113,9	28,2	4,12	0,14	3,63	110309	110310	
3	Сушарки из хлеба пшеничного	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,00	0,044	0	180601			
4	Капуста тушеная с колбасными изделиями	180	6,30	13,50	15,30	207,90	0,09	4,66	2,59	25,2	233,4	37,1	3,15	0,1	3,83	120517	120518		
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	1,40	0,00	24,00	96,00	0,21	4,00	0,06	0,70	21,0	16,0	23,0	0,7	0	0,4			
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,10	1,06	21,30	109,20	0,14	0,00	0,00	0,60	59,2	0,0	6,4	0,96	0,08	0,6	200102		
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17	0,19	8,88	37,80	0,08	0,01	0,00	0,34	5,1	21,1	7,3	0,49	0,04	2	200103		
8	Ирис	20	0,66	1,50	16,36	81,58	0,00	0,00	0,00	0,00	29,6	30,2	4,0	0,08	0,04	0			
	Итого:		15,59	27,48	102,27	711,53	0,68	23,33	2,67	5,44	213,1	437,5	116,2	9,83	0,484	11,59			
Полдник																			
1	Ватрушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,08	1,23	0,02	1,38	44,7	67,5	9,6	0,42	0,075	0,43	190304	190306	
2	Ацидофилин	200	5,80	6,40	7,60	112,00	0,08	0,32	0,04	0,00	240,0	196,0	30,0	0,20	0,32	18	230101		
	Итого:		12,30	10,10	30,50	262,90	0,16	1,55	0,06	1,38	284,7	263,5	39,6	0,62	0,395	18,43			
	Итого за день		36,70	54,58	224,29	1520,73	1,50	38,08	2,73	10,12	617,1	762,9	167,8	14,48	1,39	37,55			
	Итого за 24 дня		13,59	13,01	52,03	377,22	0,29	20,74	0,21	1,14	151,49	173,40	43,01	2,28	0,31	12,09			

*Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд. Возможна замена на желе или десерты в ассортименте, массой от 100 до 150 гр

**Возможна замена на десерты в ассортименте, массой от 100 до 125 гр. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.

1 неделя

Энергетическая ценность завтрак	19,04	18,55	71,96	534,41	0,36	47,81	0,10	1,61	212,48	214,94	60,03	2,51	0,40	9,52
двух разовое питание	44,20	45,00	174,59	1268,44	1,02	99,97	0,54	4,26	416,08	570,07	186,26	10,59	0,89	34,89
3 разовое питание	53,69	54,36	214,29	1547,53	1,27	112,05	0,73	5,44	549,24	675,27	206,48	11,45	1,03	39,64

2 неделя

Энергетическая ценность завтрак	17,57	15,61	73,23	516,16	0,30	17,83	0,07	1,39	216,62	203,28	54,67	2,00	0,28	4,64
двух разовое питание	46,33	39,59	173,35	1233,59	0,80	66,67	1,25	6,64	430,05	579,57	186,31	8,62	0,91	20,26
3 разовое питание	55,25	50,88	216,71	1542,72	1,20	82,87	1,74	8,56	518,06	658,97	203,95	9,46	1,05	31,11

3 неделя

Энергетическая ценность завтрак	20,12	16,43	71,26	513,33	0,39	21,44	0,24	0,88	250,94	215,84	40,81	1,52	0,39	17,88
двух разовое питание	46,06	41,17	169,34	1228,79	1,02	76,79	0,60	3,80	448,88	550,41	150,84	8,44	1,07	45,93

3 разовое питание	54,38	52,04	208,11	1508,87	1,17	82,97	0,82	4,55	605,97	693,59	172,06	9,14	1,23	48,35
4 неделя														
Энергетическая ценность завтрак	17,60	22,98	62,27	529,80	0,36	59,43	0,20	1,30	213,40	180,09	37,65	2,26	0,37	13,30
двух разовое питание	43,41	46,18	164,85	1231,99	1,02	108,64	1,21	4,87	416,37	612,35	167,93	12,10	0,95	39,30
3 разовое питание	57,41	55,13	204,67	1515,17	1,29	118,18	1,25	6,00	600,98	760,79	194,25	12,98	1,20	49,16
ЗА 4 НЕДЕЛИ СРЕДНЕЕ														
Среднее завтрак	18,58	18,39	69,68	523,42	0,35	36,62	0,15	1,29	223,36	203,54	48,29	2,07	0,36	11,34
Среднее 2х разовое	45,00	42,98	170,53	1240,70	0,97	88,02	0,90	4,89	427,84	578,10	172,84	9,94	0,96	35,10
Среднее 3х разовое	55,18	53,10	210,94	1528,57	1,23	99,02	1,13	6,14	568,56	697,15	194,18	10,75	1,13	42,07

1-4 классы

недели	дни	белки	жиры	углеводы	ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	B2	I,мкг
1 нед	1	59,64	46,00	244,85	1626,32	1,58	55,64	0,25	4,12	734,59	810,05	190,67	12,77	0,89	45,48
	2	49,44	56,08	196,22	1496,93	0,92	67,96	0,26	4,12	463,05	626,82	143,11	7,73	0,98	21,52
	3	50,96	62,43	198,62	1564,94	1,45	24,14	0,33	8,12	621,87	865,24	246,00	17,68	1,43	54,38
	4	41,15	45,88	235,45	1498,71	1,27	176,25	2,21	7,49	397,00	681,77	334,41	12,89	0,79	60,37
	5	48,13	56,28	233,01	1623,75	1,19	62,23	0,91	5,22	435,02	345,85	131,00	7,75	0,79	28,88
	6	72,79	59,49	177,58	1474,51	1,22	286,06	0,40	3,59	643,90	721,87	193,70	9,86	1,29	27,25
итого		322,11	326,15	1285,72	9285,2	7,62	672,3	4,35	32,66	3295,4	4051,6	1238,90	68,67	6,16	237,87
средняя		53,69	54,36	214,29	1547,5	1,27	112,0	0,73	5,44	549,2	675,3	206,48	11,45	1,03	39,64
норматив 70		53,90	55,30	234,50	1645,0	0,84	42,0	0,49	7,00	770,0	1155,0	175,00	8,40	0,98	70,00
норматив 60		46,20	47,40	201,00	1410,0	0,72	36,0	0,42	6,00	660,0	990,0	150,00	7,20	0,84	60,00
соотношение (по белку)		1,00	1,01	3,99						1,0	1,2				
2 нед	7	47,01	50,42	231,37	1588,72	1,04	96,39	1,58	13,43	457,15	559,80	171,15	7,81	0,61	40,58
	8	49,91	48,98	187,76	1421,26	1,03	90,50	1,06	6,03	323,08	516,52	127,31	7,14	0,58	23,93
	9	55,45	47,33	213,24	1479,37	1,12	55,93	2,20	5,77	623,51	564,69	146,05	6,43	0,77	28,31
	10	65,70	60,46	193,56	1583,03	1,08	84,58	0,38	8,39	543,89	801,92	226,83	12,04	1,13	23,38
	11	54,25	56,77	233,60	1646,59	1,02	83,82	0,23	8,60	777,15	924,86	345,17	8,35	1,12	35,80
	12	59,16	41,31	240,71	1537,35	1,87	85,98	4,96	9,14	383,59	586,03	207,17	14,98	2,10	34,65
итого		331,48	305,27	1300,24	9256,3	7,17	497,2	10,41	51,34	3108,4	3953,8	1223,68	56,75	6,32	186,65
средняя		55,25	50,88	216,71	1542,7	1,20	82,9	1,74	8,56	518,1	659,0	203,95	9,46	1,05	31,11
норматив 70		53,90	55,30	234,50	1645,0	0,84	42,0	0,49	7,00	770,0	1155,0	175,00	8,40	0,98	70,00
норматив 60		46,20	47,40	201,00	1410,0	0,72	36,0	0,42	6,00	660,0	990,0	150,00	7,20	0,84	60,00
соотношение (по белку)		1,00	0,92	3,92						1,0	1,3				
3 нед	13	52,65	55,35	251,34	1680,84	1,55	54,86	1,84	5,63	517,46	520,44	155,63	9,21	1,06	38,13
	14	63,76	58,82	164,84	1457,32	0,67	75,14	0,20	4,39	840,92	1089,93	180,93	9,52	1,13	126,26
	15	52,96	59,55	181,38	1484,38	1,01	136,22	1,18	2,72	488,29	426,51	118,11	9,16	0,78	15,06
	16	55,11	47,65	215,62	1499,48	1,65	98,09	0,96	6,31	579,20	782,07	259,43	9,98	0,99	41,30
	17	41,80	42,31	237,64	1492,64	0,82	73,87	0,28	3,18	596,79	728,54	175,21	10,32	0,80	22,72
	18	59,99	48,56	197,82	1438,55	1,32	59,64	0,47	5,09	613,14	614,07	143,03	6,65	2,65	46,65
итого		326,26	312,23	1248,64	9053,2	7,01	497,8	4,94	27,32	3635,8	4161,6	1032,33	54,84	7,41	290,12
средняя		54,38	52,04	208,11	1508,9	1,17	83,0	0,82	4,55	606,0	693,6	172,06	9,14	1,23	48,35
норматив 70		53,90	55,30	234,50	1645,0	0,84	42,0	0,49	7,00	770,0	1155,0	175,00	8,40	0,98	70,00
норматив 60		46,20	47,40	201,00	1410,0	0,72	36,0	0,42	6,00	660,0	990,0	150,00	7,20	0,84	60,00
соотношение (по белку)		1,00	0,96	3,83						1,0	1,1				
4 нед	19	52,13	60,87	185,33	1513,46	1,06	224,63	0,17	4,99	427,92	520,28	251,42	13,61	0,95	35,60
	20	66,11	60,27	203,74	1606,93	1,64	79,04	1,20	8,29	750,37	1015,95	176,37	10,24	1,89	75,09
	21	66,02	58,39	216,71	1516,22	1,25	172,48	0,15	5,54	362,07	435,14	132,37	8,70	0,60	41,35
	22	65,81	58,87	165,70	1438,04	0,86	28,27	0,18	2,54	709,40	791,76	185,51	19,10	0,89	28,72
	23	57,70	37,82	232,25	1495,66	1,45	166,58	3,06	4,54	738,96	1038,76	252,01	11,74	1,51	76,65
	24	36,70	54,58	224,29	1520,73	1,50	38,08	2,73	10,12	617,14	762,86	167,81	14,48	1,39	37,55
итого		344,47	330,80	1228,03	9091,0	7,77	709,1	7,50	36,02	3605,9	4564,7	1165,49	77,86	7,22	294,95
средняя		57,41	55,13	204,67	1515,2	1,29	118,2	1,25	6,00	601,0	760,8	194,25	12,98	1,20	49,16

норматив 70	53,90	55,30	234,50	1645,0	0,84	42,0	0,49	7,00	770,0	1155,0	175,00	8,40	0,98	70,00
норматив 60	46,20	47,40	201,00	1410,0	0,72	36,0	0,42	6,00	660,0	990,0	150,00	7,20	0,84	60,00
соотношение (по белку)	1,00	0,96	3,56						1,0	1,3				
средняя по меню	55,2	53,1	210,9	1528,6	1,2	99,0	1,1	6,1	568,6	697,2	194,2	10,8	1,1	42,1
	2,30	2,21	8,79	63,7	0,05	4,1	0,05	0,26	23,7	29,0	8,09	0,45	0,05	1,75
норматив 70	53,90	55,30	234,50	1645,0	0,84	42,0	0,49	7,00	770,0	1155,0	175,00	8,40	0,98	70,00
норматив 60	46,20	47,40	201,00	1410,0	0,72	36,0	0,42	6,00	660,0	990,0	150,00	7,20	0,84	60,00
соотношение (по белку)	1,00	0,96	3,82						1,0	1,2				

5-11 классы (завтрак+обед)

недели	дни	белки	жиры	углеводь	ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	B2	I,мкг
1 нед	1	35,43	31,00	173,71	1111,59	1,02	77,02	2,03	12,51	268,30	349,55	117,00	7,94	0,40	19,69
	2	43,33	33,52	187,48	1147,16	0,67	70,82	0,16	7,26	382,70	546,19	144,44	6,48	0,50	69,29
	3	34,28	34,71	148,13	1049,23	1,63	63,66	0,96	12,73	518,34	803,78	433,48	19,37	1,45	40,20
	4	44,57	34,66	156,60	1145,59	0,91	147,37	2,90	7,55	358,93	777,89	269,26	15,30	0,67	50,97
	5	44,15	40,14	192,11	1163,26	0,96	132,09	1,43	11,63	367,15	558,30	163,68	11,99	0,56	28,41
	6	42,15	31,10	172,70	1106,67	0,38	23,68	1,59	6,68	404,21	341,51	90,94	3,61	0,82	30,65
итого		243,91	205,14	1030,73	6723,5	5,57	514,6	9,06	58,37	2299,6	3377,2	1218,80	64,69	4,40	239,21
средняя		40,65	34,19	171,79	1120,6	0,93	85,8	1,51	9,73	383,3	562,9	203,13	10,78	0,73	39,87
норматив 60		54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50		45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел		1,00	0,84	4,23						1,0	1,5				
2 нед	7	36,13	30,63	150,68	1048,57	1,66	270,62	1,81	7,22	524,55	674,51	269,86	9,63	1,54	13,22
	8	44,85	42,90	126,71	1094,83	1,21	97,79	1,24	5,37	271,68	331,57	127,61	9,47	0,78	52,69
	9	44,16	35,95	189,28	1211,80	21,80	70,78	27,71	19,89	261,55	884,41	229,49	11,71	0,54	53,40
	10	51,19	40,50	177,66	1150,38	1,10	138,08	0,28	12,49	450,00	821,31	190,75	8,30	0,71	82,87
	11	42,89	27,34	182,60	1168,19	0,64	47,54	0,17	4,67	404,51	598,58	242,47	6,68	0,83	8,82
	12	40,33	45,32	217,45	1320,81	0,87	73,25	0,63	11,35	377,69	591,63	150,51	10,03	1,01	32,85
итого		259,56	222,64	1044,38	6994,6	27,28	698,1	31,83	61,00	2290,0	3902,0	1210,68	55,82	5,42	243,85
средняя		43,26	37,11	174,06	1165,8	4,55	116,3	5,30	10,17	381,7	650,3	201,78	9,30	0,90	40,64
норматив 60		54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50		45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел		1,00	0,86	4,02						1,0	1,7				
3 нед	13	40,25	37,77	152,55	1129,19	22,36	112,74	0,41	6,77	431,70	778,92	161,43	8,22	1,18	43,66
	14	53,55	27,24	123,43	840,39	0,67	61,20	2,24	10,65	330,19	686,59	175,20	8,65	0,96	67,49
	15	37,36	37,08	146,03	1128,65	0,73	154,82	1,49	7,62	297,73	689,09	153,27	10,86	0,76	43,57
	16	49,59	35,87	146,82	1103,17	0,99	78,98	1,83	7,11	387,08	313,46	102,30	6,99	0,51	19,16
	17	32,81	20,89	155,93	970,01	0,73	76,67	0,72	4,59	386,36	730,11	251,73	9,82	0,85	18,08
	18	50,95	33,76	192,81	1294,39	22,03	222,73	23,08	12,50	401,02	600,12	171,27	7,79	0,52	41,71
итого		264,50	192,61	917,56	6465,8	47,51	707,2	29,76	49,25	2234,1	3798,3	1015,19	52,34	4,78	233,67
средняя		44,08	32,10	152,93	1077,6	7,92	117,9	4,96	8,21	372,3	633,0	169,20	8,72	0,80	38,95
норматив 60		54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50		45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел		1,00	0,73	3,47						1,0	1,7				
4 нед	19	51,23	39,64	125,41	967,49	0,69	36,79	0,44	6,62	283,05	720,92	181,20	12,10	0,98	39,41
	20	64,27	47,85	201,77	1290,74	1,66	92,75	1,39	9,72	560,23	896,65	229,83	7,21	1,04	51,98
	21	48,25	31,82	191,84	1276,42	1,68	211,65	3,61	7,24	436,37	915,81	260,69	18,34	2,46	19,30
	22	41,53	46,00	149,90	1217,46	1,15	83,05	0,94	3,67	305,19	429,10	137,22	10,02	0,72	23,33
	23	37,94	36,84	148,63	1037,77	0,60	67,02	1,48	6,53	463,17	683,19	171,68	7,88	0,96	71,50
	24	46,42	34,20	129,18	1006,74	22,61	75,86	24,13	14,03	432,29	810,44	426,52	16,95	1,31	42,71
итого		289,64	236,35	946,71	6796,6	28,39	567,1	31,99	47,82	2480,3	4456,1	1407,12	72,50	7,46	248,23
средняя		48,27	39,39	157,79	1132,8	4,73	94,5	5,33	7,97	413,4	742,7	234,52	12,08	1,24	41,37

норматив 60	54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50	45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел	1,00	0,82	3,27						1,0	1,8				
средняя по меню	1057,61	856,73	3939,38	26980,5	108,76	2487,0	102,64	216,43	9304,0	15533,6	4851,79	245,35	22,06	964,96
	44,07	35,70	164,14	1124,2	4,53	103,6	4,28	9,02	387,7	647,2	202,16	10,22	0,92	40,21
норматив 60	54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50	45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел	1,00	0,81	3,72						1,0	1,7				

5-11 классы (завтрак+обед)

недели	дни	белки	жиры	углеводь	ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	B1	I,мкг
1 нед	1	41,66	32,30	174,14	1137,00	0,87	74,85	0,07	3,56	261,69	350,68	135,72	5,94	0,55	
	2	56,43	27,85	154,93	1071,28	0,88	46,17	5,02	8,64	324,14	789,75	225,76	15,82	2,12	16,27
	3	31,75	36,50	169,79	1121,95	1,08	80,39	1,77	5,32	560,67	770,78	125,99	5,37	0,70	30,62
	4	49,97	30,28	142,83	1096,79	0,83	157,89	0,39	10,21	549,57	628,22	142,46	12,16	0,69	24,34
	5	35,79	34,61	174,67	1202,67	0,72	125,52	1,33	2,97	357,61	573,95	188,48	11,26	0,71	44,16
	6	34,18	48,00	159,22	1084,35	0,82	69,58	0,17	14,17	518,93	695,79	141,71	14,07	0,55	31,45
итого		249,79	209,52	975,57	6714,0	5,20	554,4	8,74	44,86	2572,6	3809,2	960,12	64,62	5,32	146,840
средняя		41,63	34,92	162,59	1119,0	0,87	92,4	1,46	7,48	428,8	634,9	160,02	10,77	0,89	24,473
норматив 60		54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50		45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел		1,00	1,03	4,35						1,0	1,5				
2 нед	7	35,78	36,67	169,74	1177,75	1,14	272,50	1,54	8,57	496,47	544,41	105,56	6,66	0,87	27,67
	8	49,11	40,17	138,49	1154,09	0,92	81,27	0,88	4,74	264,61	101,65	69,35	3,08	0,41	17,87
	9	31,82	34,48	144,25	947,84	21,75	39,01	26,22	8,53	250,12	652,49	275,73	12,35	0,55	17,38
	10	58,21	44,85	173,85	1237,54	0,88	102,37	0,27	8,02	446,07	755,48	146,36	12,25	0,74	15,86
	11	31,76	18,77	173,92	1002,75	0,64	28,66	2,17	4,52	436,38	720,60	259,74	10,27	0,77	14,62
	12	45,77	32,30	168,00	1124,54	1,41	126,62	3,76	14,85	541,56	1023,54	165,37	17,77	2,32	76,09
итого		252,44	207,23	968,24	6644,5	26,74	650,4	34,83	49,23	2435,2	3798,2	1022,12	62,38	5,64	169,490
средняя		42,07	34,54	161,37	1107,4	4,46	108,4	5,81	8,20	405,9	633,0	170,35	10,40	0,94	28,248
норматив 60		54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50		45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел		1,00	1,03	4,35						1,0	1,5				
3 нед	13	46,85	54,78	133,78	1201,70	22,21	51,54	24,46	12,15	362,11	645,72	160,60	11,16	0,61	24,94
	14	43,36	29,64	141,25	1018,88	0,77	25,06	1,84	14,37	332,53	590,28	129,79	8,31	0,85	33,53
	15	43,21	53,40	133,75	1188,46	0,76	151,74	2,55	7,99	533,12	658,27	140,58	10,08	0,87	46,30
	16	47,50	41,67	183,52	1198,70	1,07	121,49	1,86	19,40	560,37	759,05	430,39	17,91	0,99	17,68
	17	34,16	29,63	165,58	1118,83	0,49	60,83	0,25	2,12	385,93	644,09	148,42	10,23	0,79	8,80
	18	49,47	34,93	159,64	1184,22	22,35	269,26	24,29	21,29	440,12	882,63	449,94	17,40	0,81	57,45
итого		264,55	244,04	917,52	6910,8	47,66	679,9	55,26	77,32	2614,2	4180,0	1459,72	75,08	4,91	188,700
средняя		44,09	40,67	152,92	1151,8	7,94	113,3	9,21	12,89	435,7	696,7	243,29	12,51	0,82	31,450
норматив 60		54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50		45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел		1,00	1,03	4,35						1,0	1,5				
4 нед	19	29,33	39,06	106,03	957,92	0,84	39,08	0,12	2,09	252,91	431,28	126,11	12,25	0,65	19,18
	20	58,32	51,47	215,86	1137,26	1,03	84,50	1,13	6,90	521,42	778,66	224,11	7,32	1,07	45,05
	21	55,32	31,55	166,22	1148,43	1,21	173,11	1,73	8,56	364,64	417,18	119,16	8,72	0,82	14,51
	22	58,02	42,64	189,90	1274,02	1,37	103,68	2,15	16,55	489,93	897,74	185,31	12,87	0,68	75,03
	23	35,69	34,30	142,72	1026,98	0,62	62,40	2,14	5,11	424,31	590,42	131,79	5,44	0,65	50,87
	24	58,70	37,66	144,13	1133,20	22,09	47,36	24,24	6,86	434,41	634,93	158,46	13,69	0,77	29,11
итого		295,37	236,67	964,87	6677,8	27,17	510,1	31,49	46,07	2487,6	3750,2	944,93	60,28	4,63	233,75
средняя		49,23	39,45	160,81	1113,0	4,53	85,0	5,25	7,68	414,6	625,0	157,49	10,05	0,77	38,96

норматив 60	54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50	45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел	1,00	1,03	4,35						1,0	1,5				
средняя по меню	1062,15	897,47	3826,19	26947,2	106,77	2394,9	130,33	217,47	10109,6	15537,6	4386,89	262,36	20,51	738,78
	44,26	37,39	159,42	1122,8	4,45	99,8	5,43	9,06	421,2	647,4	182,79	10,93	0,85	30,78
норматив 60	54,00	55,20	229,80	1627,8	0,84	42,0	0,54	7,20	720,0	1080,0	180,00	10,20	1,12	84,00
норматив 50	45,00	46,00	191,50	1356,5	0,70	35,0	0,45	6,00	600,0	900,0	150,00	8,50	0,96	72,00
соотношение (по бел	1,00	0,84	3,60						1,0	1,5				