



УТВЕРЖДЕНО

ООО «Кари»

Директор  
ООО «Кари»

С.А. Мурашко

РОССИЯ  
г. Иркутск

09

2021 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор  
ГОКУ СКШ № 11  
г. Иркутска

И.Н. Лаврова

10

2021 г.

## ПРОЕКТ МЕНЮ ПО ГОКУ СКШ № 11 Г. ИРКУТСКА

Осень, Зима – 2021 г., Весна – 2022 г.

для детей возрастной группы 7-11 лет

Меню

Возрастная категория: 7-11 лет

День 1. Неделя 1.

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	3	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/15	35,02	0,38	0,5	7,25	0,1	0,06	0,05	0	0,0	11	19	6,0	0,11	25	0,000	0,001	0,080
		Сыр твердый	1/10	68,80	3,8	3,8	4,85	0,7	0	0,03	45	0,8	88	69	4,4	0,08	9	0,000	0,001	0,000
	311	Каша манная молочная	1/150	135,41	3,5	5,57	17,82	1,2	0	0,15	45	0,7	12	78	16,5	0,4	39	0,000	0,000	0,000
	693	Какао с молоком	1/200	127,80	4,9	5	15,8	1,3	0,1	0,03	48	0,5	86	0	0,0	0	0	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,03	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		Фрукт (яблоко)	1/100	40,80	0,4	0	9,8	10,0	0,03	0,02	0	0,0	16	11	7,0	1,2	128	0,000	0,003	0,520
		<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>483,07</b>	<b>15,16</b>	<b>16,27</b>	<b>69,00</b>	<b>13,36</b>	<b>0,22</b>	<b>0,30</b>	<b>138</b>	<b>2,00</b>	<b>221</b>	<b>216</b>	<b>50,1</b>	<b>1,79</b>	<b>222</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>
	<b>НОРМА Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>471,80</b>	<b>15,40</b>	<b>15,80</b>	<b>67,00</b>	<b>12,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>140</b>	<b>2,0</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>50,0</b>	<b>2,40</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>	
Завтрак2																				
		<b>Итого Завтрак 2:</b>		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	0,0	0,00	0	0,000	0,000	0,000	
		<b>Норма Завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>117,95</b>	<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>3,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>35</b>	<b>0,5</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>12,5</b>	<b>0,60</b>	<b>55</b>	<b>0,005</b>	<b>0,002</b>	<b>0,150</b>
	<b>Итого за Завтрак 1 и 2:</b>		<b>483,07</b>	<b>15,16</b>	<b>16,27</b>	<b>69</b>	<b>13,36</b>	<b>0,22</b>	<b>0,3</b>	<b>137,9</b>	<b>2</b>	<b>221,4</b>	<b>215,9</b>	<b>50,1</b>	<b>1,79</b>	<b>222</b>	<b>0,02</b>	<b>0,006</b>	<b>0,6</b>	
	<b>НОРМА Завтрак 1 и 2:</b>	<b>700</b>	<b>589,75</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>15</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>2,5</b>	<b>275</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,008</b>	<b>0,75</b>	
Обед	ПВ	Икра кабачковая	1/60	54,12	0,84	3,24	5,4	9,0	0,03	0,04	44	0,8	32	19	10,4	0,5	64	0,003	0,000	0,300
	139	Суп картофельный с боб	1/200	84,96	3,5	3,44	10	4,8	0,05	0,2	16	0,4	49	204	11,0	0,2	82	0,013	0,001	0,500
	451	Котлеты из говядины	1/90	157,57	12,8	9,41	5,42	0,9	0	0,1	152	3,9	186	81	9,0	0,8	71	0,020	0,000	0,000
	508	Каша гречневая	1/150	203,37	4,85	8,05	27,88	0,0	0	0	0	0,4	14	70	31,0	0,8	88	0,000	0,002	0,700
	639	Компот из с/ф	1/200	125,84	0,06	0	31,4	2,4	0,02	0,02	60	0,0	44	12	12,0	0,2	52	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб ржаной	1/25	58,31	0,63	0,83	12,08	0,1	0,1	0,08	0	0,0	19	31	10,0	0,7	42	0,000	0,007	0,013
		<b>Итого за Обед:</b>	<b>775</b>	<b>809,23</b>	<b>26,31</b>	<b>27,27</b>	<b>114,64</b>	<b>17,3</b>	<b>0,4</b>	<b>0,47</b>	<b>272</b>	<b>5,5</b>	<b>405,8</b>	<b>481</b>	<b>103</b>	<b>5</b>	<b>433,7</b>	<b>0,036</b>	<b>0,011</b>	<b>1,513</b>
	<b>НОРМА Обед:</b>	<b>700</b>	<b>825,65</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>21,0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>3,5</b>	<b>385</b>	<b>385</b>	<b>87,5</b>	<b>4,20</b>	<b>385</b>	<b>0,035</b>	<b>0,011</b>	<b>1,050</b>	
Полдник	ПВ	Сок фруктовый	1/200	86,60	1	0,2	20,2	12,0	0,01	0,01	0	0,0	7	7	4,0	0,14	40	0,001	0,001	0,000
	806	Коржик молочный	1/100	272,50	10,5	12,1	30,4	0,1	0,2	0,2	76	0,0	144	64	20,0	0,5	75	0,010	0,004	0,000
		<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>359,10</b>	<b>11,50</b>	<b>12,30</b>	<b>50,60</b>	<b>12,10</b>	<b>0,21</b>	<b>0,21</b>	<b>76</b>	<b>0,00</b>	<b>151</b>	<b>71</b>	<b>24,0</b>	<b>0,64</b>	<b>115</b>	<b>0,011</b>	<b>0,005</b>	<b>0,000</b>
	<b>НОРМА Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>353,85</b>	<b>11,55</b>	<b>11,85</b>	<b>50,25</b>	<b>9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,21</b>	<b>105</b>	<b>1,5</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>37,5</b>	<b>1,8</b>	<b>165</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,450</b>	
	<b>Итого за Обед и Полдник:</b>	<b>1075</b>	<b>1168,33</b>	<b>37,81</b>	<b>39,57</b>	<b>165,24</b>	<b>29,40</b>	<b>0,61</b>	<b>0,68</b>	<b>348</b>	<b>5,50</b>	<b>557</b>	<b>552</b>	<b>127</b>	<b>5,64</b>	<b>549</b>	<b>0,047</b>	<b>0,016</b>	<b>1,513</b>	
	<b>НОРМА Обед и Полдник:</b>	<b>1000</b>	<b>1179,50</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>350</b>	<b>5</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>125</b>	<b>6</b>	<b>550</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,500</b>	



Меню

День 2. Неделя 1.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/30	70,04	0,76	1	14,5	0,1	0,1	0,1	0	0,0	22	38	12,0	0,84	50	0,000	0,001	0,160	
	337 Яйцо вареное	1/40	63,00	5,1	4,6	0,3	0,0	0,03	0,02	105	2,2	25	78	5,0	1	57	0,000	0,005	0,500	
	160 Суп мол. с макарон изд	1/200	188,30	6,09	7,54	24,02	8,8	0,03	0,09	37	0,0	135	60	12,0	0,4	56	0,000	0,000	0,000	
	630 Чай с молоком	1/200	84,00	1,6	1,6	15,8	0,6	0,01	0,04	0	0,0	33	6	6,0	0,4	24	0,000	0,000	0,000	
	ПВ Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000	
	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>480,58</b>	<b>15,73</b>	<b>16,14</b>	<b>68,10</b>	<b>9,56</b>	<b>0,24</b>	<b>0,27</b>	<b>142</b>	<b>2,20</b>	<b>223</b>	<b>221</b>	<b>51,2</b>	<b>2,64</b>	<b>208</b>	<b>0,020</b>	<b>0,007</b>	<b>0,660</b>	
<b>НОРМА Завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>471,80</b>	<b>15,40</b>	<b>15,80</b>	<b>67,00</b>	<b>12,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>140</b>	<b>2,0</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>50,0</b>	<b>2,40</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>	
Завтрак2	<b>Итого Завтрак 2:</b>		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	0,0	0,00	0	0,000	0,000	0,000		
	<b>Норма Завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>117,95</b>	<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>3,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>35</b>	<b>0,5</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>12,5</b>	<b>0,60</b>	<b>55</b>	<b>0,005</b>	<b>0,002</b>	<b>0,150</b>	
	<b>Итого за Завтрак 1 и 2:</b>		<b>480,58</b>	<b>15,73</b>	<b>16,14</b>	<b>68,1</b>	<b>9,56</b>	<b>0,24</b>	<b>0,27</b>	<b>142</b>	<b>2,2</b>	<b>223</b>	<b>220,7</b>	<b>51,19</b>	<b>2,64</b>	<b>208</b>	<b>0,02</b>	<b>0,007</b>	<b>0,66</b>	
<b>НОРМА Завтрак 1 и 2:</b>		<b>700</b>	<b>589,75</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>15</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>2,5</b>	<b>275</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,008</b>	<b>0,75</b>	
Обед	17 Салат из св капусты сперцем,огурцом	1/60	34,32	1,32	0,24	6,72	6,4	0,01	0,01	12	0,0	22	11	5,8	0,2	54	0,002	0,000	0,600	
	116 Борщ с фасолью картофель	1/200	131,52	4,96	4,48	17,84	6,6	0,11	0,1	32	1,6	143	94	22,0	0,4	86	0,038	0,000	0,500	
	492 Плов из птицы	1/240	321,13	15,6	15,25	30,37	4,5	0,05	0,02	36	2,2	163	173	19,2	0,89	113	0,000	0,001	0,000	
	648 Кисель 10 витаминов	1/200	122,40	0	0	30,6	5,8	0,12	0,21	82	0,4	12	6	2,0	0,2	22	0,000	0,000	0,000	
	ПВ Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000	
	ПВ Хлеб ржаной	1/25	58,31	0,63	0,83	12,08	0,1	0,1	0,08	0	0,0	19	31	10,0	0,7	42	0,000	0,007	0,013	
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>775</b>	<b>792,74</b>	<b>26,14</b>	<b>23,10</b>	<b>120,07</b>	<b>23,45</b>	<b>0,59</b>	<b>0,45</b>	<b>162</b>	<b>4,20</b>	<b>420</b>	<b>379</b>	<b>79</b>	<b>4,19</b>	<b>351</b>	<b>0,040</b>	<b>0,009</b>	<b>1,113</b>	
<b>НОРМА Обед:</b>		<b>700</b>	<b>825,65</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>21,0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>3,5</b>	<b>385</b>	<b>385</b>	<b>87,5</b>	<b>4,20</b>	<b>385</b>	<b>0,035</b>	<b>0,011</b>	<b>1,050</b>	
Полдник	ПВ Молоко 2,5 %	1/200	105,00	5,60	5,00	9,40	0,4	0	0,04	56	0,0	60	58	18,2	0	60	0,009	0,005	0,007	
	318 Пудинг манный	1/80	222,32	4,80	5,84	37,64	1,2	0	0,15	25	0,3	53	112	20,5	0,21	85	0,001	0,001	0,460	
	596 Соус молочный сладкий	1/20	27,88	0,84	1,16	3,52	2,4	0,01	0,03	50	0,1	25	19	3,8	0,1	39	0,001	0,000	0,003	
	<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>355,20</b>	<b>11,24</b>	<b>12,00</b>	<b>50,56</b>	<b>4,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,22</b>	<b>131</b>	<b>0,40</b>	<b>138</b>	<b>189</b>	<b>43</b>	<b>0,31</b>	<b>184</b>	<b>0,011</b>	<b>0,006</b>	<b>0,470</b>	
<b>НОРМА Полдник:</b>		<b>300</b>	<b>353,85</b>	<b>11,55</b>	<b>11,85</b>	<b>50,25</b>	<b>9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,21</b>	<b>105</b>	<b>1,5</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>37,5</b>	<b>1,8</b>	<b>165</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,450</b>	
<b>Итого за Обед и Полдник:</b>		<b>1075</b>	<b>1147,94</b>	<b>37,38</b>	<b>35,10</b>	<b>170,63</b>	<b>27,45</b>	<b>0,60</b>	<b>0,67</b>	<b>293</b>	<b>4,60</b>	<b>558</b>	<b>568</b>	<b>121</b>	<b>4,50</b>	<b>535</b>	<b>0,051</b>	<b>0,015</b>	<b>1,583</b>	
<b>НОРМА Обед и Полдник:</b>		<b>1000</b>	<b>1179,5</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>350</b>	<b>5</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>125</b>	<b>6</b>	<b>550</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,500</b>	



Меню

День 3. Неделя 1.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	3	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/30	70,04	0,76	1	14,5	0,1	0,1	0,1	0	0,0	22	38	12,0	0,84	50	0,000	0,001	0,160
		Сыр твердый	1/10	68,80	3,8	3,8	4,85	0,7	0	0,03	21	0,8	88	69	4,4	0,08	9	0,000	0,001	0,000
	311	Каша Дружба молочная	1/200	188,16	4,74	9	22,05	3,5	0,04	0,08	87	1,7	45	41	11,0	0,4	73	0,000	0,001	0,260
	686	Чай с лимоном	1/200	0,80	0,2	0	0	6,4	0,01	0,03	13	0,1	20	8	1,0	0,16	25	0,000	0,000	0,145
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		Фрукт	1/70	65,88	3,4	0,2	12,62	0,1	0,02	0,02	0	0,0	38	25	5,3	1,1	42	0,000	0,001	0,000
		Итого за Завтрак:	540	468,92	15,08	15,40	67,50	10,86	0,24	0,28	120	2,60	221	220	49,9	2,58	220	0,020	0,005	0,565
	НОРМА Завтрак:	500	471,80	15,40	15,80	67,00	12,0	0,24	0,28	140	2,0	220	220	50,0	2,40	220	0,020	0,006	0,600	
Завтрак2		Итого Завтрак 2:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	0,0	0,00	0	0,000	0,000	0,000	
		Норма Завтрак 2:	200	117,95	3,85	3,95	16,75	3,0	0,06	0,07	35	0,5	55	55	12,5	0,60	55	0,005	0,002	0,150
		Итого за Завтрак 1 и 2:		468,92	15,08	15,4	67,5	10,86	0,24	0,28	120,2	2,6	220,5	220,1	49,85	2,58	220,2	0,02	0,005	0,565
	НОРМА Завтрак 1 и 2:	700	589,75	19,25	19,75	83,75	15	0,3	0,35	175	2,5	275	275	62,5	3	275	0,025	0,008	0,75	
Обед	3076	Салат "Зайчик"	1/60	111,60	2	6,4	11,5	0,7	0,1	0,1	40	0,0	47	36	27,0	0,9	72	0,000	0,002	0,900
	132	Рассольник Ленинградс	1/200	106,16	4,78	3,92	12,94	0,4	0,03	0,02	110	1,3	7	25	7,0	0,3	102	0,050	0,001	0,630
	462	Тефтели в соусе	1/100	139,84	10,95	7,84	6,37	0,0	0,01	0,15	0	2,0	35	109	15,0	0,03	55	0,000	0,000	0,000
	534	Капуста тушеная	1/150	161,30	3,75	6,9	21,05	14,2	0	0,2	138	0,4	41	32	16,0	0,5	117	0,000	0,001	0,000
	638	Компот из изюма	1/200	111,20	0,4	0	27,4	13,0	0,01	0,01	10	0,0	18	9	3,0	0,4	23	0,000	0,000	0,000
		Итого за Обед:	785	813,47	26,14	28,19	113,8	28,5	0,45	0,59	298	3,7	229	306	98	4,63	445,5	0,05	0,012	1,543
	НОРМА Обед:	700	825,65	26,95	27,65	117,25	21,0	0,42	0,49	245	3,5	385	385	87,5	4,20	385	0,035	0,011	1,050	
Полдник	685	Чай с сахаром	1/200	62,00	0,3	0	15,2	1,8	0	0	0	0,0	1	31	0,0	0	12	0,000	0,000	0,000
	766	Бу теброд горячий: булочка	1/75	185,68	4,92	6	28	0,1	0,15	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	71	0,000	0,001	0,000
	3	Сыр твердый	1/25	114,61	6,33	6,33	8,08	0,0	0	0,08	53	2,0	248	173	11,0	0,2	23	0,000	0,001	0,000
		Итого за Полдник:	1/300	362,29	11,55	12,33	51,28	1,90	0,15	0,11	52,50	2,00	311,00	267,50	31,00	2,00	105,50	0,000	0,002	0,000
	НОРМА Полдник:	300	353,85	11,55	11,85	50,25	9	0,18	0,21	105	1,5	165	165	37,5	1,8	165	0,015	0,005	0,450	
	Итого за Обед и Полдник:	1115	1175,76	37,69	40,52	165,08	30,40	0,60	0,70	351	5,70	540	574	129	6,63	551	0,050	0,014	1,543	
	НОРМА Обед и Полдник:	3	1179,50	38,5	39,5	167,5	30	0,6	0,7	350	5	550	550	125	6	550	0,050	0,015	1,500	



Меню

День 4. Неделя 1.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	1	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/15	35,02	0,38	0,5	7,25	0,1	0,06	0,05	0	0,0	11	19	6,0	0,42	25	0,000	0,001	0,080
		Масло сливочное	1/10	74,98	0,01	8,3	0,06	0,0	0,001	0,012	45	0,2	2	3	0,0	0,02	3	0,000	0,003	0,280
	725	Вареники с картофелем	1/185	212,11	11,64	5,95	28	8,2	0,05	0,19	75	1,6	62	139	10,8	0,8	147	0,000	0,000	0,200
	101	Кукуруза отв конс	1/60	16,84	0,66	0,12	3,28	8,2	0	0,01	25	0,0	126	12	10,0	0,6	0	0,000	0,000	0,000
	685	Чай с сахаром	1/200	64,00	0,2	0	15,8	0,1	0,06	0	0	0,0	11	8	6,0	0,8	25	0,000	0,001	0,080
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		Итого за Завтрак:	500	478,19	15,07	16,27	67,87	16,68	0,24	0,28	145	1,80	221	220	49,0	2,64	221	0,020	0,006	0,640
	НОРМА Завтрак:	500	471,80	15,40	15,80	67,00	12,0	0,24	0,28	140	2,0	220	220	50,0	2,40	220	0,020	0,006	0,600	
Завтрак2		Итого Завтрак 2:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	0,0	0,00	0	0,000	0,000	0,000	
		Норма Завтрак 2:	200	117,95	3,85	3,95	16,75	3,0	0,06	0,07	35	0,5	55	55	12,5	0,60	55	0,005	0,002	0,150
		Итого за Завтрак 1 и 2:		478,19	15,07	16,27	67,87	16,68	0,241	0,282	145	1,8	221	219,5	49	2,64	220,8	0,02	0,006	0,640
	НОРМА Завтрак 1 и 2:	700	589,75	19,25	19,75	83,75	15	0,3	0,35	175	2,5	275	275	62,5	3	275	0,025	0,008	0,75	
Обед	576	Огурец св (нарезка порц)	1/60	6,78	0,42	0,06	1,14	2,5	0,01	0,01	3	0,0	6	11	3,5	0,15	35	0,001	0,000	0,004
	138	Суп картоф с рисом	1/200	110,17	3,86	6,01	10,16	4,8	0,1	0,1	48	0,4	59	151	23,0	1,2	83	0,027	0,001	0,500
	390	Котлета Любительская	1/90	213,93	12,96	11,93	13,68	2,4	0,03	0,30	152	5,5	69	81	10,0	0,1	48	0,019	0,001	0,000
	520	Картофельное пюре	1/150	165,30	4,05	5,7	24,45	13,7	0,08	0	42	0,9	15	45	16,2	0,67	80	0,000	0,000	0,960
	639	Компот из с/ф	1/200	128,00	0,6	0	31,4	0,4	0	0,01	10	0,0	126	40	10,0	0,6	32	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000
		Итого за Обед:	775	807,55	26,15	26,83	115,37	23,95	0,52	0,53	255	6,80	356	423	93	5,22	354	0,047	0,010	1,477
	НОРМА Обед:	700	825,65	26,95	27,65	117,25	21,0	0,42	0,49	245	3,5	385	385	87,5	4,20	385	0,035	0,011	1,050	
Полдник	692	Кофейный напиток	1/200	149,20	2,5	3,6	26,7	0,0	0	0	0	0,0	8	6	6,0	0,2	35	0,000	0,000	0,000
	366	Запеканка из творога	1/80	160,44	9,28	8,6	11,48	0,5	0,1	0,2	40	0,5	99	110	20,0	0,65	124	0,003	0,004	0,032
	619	Соус абрикосовый	1/20	42,84	0,12	0	10,59	4,8	0,01	0,03	54	0,1	25	19	3,8	0,1	39	0,001	0,001	0,003
		Итого за Полдник:	300	352,48	11,90	12,20	48,77	5,28	0,11	0,23	94,00	0,60	132,00	134,50	29,80	0,95	197,70	0,004	0,005	0,035
	НОРМА Полдник:	300	353,85	11,55	11,85	50,25	9	0,18	0,21	105	1,5	165	165	37,5	1,8	165	0,015	0,005	0,450	
	Итого за Обед и Полдник:	1075	1160,03	38,05	39,03	164,14	29,23	0,63	0,76	349	7,40	488	557	123	6,17	552	0,051	0,015	1,512	
	НОРМА Обед и Полдник:	1000	1179,50	38,5	39,5	167,5	30	0,6	0,7	350	5	550	550	125	6	550	0,050	0,015	1,500	



Меню

День 5. Неделя 1.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	3	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/30	35,02	0,38	0,5	7,25	0,1	0,1	0,1	0	0,0	22	38	12,0	0,84	50	0,000	0,001	0,160
		Сыр твердый	1/20	121,02	6,5	6,5	9,13	0,0	0,1	0,05	53	0,8	118	82	11,0	0,2	23	0,000	0,001	0,000
	311	Каша ячневая молочная	1/200	173,22	5,89	6,1	23,69	9,2	0	0,03	86	1,4	60	47	3,0	0,51	97	0,000	0,000	0,225
	684	Чай без сахара	1/200	0,80	0,2	0	0	0,0	0,01	0,03	0	0,0	12	8	6,0	0,16	24	0,000	0,000	0,145
	ПВ	Конфета шоколадная	1/20	58,85	0,63	0,89	12,08	0,1	0	0,05	0	0,0	1	6	1,0	0,42	6	0,000	0,002	0,080
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>464,15</b>	<b>15,78</b>	<b>15,39</b>	<b>65,63</b>	<b>9,42</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>139</b>	<b>2,20</b>	<b>221</b>	<b>220</b>	<b>49,2</b>	<b>2,13</b>	<b>221</b>	<b>0,020</b>	<b>0,005</b>	<b>0,610</b>
	<b>НОРМА Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>471,80</b>	<b>15,40</b>	<b>15,80</b>	<b>67,00</b>	<b>12,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>140</b>	<b>2,0</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>50,0</b>	<b>2,40</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>	
Завтрак2																				
		<b>Итого Завтрак 2:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
		<b>Норма Завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>117,95</b>	<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>3,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>35</b>	<b>0,5</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>12,5</b>	<b>0,60</b>	<b>55</b>	<b>0,005</b>	<b>0,002</b>	<b>0,150</b>
	<b>Итого за Завтрак 1 и 2:</b>		<b>464,15</b>	<b>15,78</b>	<b>15,39</b>	<b>65,63</b>	<b>9,42</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>138,5</b>	<b>2,2</b>	<b>221</b>	<b>219,7</b>	<b>49,2</b>	<b>2,13</b>	<b>221,1</b>	<b>0,02</b>	<b>0,005</b>	<b>0,61</b>	
	<b>НОРМА Завтрак 1 и 2:</b>	<b>700</b>	<b>589,75</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>15</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>2,5</b>	<b>275</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,008</b>	<b>0,75</b>	
Обед	554	Зеленый горошек	1/60	42,96	2,64	0,24	7,56	0,4	0,04	0,04	7	0,0	5	17	4,3	0,4	23	0,000	0,000	0,000
	135	Суп из овощей	1/200	140,88	5,84	6,4	14,98	1,3	0,02	0,3	70	0,4	0	112	25,2	0,16	55	0,003	0	0,3
	487	Птица отварная	1/90	186,30	7,71	9,3	17,94	1,9	0,04	0,1	75	2,2	6	74	12,0	0,5	44	0,040	0,000	0,000
	516	Макаронные изд отв	1/150	152,12	6,32	7,6	14,61	2,0	0,01	0,01	68	0,4	221	71	14,0	0,17	96	0,001	0,001	0,987
	705	Напиток из шиповника	1/200	96,00	0,4	0	23,6	12,0	0,01	0,01	0	0,0	7	7	4,0	1,4	40	0,001	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб ржаной	1/25	58,31	0,63	0,83	12,08	0,1	0,1	0,08	0	0,0	19	31	10,0	0,7	42	0,000	0,007	0,013
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>775</b>	<b>801,63</b>	<b>27,17</b>	<b>26,67</b>	<b>113,23</b>	<b>17,8</b>	<b>0,42</b>	<b>0,57</b>	<b>220</b>	<b>3,0</b>	<b>320</b>	<b>376</b>	<b>89,5</b>	<b>5,13</b>	<b>335</b>	<b>0,042</b>	<b>0,010</b>	<b>1,300</b>	
	<b>НОРМА Обед:</b>	<b>700</b>	<b>825,65</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>21,0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>3,5</b>	<b>385</b>	<b>385</b>	<b>87,5</b>	<b>4,20</b>	<b>385</b>	<b>0,035</b>	<b>0,011</b>	<b>1,050</b>	
Полдник	ПВ	Йогурт (био)	1/180	91,20	3,8	3	12,25	2,0	0,04	0,01	98	0,8	136	86	6,0	0,13	66	0,011	0,000	0,250
	ПВ	Баранка Яичная	1/50	217,70	7,5	8,5	27,8	0,1	0,1	0,03	35	0,5	62	64	20,0	0,7	35	0,000	0,003	0,000
		Фрукт (мандарин)	1/70	42,04	0,57	0,28	9,31	18,0	0,07	0	24	0,0	26	14	8,4	0,14	116	0,000	0,001	0,000
		<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>350,94</b>	<b>11,87</b>	<b>11,78</b>	<b>49,36</b>	<b>20,10</b>	<b>0,21</b>	<b>0,04</b>	<b>157,00</b>	<b>1,30</b>	<b>224,00</b>	<b>164,00</b>	<b>34,40</b>	<b>0,97</b>	<b>217,00</b>	<b>0,011</b>	<b>0,004</b>	<b>0,250</b>
	<b>НОРМА Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>353,85</b>	<b>11,55</b>	<b>11,85</b>	<b>50,25</b>	<b>9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,21</b>	<b>105</b>	<b>1,5</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>37,5</b>	<b>1,8</b>	<b>165</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,450</b>	
	<b>Итого за Обед и Полдник:</b>	<b>1075</b>	<b>1152,57</b>	<b>39,04</b>	<b>38,45</b>	<b>162,59</b>	<b>37,90</b>	<b>0,63</b>	<b>0,61</b>	<b>377</b>	<b>4,30</b>	<b>544</b>	<b>540</b>	<b>124</b>	<b>6,10</b>	<b>552</b>	<b>0,053</b>	<b>0,014</b>	<b>1,550</b>	
	<b>НОРМА Обед и Полдник:</b>	<b>1000</b>	<b>1179,50</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>350</b>	<b>5</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>125</b>	<b>6</b>	<b>550</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,500</b>	



Меню

День 6. Неделя 2.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества						Витамины и минеральные вещества, мг/сут										
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	1	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/15	35,02	0,38	0,5	7,25	0,1	0,06	0,05	0	0,0	11	19	6,0	0,42	25	0,000	0,001	0,080
		Масло сливочное	1/10	74,98	0,01	8,3	0,06	0,0	0,001	0,012	45	0,1	2	3	0,0	0,02	3	0,000	0,002	0,000
	311	Каша пшеничная молочная	1/150	130,29	10,31	3,13	15,22	3,3	0	0,17	45	0,3	28	132	6,5	0,15	15	0,000	0,000	0,000
	692	Кофейный напиток	1/200	124,74	2,5	2,5	23,06	2,0	0,1	0,01	48	1,6	155	6	14,0	0,2	15	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,03	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	43	0,020	0,001	0,000
		Фрукт (яблоко)	1/100	40,80	0,4	0	9,8	10,0	0,03	0,02	0	0,0	16	11	7,0	1,2	128	0,000	0,003	0,520
		<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>481,07</b>	<b>15,78</b>	<b>15,83</b>	<b>68,87</b>	<b>15,41</b>	<b>0,22</b>	<b>0,28</b>	<b>138</b>	<b>2,03</b>	<b>221</b>	<b>210</b>	<b>49,7</b>	<b>1,99</b>	<b>229</b>	<b>0,020</b>	<b>0,007</b>	<b>0,600</b>
	<b>НОРМА Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>471,80</b>	<b>15,40</b>	<b>15,80</b>	<b>67,00</b>	<b>12,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>140</b>	<b>2,0</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>50,0</b>	<b>2,40</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>	
Завтрак 2																				
		<b>Итого Завтрак 2:</b>		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	0,0	0,00	0	0,000	0,000	0,000	
		<b>Норма Завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>117,95</b>	<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>3,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>35</b>	<b>0,5</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>12,5</b>	<b>0,60</b>	<b>55</b>	<b>0,005</b>	<b>0,002</b>	<b>0,150</b>
	<b>Итого за Завтрак 1 и 2:</b>		<b>481,07</b>	<b>15,78</b>	<b>15,83</b>	<b>68,87</b>	<b>8,45</b>	<b>0,221</b>	<b>0,282</b>	<b>137,9</b>	<b>2,03</b>	<b>220,7</b>	<b>209,5</b>	<b>49,7</b>	<b>1,99</b>	<b>229</b>	<b>0,02</b>	<b>0,007</b>	<b>0,6</b>	
	<b>НОРМА Завтрак 1 и 2:</b>	<b>700</b>	<b>589,75</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>15</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>2,5</b>	<b>275</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,008</b>	<b>0,75</b>	
Обед	576	Огурец консервир.	1/60	6,78	0,42	0,06	1,14	6,0	0,02	0,02	6	0,0	14	25	8,4	0,36	85	0,002	0,001	0,100
	148	Суп -лапша домашняя	1/200	96,16	2,74	2	16,8	2,8	0,02	0,03	88	0,5	65	66	5	0,1	55	0,022	0	0,8
	439	Печень, тушенная в соусе	1/90	240,42	16,29	15,94	7,95	0,8	0,001	0,2	180	2,1	158	158	30,0	0,8	64	0,010	0,000	0,487
	508	Каша "Забава"	1/150	186,30	4,05	5,7	29,7	0,0	0	0	0	0,4	87	70	15,0	0,5	88	0,010	0,002	0,360
	648	Кисель 10 витаминов	1/200	122,40	0	0	30,6	5,8	0,12	0,21	82	0,4	12	6	2,0	0,2	22	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб ржаной	1/25	56,31	0,88	0,88	12,08	0,1	0,1	0,08	0	0,0	10	31	10,0	0,7	42	0,000	0,007	0,013
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>775</b>	<b>835,43</b>	<b>27,76</b>	<b>26,83</b>	<b>120,73</b>	<b>15,55</b>	<b>0,461</b>	<b>0,57</b>	<b>356,2</b>	<b>3,41</b>	<b>416,6</b>	<b>420,2</b>	<b>90,4</b>	<b>4,46</b>	<b>390</b>	<b>0,044</b>	<b>0,011</b>	<b>1,760</b>	
	<b>НОРМА Обед:</b>	<b>700</b>	<b>825,65</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>21,0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>3,5</b>	<b>385</b>	<b>385</b>	<b>87,5</b>	<b>4,20</b>	<b>385</b>	<b>0,035</b>	<b>0,011</b>	<b>1,050</b>	
Полдник	ПВ	Сок фруктовый	1/200	86,80	1	0,2	20,2	12,0	0,01	0,01	0	0,0	7	7	4,0	1,4	40	0,001	0,001	0,000
	769	Булочка домашняя	1/100	270,50	10,5	11,7	30,8	0,2	0,14	0,06	0	0,7	124	128	33,0	0,5	120	0,000	0,004	0,013
		<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>357,10</b>	<b>11,50</b>	<b>11,90</b>	<b>51,00</b>	<b>12,20</b>	<b>0,15</b>	<b>0,07</b>	<b>0</b>	<b>0,70</b>	<b>131</b>	<b>135</b>	<b>37,0</b>	<b>1,90</b>	<b>160</b>	<b>0,001</b>	<b>0,005</b>	<b>0,013</b>
	<b>НОРМА Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>353,85</b>	<b>11,55</b>	<b>11,85</b>	<b>50,25</b>	<b>9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,21</b>	<b>105</b>	<b>1,5</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>37,5</b>	<b>1,8</b>	<b>165</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,450</b>	
	<b>Итого за Обед и Полдник:</b>	<b>1075</b>	<b>1192,53</b>	<b>39,26</b>	<b>38,73</b>	<b>171,73</b>	<b>27,75</b>	<b>0,61</b>	<b>0,64</b>	<b>356</b>	<b>4,11</b>	<b>548</b>	<b>555</b>	<b>127</b>	<b>6,36</b>	<b>550,0</b>	<b>0,045</b>	<b>0,016</b>	<b>1,773</b>	
	<b>НОРМА Обед и Полдник:</b>	<b>1000</b>	<b>1179,50</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>350</b>	<b>5</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>125</b>	<b>6</b>	<b>550</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,500</b>	



Меню

Возрастная категория: 7-11 лет

День 7. Неделя 2.

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак		Бутерброд: Хлеб ржаной	1/30	35,02	0,38	0,5	7,25	0,1	0,1	0,1	0	0,0	22	38	12,0	0,84	50	0,000	0,001	0,160
	337	Яйцо вареное	1/40	63,00	5,1	4,6	0,3	0,0	0,03	0,02	105	2,2	25	78	5,0	1	57	0,000	0,005	0,500
	160	Суп мол. с вермишелью	1/200	209,46	6,09	7,54	29,31	8,7	0,03	0,09	37	0,0	132	60	11,0	0,4	56	0,000	0,000	0,000
	630	Чай с молоком сахаром	1/200	84,00	1,6	1,6	15,8	0,6	0,01	0,04	0	0,0	33	6	6,0	0,4	24	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		Итого за Завтрак:	500	466,72	15,35	15,64	66,14	9,44	0,24	0,27	142	2,20	220	221	50,2	2,64	208	0,020	0,007	0,660
	НОРМА Завтрак:	500	471,80	15,40	15,80	67,00	12,0	0,24	0,28	140	2,0	220	220	50,0	2,40	220	0,020	0,006	0,600	
Завтрак2		Итого Завтрак 2:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	0,0	0,00	0	0,000	0,000	0,000	
		Норма Завтрак 2:	200	117,95	3,85	3,95	16,75	3,0	0,06	0,07	35	0,5	55	55	12,5	0,60	55	0,005	0,002	0,150
		Итого за Завтрак 1 и 2:	500	466,72	15,35	15,64	66,14	9,44	0,24	0,27	142	2,2	220	220,7	50,19	2,64	208	0,02	0,007	0,66
	НОРМА Завтрак 1 и 2:	700	589,75	19,25	19,75	83,75	15	0,3	0,35	175	2,5	275	275	62,5	3	275	0,025	0,008	0,75	
Обед	40	Салат Витаминный	1/60	51,60	0,9	2,4	6,6	15,3	0,01	0,02	52	0,0	56	38	9,6	0,4	90	0,004	0,000	0,160
	124	Щи с картоф.капустой	1/200	85,76	1,6	4,16	10,48	4,8	0,2	0,2	15	0,5	5	54	21,0	1,2	50	0,005	0,000	0,500
	436	Жаркое по домашнему	1/240	396,38	19,8	18,78	37,04	1,1	0,055	0,24	100	3,0	146	135	15,0	0,72	102	0,020	0,001	0,000
	638	Компот из кураги	1/200	131,20	1,2	0	31,6	4,0	0	0,01	76	0,0	82	40	10,0	0,6	56	0,000	0,000	0,300
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб ржаной	1/95	59,24	0,63	0,83	12,08	0,1	0,1	0,08	0	0,0	19	31	10,0	0,7	42	0,000	0,007	0,013
	Итого за Обед:	775	848,31	27,76	28,47	120,26	25,4	0,565	0,58	243	3,5	369,8	362	65,0	3,42	374,5	0,025	0,005	0,678	
	НОРМА Обед:	700	825,65	26,95	27,65	117,25	21,0	0,42	0,49	245	3,5	385	385	87,5	4,20	385	0,035	0,011	1,050	
Полдник	ПВ	Молоко 2,5 %	1/200	105,00	5,60	5,00	9,40	0,4	0	0,04	56	0,0	60	58	18,2	0	60	0,009	0,005	0,007
	314	Запеканка рисовая	1/80	189,70	5,80	6,50	27,00	1,2	0	0,15	25	0,4	93	112	16,5	0,21	85	0,011	0,000	0,460
	622	Соус яблочный	1/20	56,00	0,00	0,00	14,00	2,4	0,01	0,03	26	0,1	25	19	3,8	0,1	39	0,001	0,001	0,003
		Итого за Полдник:	300	350,70	11,40	11,50	50,40	4,00	0,01	0,22	106,90	0,50	178,00	188,50	38,50	0,31	183,70	0,021	0,006	0,470
	НОРМА Полдник:	300	353,85	11,55	11,85	50,25	9	0,18	0,21	105	1,5	165	165	37,5	1,8	165	0,015	0,005	0,450	
	Итого за Обед и Полдник:	1075	1199,01	39,16	39,97	170,66	29,40	0,58	0,80	350	4,00	548	551	124	5,73	558	0,050	0,015	1,443	
	НОРМА Обед и Полдник:	1000	1179,50	38,5	39,5	167,5	30	0,6	0,7	350	5	550	550	125	6	550	0,050	0,015	1,500	



Меню

День 8. Неделя 2.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	3	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/30	35,02	0,38	0,5	7,25	0,1	0,1	0,1	0	0,0	22	38	12,0	0,84	50	0,000	0,001	0,160
		Сыр твердый	1/10	68,80	3,8	3,8	4,85	0,7	0	0,03	21	0,8	88	69	4,4	0,08	9	0,000	0,001	0,000
	311	Каша Геркулес молочная	1/200	159,50	7,27	5,14	21,04	3,2	0,04	0,08	87	1,8	38	40	11,0	0,4	73	0,000	0,001	0,250
	686	Чай с лимоном	1/200	0,80	0,2	0	0	6,4	0,01	0,03	13	0,0	20	8	1,0	0,16	25	0,000	0,000	0,145
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		Кондитерск изд	1/30	135,07	1,4	5,39	20,24	0,1	0,02	0,02	0	0,0	38	25	5,3	1,1	42	0,000	0,001	0,000
		<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>474,43</b>	<b>15,23</b>	<b>16,23</b>	<b>66,86</b>	<b>10,56</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>120</b>	<b>2,60</b>	<b>214</b>	<b>219</b>	<b>49,9</b>	<b>2,58</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,005</b>	<b>0,555</b>
	<b>НОРМА Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>471,80</b>	<b>15,40</b>	<b>15,80</b>	<b>67,00</b>	<b>12,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>140</b>	<b>2,0</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>50,0</b>	<b>2,40</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>	
Завтрак 2																				
		<b>Итого Завтрак 2:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
		<b>Норма Завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>117,95</b>	<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>3,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>35</b>	<b>0,5</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>12,5</b>	<b>0,60</b>	<b>55</b>	<b>0,005</b>	<b>0,002</b>	<b>0,150</b>
	<b>Итого за Завтрак 1 и 2:</b>		<b>474,43</b>	<b>15,23</b>	<b>16,23</b>	<b>66,86</b>	<b>10,56</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>120,2</b>	<b>2,6</b>	<b>213,5</b>	<b>219,1</b>	<b>49,85</b>	<b>2,58</b>	<b>220,2</b>	<b>0,02</b>	<b>0,005</b>	<b>0,555</b>	
	<b>НОРМА Завтрак 1 и 2:</b>	<b>700</b>	<b>589,75</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>15</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>2,5</b>	<b>275</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,008</b>	<b>0,75</b>	
Обед	71	Винегрет овощной	1/60	63,48	0,78	4,44	5,1	3,4	0	0	24	1,5	56	38	13,0	0,06	36	0,009	0,001	0,200
	157	Солянка домашняя	1/200	136,64	3,96	4,96	19,04	13,2	0,05	0,05	78	0,4	58	45	5,0	0,04	52	0,015	0,000	0,200
	374	Рыба, тушеная в томате	1/90	152,64	12,51	9,8	3,6	0,0	0,1	0,03	166	2,7	154	137	11,0	1,5	75	0,020	0,003	0,000
	512	Рис припущенный	1/150	166,75	5,25	6,15	22,6	0,0	0	0	0	0,4	18	58	18,0	0,75	44	0,000	0,002	0,500
	631	Компот из свежих яблок	1/200	144,00	0,2	0	35,8	3,6	0,02	0,04	0	0,0	20	12	10,0	0,4	90	0,000	0,000	0,000
		<b>Итого за Обед:</b>	<b>775</b>	<b>846,88</b>	<b>26,96</b>	<b>28,48</b>	<b>120,68</b>	<b>20,4</b>	<b>0,47</b>	<b>0,23</b>	<b>268</b>	<b>5</b>	<b>386,8</b>	<b>385</b>	<b>87</b>	<b>5,25</b>	<b>373,5</b>	<b>0,044</b>	<b>0,014</b>	<b>0,913</b>
	<b>НОРМА Обед:</b>	<b>700</b>	<b>825,65</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>21,0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>3,5</b>	<b>385</b>	<b>385</b>	<b>87,5</b>	<b>4,20</b>	<b>385</b>	<b>0,035</b>	<b>0,011</b>	<b>1,050</b>	
Полдник	ПВ	Кисломолочный напиток	1/200	147,40	5,60	5,00	20,00	0,40	0,00	0,40	56	0,0	120	120	22,0	0	40	0,009	0,000	0,270
	ПВ	Печенье сахарное	1/30	156,33	5,20	5,85	20,72	0,1	0,1	0,08	0	0,0	39	31	10,0	0,7	21	0,000	0,000	0,130
		Фрукт (мандарин)	1/70	42,04	0,57	0,28	9,31	18,0	0,07	0	24	0,0	26	14	8,4	0,14	116	0,000	0,001	0,000
		<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>345,77</b>	<b>11,37</b>	<b>11,13</b>	<b>50,03</b>	<b>18,50</b>	<b>0,17</b>	<b>0,48</b>	<b>80,00</b>	<b>0,00</b>	<b>185,00</b>	<b>165,00</b>	<b>40,40</b>	<b>0,84</b>	<b>177,00</b>	<b>0,009</b>	<b>0,001</b>	<b>0,400</b>
	<b>НОРМА Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>353,85</b>	<b>11,55</b>	<b>11,85</b>	<b>50,25</b>	<b>9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,21</b>	<b>105</b>	<b>1,5</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>37,5</b>	<b>1,8</b>	<b>165</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,450</b>	
	<b>Итого за Обед и Полдник:</b>	<b>1075</b>	<b>1192,65</b>	<b>38,33</b>	<b>39,61</b>	<b>170,71</b>	<b>38,90</b>	<b>0,64</b>	<b>0,71</b>	<b>348</b>	<b>5,00</b>	<b>572</b>	<b>550</b>	<b>127</b>	<b>6,09</b>	<b>551</b>	<b>0,053</b>	<b>0,015</b>	<b>1,313</b>	
	<b>НОРМА Обед и Полдник:</b>	<b>1000</b>	<b>1179,50</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>350</b>	<b>5</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>125</b>	<b>6</b>	<b>550</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,500</b>	



Меню

День 9. Неделя 2.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	1	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/15	35,02	0,38	0,5	7,25	0,1	0,06	0,05	0	0,0	11	19	6,0	0,42	25	0,000	0,001	0,080
		Масло сливочное	1/10	74,98	0,01	8,3	0,06	0,0	0,001	0,012	45	0,1	2	3	0,0	0,02	3	0,000	0,003	0,280
	333	Макароны с сыром	1/150	194,15	9,19	2,83	32,98	3,2	0,05	0,1	90	0,8	161	160	19,8	1,45	95	0,000	0,000	0,086
	ПВ	Йогурт порционный	1/100	83,10	3,9	2,5	11,25	10,5	0	0,1	46	0,0	24	2	4,0	0	58	0,000	0,000	0,000
	684	Чай без сахара	1/200	0,80	0,2	0	0	0,1	0,06	0	0	0,0	11	8	6,0	0,8	25	0,000	0,001	0,080
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>463,29</b>	<b>15,86</b>	<b>15,53</b>	<b>65,02</b>	<b>13,92</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>181</b>	<b>0,90</b>	<b>218</b>	<b>231</b>	<b>52,0</b>	<b>2,69</b>	<b>227</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,526</b>
	<b>НОРМА Завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>471,80</b>	<b>15,40</b>	<b>15,80</b>	<b>67,00</b>	<b>12,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>140</b>	<b>2,0</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>50,0</b>	<b>2,40</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>	
Завтрак2																				
		<b>Итого Завтрак 2:</b>		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	18,2	0,00	0	0,000	0,000	0,000	
		<b>Норма Завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>117,95</b>	<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>3,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>35</b>	<b>0,5</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>12,5</b>	<b>0,60</b>	<b>55</b>	<b>0,005</b>	<b>0,002</b>	<b>0,150</b>
	<b>Итого за Завтрак 1 и 2:</b>		<b>463,29</b>	<b>15,86</b>	<b>15,53</b>	<b>65,02</b>	<b>13,92</b>	<b>0,241</b>	<b>0,282</b>	<b>181</b>	<b>0,9</b>	<b>218</b>	<b>230,5</b>	<b>70,2</b>	<b>2,69</b>	<b>226,8</b>	<b>0,02</b>	<b>0,006</b>	<b>0,526</b>	
	<b>НОРМА Завтрак 1 и 2:</b>	<b>700</b>	<b>589,75</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>15</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>2,5</b>	<b>275</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,008</b>	<b>0,75</b>	
Обед	576	Помидор ( нарезка порц)	1/60	12,84	0,66	0,12	2,28	6,0	0,02	0,02	3	0,0	6	11	1,5	0,15	35	0,001	0,001	0,004
	138	Суп рыбный	1/200	183,00	5,43	9,08	19,89	7,0	0,03	0,11	68	0,2	85	90	34,2	0,8	109	0,028	0,001	0,250
	499	Котлета куриная	1/90	164,70	12,24	7,74	11,52	1,0	0,01	0,10	120	2,5	70	86	11,0	1	48	0,018	0,003	0,000
	508	Каша гречневая	1/150	203,37	4,85	8,05	27,88	0,2	0,01	0	0	1,5	110	90	12,5	0,7	123	0,000	0,000	0,970
	705	Напиток из шиповника	1/200	96,00	0,4	0	23,6	10,5	0	0,1	86	0,0	24	2	4,0	0,6	25	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб ржаной	1/25	58,31	0,63	0,83	12,08	0,1	0,1	0,08	0	0,0	19	31	10,0	0,7	42	0,000	0,007	0,013
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>775</b>	<b>843,28</b>	<b>27,84</b>	<b>28,12</b>	<b>119,71</b>	<b>24,9</b>	<b>0,37</b>	<b>0,44</b>	<b>277</b>	<b>4,2</b>	<b>375,8</b>	<b>374</b>	<b>93,2</b>	<b>5,75</b>	<b>416,5</b>	<b>0,047</b>	<b>0,013</b>	<b>1,237</b>	
	<b>НОРМА Обед:</b>	<b>700</b>	<b>825,65</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>21,0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>3,5</b>	<b>385</b>	<b>385</b>	<b>87,5</b>	<b>4,20</b>	<b>385</b>	<b>0,035</b>	<b>0,011</b>	<b>1,050</b>	
Полдник	693	Какао с молоком	1/200	127,80	4,9	5	15,8	1,3	0,1	0,03	45	0,5	15	0	0,0	0	0,000	0,000	0,000	
	362	Пудинг творожный со сущ м	1/80/20	229,89	6,73	6,57	35,96	0,5	0,1	0,2	55	0,3	120	166	29,0	0,65	124	0,003	0,002	0,320
		<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>357,69</b>	<b>11,63</b>	<b>11,57</b>	<b>51,76</b>	<b>1,78</b>	<b>0,20</b>	<b>0,23</b>	<b>100</b>	<b>0,79</b>	<b>135</b>	<b>166</b>	<b>29,0</b>	<b>0,65</b>	<b>124</b>	<b>0,003</b>	<b>0,002</b>	<b>0,320</b>
		<b>НОРМА Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>353,85</b>	<b>11,55</b>	<b>11,85</b>	<b>50,25</b>	<b>9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,21</b>	<b>105</b>	<b>1,5</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>37,5</b>	<b>1,8</b>	<b>165</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,450</b>
	<b>Итого за Обед и Полдник:</b>	<b>1075</b>	<b>1200,97</b>	<b>39,47</b>	<b>39,69</b>	<b>171,47</b>	<b>26,68</b>	<b>0,57</b>	<b>0,67</b>	<b>377</b>	<b>4,99</b>	<b>511</b>	<b>540</b>	<b>122</b>	<b>6,40</b>	<b>541</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,557</b>	
	<b>НОРМА Обед и Полдник:</b>	<b>1000</b>	<b>1179,50</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>350</b>	<b>5</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>125</b>	<b>6</b>	<b>550</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,500</b>	



Меню

День 10. Неделя 2.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. цен., ккал	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества, мг/сут													
				Б	Ж	У	С	В1	В2	А, мкг	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
Завтрак	3	Бутерброд: Хлеб ржаной	1/30	70,04	0,76	1	14,5	0,1	0,1	0,1	0	0,0	22	38	12,0	0,84	50	0,000	0,001	0,160
		Сыр твердый	1/20	121,02	6,5	6,5	9,13	0,2	0,01	0,07	93	0,3	120	125	11,0	0,5	89	0,000	0,000	0,000
	311	Каша рисовая молочная	1/200	127,04	3,84	4,4	18,02	2,0	0,01	0,05	42	1,2	7	14	7,5	0,39	40	0,000	0,001	0,464
	630	Чай с молоком	1/200	32,00	1,6	1,6	2,8	0,6	0,01	0,04	0	0,0	33	6	6,0	0	24	0,000	0,000	0,000
	ПВ	Мармелад	1/20	32,24	0,08	0,4	7,08	8,0	0,11	0,02	0	0,0	38	39	12,3	0,4	21	0,000	0,004	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/30	75,24	2,18	1,4	13,48	0,1	0,07	0,02	0	0,0	8	39	16,2	0	21	0,020	0,001	0,000
		<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>457,58</b>	<b>14,96</b>	<b>15,3</b>	<b>65,01</b>	<b>10,86</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>135</b>	<b>1,47</b>	<b>220</b>	<b>222</b>	<b>48,8</b>	<b>2,13</b>	<b>224</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,624</b>
	<b>НОРМА Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>471,80</b>	<b>15,40</b>	<b>15,80</b>	<b>67,00</b>	<b>12,0</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>140</b>	<b>2,0</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>50,0</b>	<b>2,40</b>	<b>220</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,600</b>	
Завтрак2																				
		<b>Итого Завтрак 2:</b>		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0	0	0,0	0,00	0	0,000	0,000	0,000	
		<b>Норма Завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>117,95</b>	<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>3,0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>35</b>	<b>0,5</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>12,5</b>	<b>0,60</b>	<b>55</b>	<b>0,005</b>	<b>0,002</b>	<b>0,150</b>
	<b>Итого за Завтрак 1 и 2:</b>	<b>0</b>	<b>457,58</b>	<b>3,95</b>	<b>15,30</b>	<b>65,01</b>	<b>10,86</b>	<b>0,24</b>	<b>0,28</b>	<b>135,00</b>	<b>1,47</b>	<b>219,50</b>	<b>221,70</b>	<b>48,79</b>	<b>2,13</b>	<b>224,00</b>	<b>0,020</b>	<b>0,006</b>	<b>0,624</b>	
	<b>НОРМА Завтрак 1 и 2:</b>	<b>700</b>	<b>589,75</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>15</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>2,5</b>	<b>275</b>	<b>275</b>	<b>62,5</b>	<b>3</b>	<b>275</b>	<b>0,025</b>	<b>0,008</b>	<b>0,75</b>	
Обед	91	Салат "Фасолька"	1/60	122,30	2,14	6,74	13,27	4,4	0	0,01	24	0,0	6	21	7,8	0,2	43	0,000	0,001	0,100
	110	Борщ с картоф. капустой	1/200	91,96	2,18	4,84	9,92	5,0	0,1	0,2	138	0,5	125	232	31,0	0,4	50	0,000	0,004	1,000
	719	Пельмени отварные	1/240	283,59	17,8	12,79	24,32	11,0	0,09	0,24	154	3,2	197	8	27,0	0,68	272	0,050	0,000	0,000
	638	Компот из чернослива	1/200	118,40	0,6	0	29	2,0	0,01	0,01	0	0,0	7	7	4,0	1,4	40	0,001	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб пшеничный	1/50	125,06	3,63	2,3	22,46	0,1	0,2	0,03	0	0,0	62	64	20,0	1,8	35	0,000	0,001	0,000
	ПВ	Хлеб ржаной	1/25	58,31	0,63	0,83	12,08	0,1	0,1	0,08	0	0,0	19	31	10,0	0,7	42	0,000	0,007	0,013
		<b>Итого за Обед:</b>	<b>775</b>	<b>799,62</b>	<b>26,98</b>	<b>27,5</b>	<b>111,05</b>	<b>22,59</b>	<b>0,5</b>	<b>0,57</b>	<b>316</b>	<b>3,7</b>	<b>416</b>	<b>363</b>	<b>99,8</b>	<b>5,18</b>	<b>482</b>	<b>0,051</b>	<b>0,014</b>	<b>1,113</b>
	<b>НОРМА Обед:</b>	<b>700</b>	<b>825,65</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>21,0</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>3,5</b>	<b>385</b>	<b>385</b>	<b>87,5</b>	<b>4,20</b>	<b>385</b>	<b>0,035</b>	<b>0,011</b>	<b>1,050</b>	
685	Чай с сахаром	1/200	62,00	0,3	0	15,2	0,3	0,01	0,04	35	0,0	75	25	6,0	0,4	24	0,000	0,000	0,000	
Полдник	747	Котлета в тесте	1/100	302,01	11,53	12,21	36,5	0,0	0,02	0,15	0	0,7	65	159	20,0	0,8	55	0,000	0,001	0,100
		<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>364,01</b>	<b>11,83</b>	<b>12,21</b>	<b>51,70</b>	<b>0,30</b>	<b>0,03</b>	<b>0,19</b>	<b>35</b>	<b>0,70</b>	<b>140</b>	<b>184</b>	<b>26,0</b>	<b>1,20</b>	<b>79</b>	<b>0,000</b>	<b>0,001</b>	<b>0,100</b>
		<b>НОРМА Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>353,85</b>	<b>11,55</b>	<b>11,85</b>	<b>50,25</b>	<b>9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,21</b>	<b>105</b>	<b>1,5</b>	<b>165</b>	<b>165</b>	<b>37,5</b>	<b>1,8</b>	<b>165</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,450</b>
	<b>Итого за Обед и Полдник:</b>	<b>1075</b>	<b>1163,63</b>	<b>38,81</b>	<b>39,71</b>	<b>162,75</b>	<b>22,89</b>	<b>0,53</b>	<b>0,76</b>	<b>351,00</b>	<b>4,40</b>	<b>556,00</b>	<b>547,00</b>	<b>125,80</b>	<b>6,38</b>	<b>561,00</b>	<b>0,051</b>	<b>0,015</b>	<b>1,213</b>	
	<b>НОРМА Обед и Полдник:</b>	<b>1000</b>	<b>1179,50</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>350</b>	<b>5</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>125</b>	<b>6</b>	<b>550</b>	<b>0,050</b>	<b>0,015</b>	<b>1,500</b>	