СОГЛАСОВАНО:
Образовательное учреждение:
Ф.И.О. Руководителя:
Подпись руководителя:
МИЗ ДОКУМЕНТОВ

УТВЕРЖДАЮ: Исполнительный директор Автономной некомлерческой организации «Комбикат социального питания» Ш.С.Нагучева

## Основное (организованное) двухнедельное цикличное меню (сезон:зима 2024г) для организации питания учащихся возрастной категории 7-11 лет, ОВЗ, инвалиды в общеобразовательных учреждениях (завтрак, обед, полдник)

Общеобразовательные упрежления: МВОУ томназия №1, МБОУ СОШ № 2, МБОУ СОШ № 3, МБОУ СОШ № 4,МАОУ СОШ №5, МБОУ СОШ № 6 МБОУ СОШ № 10, МАОУ СОШ № 11, МБОУ СОШ № 12, МБОУ СОШ № 14 МБОУ СОШ № 14 МБОУ СОШ № 15, МБОУ СОШ № 14, МБОУ СОШ № 19, МБОУ СОШ № 20, МБОУ ООШ № 22 МБОУ СОШ №23, МБОУ СОШ №23, МБОУ СОШ №25, МБОУ ООШ №25, МБОУ СОШ №25, МБОУ СОШ № 26, МБОУ СОШ № 26 МБОУ СОШ № 26 МБОУ СОШ № 27 МБОУ СОШ № 27 МБОУ СОШ № 28, МБОУ СОШ № 38, МБОУ СОШ № 38, МБОУ СОШ № 39.

30.09.2024 МО Туапсинский район

							T	T	Т		_					
	Прием пищи	рецептуры*	Наименование блюда	а порции, г	Пищева	я ценность,	г	Энергетическая ценность, ккал		Вит	амины	ř	Mı	инеральные в	ещества,мг/	сут
TIE III		×.		Масса	белок	жир	тлеводы	Энерг	А,рет.экв /сут	В1,мг/сут	82,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
неді		// ДЕНЬ	: 1					-						F.		
6	евых	ГП	0 7 6 1											-		
%5	юй потребн бления пищ веществ)	TTKN26	Сыр Дружба 1 шт	17,5	1,50	4,90	0,56	52,85	0,00	0,00	0,00	0.00	0,00	0,00	0,00	0,00
K (2	HIN 1	ГП	Блинчики со сгущенным молоком 130/20 Батон пшеничный	150	9,10	8,35	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	118.29	35,94	151,22	1,57
E E	суточной пот потребления вещест	,		30	3,30	1,31	24,60	117,90	0,00	0,05	0,00	0,00	8,55	3,90	0,00	0,54
3ar	Tpe	261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,85	1,26	2,52	
	± 5 €	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00						0,21
			всего (норма — не менее 500г).	577.5	-,	0,10	7,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
			итог	О ЗАВТРАК	19,96	21,13	86,59	588.80	0.00	0,22	1/1/					
) <b>2</b>	ии					21,13	1 00,57	300,00	0,00	0,22	14,16	2,17	376,69	48,10	171,74	3,32
сугочной	потребления веществ	54-213	Кукуруза консервированная	60	1,20	0,20	6,10	31,30	0,72	0,01	0.00		T T		т —	
0	ебле еств		7 Суп-лапша с курицей 200/25	225	4,42	6,90	37,78	135,09	97,60	0,01	0,02	1,15	22,00	6,80	21,00	0,19
5	d iii	184**	Котлеты домашние 85/5	90	12,00	21.28	10,57	282,00	38,40	0,16	0,03	0,40	22,84	8,54	30,08	0,52
		210**	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	136,5	23,80	0,14	0,11	0,60	14,36	18,84	129,38	3,24
%	TH CE	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0.00	0,05	0,03	18,17 0,00	36,98	27,75	86,60	1,01
35	потребности пищевы	ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0.00	0,00	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
Ä,	E 60	241**	Компот из смеси сухофруктов	180	0,59	0,09	28,80	118,80	0,00	0,00	0,02	0,65	8,00	5,60	26,00	0,44
Обед(	ğ. π	ГП	Вафли «золотце моё»	15	1,80	0,30	14,55						29,23	15,71	21,10	0,61
)	음		всего(норма -не менее 700г)	790	1,00	0,30	14,33	55,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				ого обед	28,07	34,29	149,42	903,97	160,52	0.41	0.00				•	
						51,27	177,72	703,77	100,32	0,41	0,33	20,96	146,92	97,36	359,36	7,13
¥	H N												-,			
W or	отребности отребления пищевых веществ)	TTK№58	Горячий бутерброд с сыром и помидорами	50	6.40											
(15) orye	отре пиц вещ	266**	Какао с молоком	200	6,40	9,6	13,9	194,4	72,9	1,6	0,4	1,08	149,2	7,6	88,2	1,7
= "	¥ ¥	231**	Яблоки свежие	100	4,08	3,54	17,58	118,00	24,40	0,06	0,18	1,58	152,22	21,34	124,56	0,48
			всего (норма — не менее 300г);	350	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,02	0,03	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
				полдник	10.00	10.74										
			MIOIO	полдник	10,88	13,54	41,28	359,40	97,30	1,68	0,61	7,66	320,42	40,94	228,76	4,48

		(3)			10				104						
вем пищи	рецептуры*	Наименование блюда	порции, г	Ппщева	я ценность,	<b>-</b>	етическая ість, ккал		Вита	мины		Mı	иеральные ве	ещества,мг/ с	ут
Прием	Ř		Масса	белок	dиж	углевод	Энергетичс	А,рет.экв /сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
<u>ЛЯ: Т</u>	<u>// ДЕНЬ: 2</u>	2													
18613	75*	Икра свекольная	1 60	1.42	1 0.06	10.70	1	10.55				r			
от тотребления потребности потребления пищевых вешеств)	189**	Фрикадельки из говядины в соусе 45/45	90	7,77	7,42	13,72 7,29	111,18	18,56	0,02	2,52	3,4	35,53	36,55	18,08	1,02
ETB.	303*	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,01	20,52	145,50	19,20	0,04	0,06	1,58	20,16 8,45	13,06	84,26	1,20
A HE	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0.00	0,12	0,02	0,00	9.01	72,03 9,41	108,75	2,43
BC BC	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,59	0,32	17,19	82,06	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	30,14	0,75
Tpe	ГП	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8.00	14,00	1,40
8	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,01	0,01	2,00	7.00	4,00	7,00	1,40
		<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b> всего (норма — не менее 500г	): 655	19,12	13,45	95,24	588,90	49,01	0,23	2,70	10,98	101,15	147,95	284,98	8,59
														<del>''</del>	-
Ē															
вешеств	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,95	3,87	36,24	122,25	0,01	0,01	10,25	14,98	9,05	16,98	0,28
2	108*	Суп картофельный с клёцками 150/50	200	2,85	3,67	15,03	115	16,84	0,08	0,06	4,6	26,72	20,28	57,78	0,94
9	TTK№46	Жаркое по -домашнему (свинина) 70/130	200	8,00	16,90	26,82	398,00	0,00	0,23	0,25	29,04	30,20	57,69	286,49	4,24
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,04	0,03	0,00	13,51	14,11	45,21	1,13
199	<u>ГП</u> 54-7хн	Хлеб пшеничный	180	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
потребиости	231**	Компот из красной смородины Апельсины свежие	100	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32
E	231	Апсльсины свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	2,75	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
5		всего(порма -не менее 700г			*										
لــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ		P	того обед	17,30	23,63	94,80	772,82	144,59	0,41	0,40	70,49	121,01	126,43	455,76	9,65
<del></del> -															
CBN	100	115	1												
19 (E)	182	Каша вязкая молочная рисовая 150/10	160	2,32	3,96	28,97	161	20	0,02	0,02	0,00	4,70	16,40	50,60	0,36
HIEC		Сыр порциями	15	3,48	4,43	0,00	54	39,00	0,005	0,045	0,11	132,00	5,25	75,00	0,15
egye	LU LU	Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	28	2,07	0,25	13,75	65,64	0,00	0,00	0,01	0,00	5,60	3,92	18,20	0,31
потребления пицевых веществ)	236**	компот из свежих плодов (яблоки)	200	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
		всего (норма- не менее 300г		0,16	0,16	27,88	114,00	0,00	0,00	0,02	0,90	14,18	5,14	4,40	0,94
			полдник	9,39	9,04	77,32	428,80	59,00	0,06	0,12	1,01	165,49	40,12	178,34	2,51

÷ 0.2

	<del></del>		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·												
										7				Ţ	T
исм пищи	рецептуры*	Наименование блюда	а порции, г	Ппщевя	я пенность,	г	Эпергетическая ценность, кмал	=	Вита	<b>ам</b> вны		M	иеральные не	щества,мг/ с	ут
ďΠ	Ÿ		Масса	белок	жир	тлеводы	Энер	А,рет.экв	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	фофоф	Железо
НЕДЕЛЯ: 1	∥ДЕНЬ:	3							<u> </u>						
10 11 15					1 "					T		1			_
Завтрак (25% о суточной потребности потребления пищевых вешеств)	144**	Омлет натуральный	150	15,14	22,86	2,76	276,00	343,22	0,08	0,52	0,24	112,30	18,90	249,06	2,78
трак (25% суточной отребност отреблени пищевых вешеств)	TTK№68	Хлопья кукурузные с молоком 140/20	160	5,17	4,74	19,64	236,70	26,13	0,07	0,22	1,80	174,87	23,75	142.52	0,47
E Part Part III	Lu	Хлеб пшеничный	22	1,63	0,20	10,80	51,58	0,00	0,00	0,01	0,00	4.40	3,08	14.30	0.24
100 00 1 6	111	Пряники	34	2,05	3,40	25,16	139,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0.00	0.00
<u> </u>	264**	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,00	0,04	0,14	1.17	113,20	12,60	81.00	0,13
		всего (норма — не менее 500г):	546							, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	7		12,00	01,00	12,13
· tra	·	ИТОГО	О ЗАВТРАК	26,83	33,61	72,71	748,68	387,35	0,19	0,90	3,21	404,77	58,33	486,88	3,62
Обед( 35% от суточной потребления потребления пящевых веществ															
041) I e B	ГП	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0,01	0,01	0,04	4,5	24	9,00	22,5	0,42
S HILL	62**	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,74	82	134,6	0,04	0,04	8,54	39,78	20,9	43,68	0,98
5% от су требност тения пи веществ	TTK№41	Гуляш из говядины 50/50	100	5,15	6,68	4,67	150	12,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	158,42	2,30
HH He	303*	Каша пшеничная вязкая	150	4,00	5,00	23,94	157,50	0,00	0,11	0,02	0,00	10,97	29,90	85,47	0,98
55% ortp	LU	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
© ¥ 9	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	26,38	117,23	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
Обед( 35% потре потреблен веп	54-7хн	Компот из абрикосов	180	0,27	0.09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0.32
Ō Ħ	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0.00
		всего (порма — не менее 700г):	870		T			-,	-,	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0.00
		ТИ	ого обед	17,72	19,75	95,83	683,53	149,36	0,27	0,29	36,42	120,77	109,52	395,08	6,68
											-				
от эсти					T			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			_·	· — · ·			
К (15% с требира т пищев ста)	TTK№64	Макароны отварные с сыром	150	13,2	6,8	29,7	207,7	33,7	0,05	0,05	0.04	126	11	100	0.77
<b>₩</b>	ГП	Y neh punepungung	20	0.00	2.05	44.50	207,7	22,1	0,05		0,07	120	11	100	0,77

0,27

0,20

0,30

7,57

14,73

10,01

10,30

64,74

70,34

40,00

47,00

365,04

0,00

0,00

0,00

33,70

0,00

0,00

0,03

0,08

0,02

0,00

0,02

0,09

0,00

0,03

5,00

5,07

2,22

0,07

0,40

15,89

P

30

200

100

480 итого полдник

всего (норма -не менее 300г)

ГΠ

261\*\*

231\*\*

Хлеб пшеничный

Апельсины свежие

Чай с сахаром

6,00

10,95

19,00

161,95

4,20

1,40

12,00

28,60

19,50

2,80

16.00

138,30

0,33

0,23

2,30

3,63

	· • · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	9.			gr.				No.						
м пищи	рспептуры*	Наименование блюда	порции, г	Ппщевя	я ценность,	r	кая ценность,		Витя	імины		Mı	инеральные ве	нества,мг/ с	ут
Прием	Š		Маса	белок	жир	углеводы	Энергетическая 1	м рет экв сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
ЗДЕЛЯ:	1 // ДЕНь:	4						1 4.				<del></del>			
2 2	E 306*	Горошек консервированный	60	1,73	1,63	2.47	25.52	8.40	1 001	0.00					
суточной потребности потребления	TTK №59	Рыбные палочки	100	11,00	13,40	3,47 17,80	35,52 236,00	8,40 733,20	0,04	0,02	5,82 4,37	14,35 23,99	12,11	36,8	0,42
очи еби	305*	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	18,40	0,03	0,08	0,00	23,99	30,38 19,01	44,52	1,06
P die	# ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,02	0,02	0,00	1,61	12,67	60,60 40,40	0,51
	ğ rn	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,40
	E TTK№50	Чай с шиповником	200	0,80	0,20	16,70	66,70	98,00	0,01	0,06	80,00	12,22	3,33	3,33	0,55
		всего(норма -не менсе 500	)e): 560					1	0,02	0,00	00,00	12,22	3,33	3,33	0,50
	-	итс	ОГО ЗАВТРАК	20,75	20,04	97,19	642,33	858,00	0,14	0,20	90,19	60,59	81,70	205,15	3,28
	g					<del></del> -				<del></del>		<del></del>			
суточной потребности потребления	36**	Салат из свеклы с сыром	60 .	2,80	5,63	4,31	79,00	23,10	0,01	0,04	3,46	97,02	13,79	0,77	0,77
суточной потребности потребления	36** 72**	Рассольник ленинградский	200	1,62	4,08	9,6	84	104	0,08	0,04	6,5	23,32	19,34	45,38	0,74
суточной отребност отреблени	11KN944	Котлеты из куриного филе	90	9,60	5,40	14,98	145,20	0,,00	0,06	0,07	0,56	26,40	57,60	129,60	1,24
¥ 4 4	210**	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	136,5	23,80	0,14	0,11	18,17	36,98	27,75	86,60	1,01
2 8 8	FII	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
	<u> </u>	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200	3,70 1,00	0,45	24,55	117,23	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
		всего(норма -не менее 700		1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
			итого обед	23,82	20,72	103,97	654,93	150,90	0,34	0,32	32,69	221,23	147,59	354,05	6,83
												-221,23	147,55	334,63	0,65
4 65	3*	Бутерброд с сыром 30/5/15	50	5,8	8,3	14,83	157	59	0,04	0,07	0.11	139,2	0.45	- 00	
TO DOC OF	266**	Сакао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,00	24,40	0,04	0,18	0,11	152,22	9,45	96	0,49
0 F.S.S.S. S.	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	12,20	0,08	0,18	0,79	76,11	21,34	124,56	0,48
(15% typefin t					0,10	2,00	47,00	12,20	0,03	0,09	0,79	70,11	10,67	62,28	0,24
ey 10% ey 10% norpefor norpefor anmer		всего (порма -не менсе 30	Oz) 350												-
(15% ey rosu norpe5) norpe50 norpe50 norpe50 norpe50 norpe50 norpe60 n		весев (поряш-не женее зо	350												

						1		1				T	T -			$\overline{}$
пиши		рецептуры*		порции, г	Пищевая і	ценность,	r	ая цениость,		Вита	мины	1	Ми	неральные вс	щества,мг/ су	/T
Прием	2	ዿ	Наименование блюда	Масса по	белок	жир	углеводы	Энергетическая 1	А,рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
НЕДЕЛЯ: 1	// ДЕН	НЬ: 5								•		<u> </u>				
Завтрак (25% от суточной потребности веществ)											-					
10C1	Γ	П	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0.01	0,01	0,04	4,5	24	9,00	22,5	0,42
% Sign (8)	184	4**	Котлеты домашние 85/5	90	12,00	21,28	10,57	282,00	38,40	0.16	0.11	0,60	14,36	18,84	129,38	3,24
(25) OTP B B B	207	7**	Макароны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11
E H H	Г	П	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
HHO LOS	Γ.	П	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33
F. E. F.	261	1**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	10,9	36,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,86	1,26	2,52	0,21
\$ 5				530												
			итого	Э ЗАВТРАК	21,88	29,32	73,19	637,16	56,81	0,26	0,19	5,13	68,09	63,83	241,21	6,06
	20			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				•								1 -/
15 25 25	47 78'	7*	Салат из квашеной капусты	60	1,2	3,00	5,8	51,42	0,00	0,02	0,02	11,89	31,53	9,61	20,38	0,4
Обед (35% от сугочной потребности потребления	78°	3**	Суп картофельный с горохом	200	4,40	4,22	13,22	118,00	97,20	0,18	0,06	4,66	34,14	28,46	70,48	1,64
Обед (35% сугочной потребност потреблени		.№67 .I	Плов из говядины 70/130	200	23,13	19,20	39,60	448,00	262,00	0,09	0,14	1,80	19,40	42,89	223,20	2,81
De pe		П	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,04	0,03	0,00	13,51	14,11	45,21	1,13
90 20 TO TO	l Li	П	атон пшеничный	40	4,40	1,74	30,80	157,20	0,00	0,06	0,00	0,00	11,40	7,80	0,00	0,72
	54-1		Напиток из шиповника с сахаром	180	0,54	0,18	13,68	58,70	88,20	0,01	0,04	72,00	9,90	2,70	2,70	0,48
-	231	I** 5	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			всего(порма -не менее 700г):	810												
			ит	ого обед	36,11	29,10	122,98	931,32	447,40	0,40	0,29	90,35	119,88	105,57	361,97	7,18
5% TB)									•						- "	
ПОЛДНИК (15% от суточный потребнести потребления потребления пищевых веществ)	TTK	№61 E	Блинчики со стущенным молоком 130/20	150	9,10	8,35	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	118,29	35,94	151,22	1,57
YTHIN YTHIN Sefan	386	6* I	Сефир 1 шт 200гр 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
O TO O TO D TO D TO D TO D TO D TO D TO			всего (норма- не менсе 300г)	350												
Ĭ I														_		
			итого	полдник	14,90	13,35	51,02	362,05	40,00	0,25	0,50	1,54	358,29	63,94	331,22	1,77

TV (b

.

н пищи	рецептуры*	Наименование блюда	порции, г	Пищевая	ценность, г		ская ценность,		Вита	мины	-	Ми	зеральные вец	цества,мг/ су	1
Присм	№ рецс		Масса	белок	жир	углеводы	Энергетическая	А.рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магиий	Фосфор	Железо
неделя: 2	// ЛЕНЬ: 6														
-															T 01/
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	ГП	Йогурт 2,5 % жирности	125	3,75	3,12	19,37	120,60	15,00	0,05	0,00	0,90	186,00	22,50	142,50	0,16
(25 1110 1100 1101 1101 1101 1101 1101	TTKN961	Блинчики со стущенным молоком 130/20	150	9,10	8,35	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	118,29	35,94	151,22	1,57 0,36
ак Точ реб	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,18	9,82	46,89	0,00	0,03	0,00	0,00	5,70	3,90	0,00	0,36
ST CY TOT TOT INTEREST	266**	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,20	21,96	0,05	0,16	1,42	137,00	19,21	112,10	2,20
331	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
		всего (норма — не менес 500г):	575							ļ				17.4.00	1.70
		итого	3ABTPAK	18,40	15,23	97,83	582,74	36,96	0,33	0,34	12,46	462,99	90,55	416,83	4,72
															<del></del>
<b>¤</b>	75*	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	18,56	0,02	2,52	3,4	35,53	36,55	18,08	1,02
N H	TTK Nº47	Суп-лапша с курицей 200/25	225	4,42	6,90	37,78	135,09	97,60	0,04	0,03	0,40	22,84	8,54	30,08	0,52
H P SI SI	187**	Тефтели мясные (говядина) 60/30	90	7,54	7,90	8,16	134,00	11,70	0,04	0,07	2,80	33,90	15,00	93,14	1,20
or defe	303*	Каша пшеничная вязкая	150	4,00	5,00	23,94	157,50	0,00	0,11	0,02	0,00	10,97	29,90	85,47	0,98
OTJ G	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,45	0,43	12,10	61,49	0,00	0,05	0,04	0,00	16,22	16,94	54,25	1,35
10 1 1 1 1 1 1	гп	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
CT1 %	54-7хн	Компот из абрикосов	180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32
ебио нище	rп	Снежок (в индивидуальной упаковке промышленного производства)	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
Обед (35% от суточной потреблести логребления пницерых веществ	ГП	Печенье «Кубаночка»	30	2,5	4	21	130	0	0,022	0	0	14,5	10	45	1,02
		всего(норма -не менее 700г):	1011												<del>   </del>
			того обед	30,95	29,74	166,99	1007,84	170,61	0,38	3,05	29,60	390,55	158,23	539,32	7,05
			-									,			
9	T: -								<u> </u>			<b> </b>			<del>                                     </del>
C (15 Holf Scrit Scrit Scrit	TTK№58	Горячий бутерброд с сыром и помидорами	50	6,40	9,6	13,9	194,4	72,9	1,6	0,4	1,08	149,2	7,6	88,2	1,7
нин точ ебис ебле певъ	262**	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	13,60	62,00	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	2,40	4,40	0,36
ПОЛДНИК: (15% от суточной потребности потребнения пицевых вешеств)	231**	Апельсины свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
		всего (норма- не менее 300г)	350									102.45	22.00	100 40	126
		итого	полдник	6,93	9,92	37,80	303,40	72,90	1,63	0,42	8,91	182,40	22,00	108,60	4,36

14 (4

		c <sub>N</sub> .			(-				-91						
ем пищи	рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Ппщева	ня цепность,	г	еская ценность, ккал		Вит	амины		м	инеральные в	ещества,мг/ с	ут
Присм	Ñ		Масса	белок	жир	углеводы	Энергетичес	"рет.экв'сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	C,MI/cyT	Кальций	Маглий	фофоф	Железо
	<i>II</i> ДЕНЬ:7							<.		<u> </u>	L	<u> </u>	L		
суточной потребности потребления пищевых веществ)															
й 188 189	ГП	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,62	47,00	10,0	0,01	0,04	4,50	24.00	9,00	22,50	0.42
ино Нос Лен Вец	TTK№44	Котлеты из куриного филе	90	9,60	5,40	14,98	145,20	0,,00	0,06	0,07	0,56	26,40	57.60	129.60	1,24
TOP pe6	207**	Макароны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	_
C. 101	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41		1,11
- E	rn	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4.20	30,14	0,75
	ГП	Сок в ассортименте	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12.60	7.20	19,50	0,33
		всего (норма — не менее 500г):	530			<u> </u>	<del></del>	-,,,,,	5,01	0,01	3,00	12.00	1,20	1.4,00	1,26
		ИТОГО	ЗАВТРАК	20,32	13,26	86,60	502,16	18,41	0,17	0,15	8,66	82,87	100.52	257.57	+
Ē Ē						1 00,00	552,10	1 10,71	1 0,17	0,13	0,00	02,07	108,53	251,51	5,11
	54-213	Кукуруза консервированная	60	1,20	0,20	6,10	31,30	0,72	0.01	0,02	1,15	22,00	6.80	21,00	1010
60 E	62**	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,74	82	134,6	0,04	0,02	8,54	39,78	20,9		0,19
orpe	TTK №59	Рыбные палочки	100	11,00	13,40	17,80	236,00	50,00	0,05	0,12	1,71	11,03	20,9	43.68	0,98
11. III.	305*	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	18,40	0,03	0,12	0,00	2,42	19.01	149,45	2,19
суточнои потребности потребления пищевых веществ	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0.00	60.60	0,51
99	гп	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	5,60	26.00	0,00
суточнои потребности потребления пищевыл веществ	241**	Компот из смеси сухофруктов	180	0,59	0,09	28,80	118,80	0.00	0,02	0,02	0,65	29,23	15.71	21,10	0,44
, <u>F</u>		всего(норма -не менее 700г):	760				1	-,	- 5,02	0,02	0,05	22,23	13,/1	2.1,510	0,61
		ито	го обед	22,87	22,65	129,29	812,83	203,72	0,14	0,24	12.05	112.46	00.74	+	-
BLX					1 22,00	127,27	012,03	203,72	0,14	0,24	12,05	112,46	88,74	321,83	4,92
тие	144**	Омлет натуральный	150	15,14	22,86	2,76	276,00	242.20	0.00	0.50				<del></del>	
IN III	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,59	0,32	17,19		343,22	0,08	0,52	0,24	112,30	18,90	249,06	2,78
off n near	54-7хн	Компот из красной смородины	200	0,30	0,10	8,44	82,06 35,33	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	22.75	0,39
реб	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,10	9,80		3,06	0,01	0,01	24,00	9,56	8_56	8,11	0,36
суточной погребнос потребления пищевь веществ)		всего (норма- не менее 300г)	485	0,70	0,40	9,00	47,00	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32
			полдник	18,43	23,68	38,19	440,39	240.02	0.10	0.55					
				10,73	23,00	30,19	440,39	349,03	0,10	0,56	45,84	137,46	40,06	287,22	3.84

	<del></del>						Γ								
					1						<del>                                     </del>			<del> </del>	·
НЕЛЕЛЯ: 27	// HELIL·8							L	<u> </u>						
япиш ш	рецептуры*	Наименование блюда	порции, г	Пвщевая г	евность, і		ская ценность,		Вита	мины		Мв	неральные веп	цества,мг/ су	т
Прие	Nê peu		Масса	белок	жир	углеводы	Энергетическая	А рет.экв/сул	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
							100.00	1 40.04	0.05	1 000	0.62	166.90	75,60	279,60	2,22
6 OT	rn	Йогурт 2,5 % жирности	125	3,75	3,12	19,37	120,60	48,24	0,25	0,20	0,62	166,80		279,60	0,86
(25% чной биости бления вещес	TTK №60	Запеканка из творога со сметаной 150/20	170	8,80	15,93	19,83	242	51,15	0,06	0,3	0,293	224,00	32,00 2,80	13,00	0,86
K (Country of the Country of the Cou	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,18	9,82	46,89	0,00	0,00	0,01	0,00	4,00			1
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	264**	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,00	0,04	0,14	1,17	113,20	12,60	81,00	0,13
Jas u iii	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
`` =		всего (порма- не менее 500г)	595									L			-
-		итог	Э ЗАВТРАК	17,27	22,04	73,17	501,49	117,39	0,38	0,68	12,09	524,00	132,00	675,60	5,63
E												,			,
Обед (35% от точной потребления потребления пишевых веществ	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,95	3,87	36,24	122,25	0,01	0,23	10,25	14,98	9,05	16,98	0,28
Te GH G	108*	Суп картофельный с клёцками 150/50	200	2,85	3,67	15,03	115	16,84	0,08	0,06	4,6	26,72	20,28	57,78	0,94
35% потре блен х вен	TTK№37	Мясо тушеное(говядина) с соусом 50/50	100	15,94	20,97	11,33	251,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
35 100 100 100 100 100 100 100	303*	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,01	20,52	145,50	19,20	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	108,75	2,43
ед( )йіл гре	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,04	0,03	0,00	13,51	14,11	45,21	1,13
Обед суточной потр пищевн	гп	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
101	rn	Сок в ассортименте	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	1,26
cy	ГΠ	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
		всего (норма — не менсе 700г):	960		1										
		И	гого обед	36,05	38,72	109,33	850,87	158,29	0,26	14,41	20,45	324,26	135,27	285,32	7,48
% P															
т (15 зой сти ния песя	ГП	Сыр Дружба 1 шт	17,5	1,50	4,90	0,56	52,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОЛДНИК (15%, от суточвой потребности потребности потребления пишевых веществ)	1*	Бугерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,18	6,89	13,70	126,12	36,80	0,03	0,02	0,00	7,73	3,87	20,70	0,33
T Cy ortpo	TTK№63	Чай с молоком	200	3,04	1,35	8,00	81,00	10,00	0,04	0,16	1,33	66,67	15,40	92,80	0,41
01° "	231**	Апельсины свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	9,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
		всего (порма- не менее 300г)	357,5												
			полдник	7,12	13,44	32,56	306,97	55,80	0,11	0,20	6,33	93,40	31,27	129,50	3,04

Прием пищи	рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая	и ценность,	г	ская ценность,		Вит	амины		М	инеральные в	ещества,мг/ (	сут
	Ÿ		Масс	белок	жир	углеводы	Энергетическая 1	рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	C,Mr/cyr	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
НЕДЕЛЯ: 2/	// ДЕНЬ: 9						[ [ ]	_ ₹							
10															
Завтрак (25% суточной потребности потребления пищевых веществ)	54-133	Салат из свеклы	60	0,83	2,70	4,60	45,60	0,68	0,08	T 0.00	1 222	1	1	_	
трак (25% суточной отребност отребленк пищевых веществ)	TTK№45	Плов из курицы 70/130	200	12,40	9,36	33,45	352,50	45,00	0,08	0,02	2,28	20,00	11,25	21,75	0,70
трак суточ отреб отреб пище	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,12	0,52	42,13	43,50	185,63	1,97
aB III	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
m	261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33
		всего (норма — не менее 500г).	510			10,01	10,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,95	1,40	2,80	0,23
		итого	Э ЗАВТРАК	16,88	12,77	70,61	542,26	45,68	0.16	0,17	2,83	00.00			_
лбед(35% от суточной гребности потребления пищевых веществ						70,02	342,20	45,00	0,10	0,17	2,83	88,09	69,76	259,82	3,98
В ен	306*	Горошек консервированный	60	1,73	1,63	3,47	35,52	8,40	0,04	0,02	T 5.00	T			
150	66**	Щи из свежей капусты с картофелем(с курицей)200/25	225	1,42	3,96	6.32	70	112,2	0,04	0,02	5,82 12,62	14,35	12,11	36,8	0,42
L ad a	TTK№48	Азу (говядина) 50/150	200	17,80	13,70	28,72	293,50	100,00	0,04	0,04	-	39,4	17,7	39,2	0,66
Be Be	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0.36	10,08	51,00	0,00	0,02	0,02	5,00	50,20	11,00	60,00	0,20
% EN X	ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
65.55 EB		Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00	34,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
<u> </u>	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,14	0,14	25,09	102,60	0,00	0,08	0,12		50,80	21,60	90,20	0,90
li be		всего(норма -не менее 700г):	810		-,		102,00	0,00	0,00	0,02	0,81	12,76	4,63	3,96	0,85
Обед(35% о потребности лищевых		И	гого обед	35,31	25,63	123,96	848,40	254,60	0,23	0,27	24,29	100.02	0.5		
						120,70	040,40	254,00	0,23	0,27	24,29	189,03	86,75	301,37	4,59
% TB)															
ИК (15 очной ности ления вещест		Печенье «Кубаночка»	30	2,5	4	21	130	0	0,022	0	0	14,5	10	45	1,02
ЮЛДНИК (15% от суточной потребности потребления ппревых веществ	111	Снежок (в индивидуальной упаковке промышленного производства)	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40.00	0.00	0.24					
Ĭ I	231**	Яблоки свежие	100	0.40	0,40	9.80	47,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
		всего (норма- не менее 300г)	330	0,10	0,40	9,00	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
		/	полдник	8,30	9.40	52,40	330.00	40,00	0.12	0.04					
				0,00	2,40	32,40	330,00	40,00	0,13	0,36	11,40	270,50	47,00	236,00	3,42

									_			г Т		1	1
										_	l				1
и пиши	№ рецептуры*	Наименование блюда	порции, г	Пищевая	ценность, г		Энергетическая ценность, ккал		Вита	ипны		Ми	еральные веп	дества,мг/ су	1
Прием	№ peu		Масса	белок	жир	углеводы	Энерг	Арет. жв/ сут	ВІ,мг/сут.	В2,мг/сут	Съмг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
нелеля: 2/	/ ЛЕНЬ: 1	0													
iz a												120.00	5,25	75,00	0,15
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	11**	Сыр порциями	15	3,48	4,43	0,00	54,00	39,00	0,01	0,05	0,11	132,00 2,4	0,00	3	0,02
55. ET.	10**	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	40	0,00	0,01		4,70	16,40	50,60	0,36
7. T. B.	182	Каша вязкая молочная рисовая 150/10	160	2,32	3,96	28,97	161,00	20	0,02	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
% 0 1 IIC K BE	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	8,55	3,90	0.00	0,73
255 CT1 Bbi)	rп	Батон пшеничный	30	3,30	1,31	24,60	117,90	0,00	0,05	0,00	0,00			<del>                                     </del>	
ак ( бно ще	262**	Чай с лимоном	180	0,12	0,01	15,20	55,80	0,00	0,00	0,00	2,50	12,78	2,16	3,96	0,36
TPE TPE	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
321		всего (норма — не менее 500г):	615												
			ЗАВТРАК	16,66	23,60	85,02	608,86	99,00	0,10	14,10	4,61	409,44	44,12	180,70	3,18
															T
Обед (35% от суточной потребления потребления пищевых веществ)	47*	Салат из квашеной капусты	60	1,2	3,00	5,8	51,42	0,00	0,02	0,02	11,89	31,53	9,61	20,38	0,4
6 ОТ й сти пия цес	72**	Рассольник ленинградский	200	1,62	4,08	9,6	84	104	0,08	0,04	6,5	23,32	19,34	45,38	0,74
5% 110 110 116 116	184**	Котлеты домашние 85/5	90	12,00	21,28	10,57	282,00	38,40	0,16	0,11	0,60	14,36	18,84	129,38	3,24
Обед(35% от суточной потребления певых вещест	207**	Макароны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11
E P T T T E	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,11	0,37	10,42	52,95	0,00	0,05	0,03	0,00	13,97	14,59	46,72	1,16
	ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
<b>E</b>	264**	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,00	0,04	0,14	1,17	113,20	12,60	81,00	0,13
	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
		всего (норма — не менсе 700г):	851								2016	225.24	110.70	397,03	9,42
		И	гого обед	28,65	36,42	108,08	824,15	178,80	0,43	0,39	30,16	225,24	110,70	397,03	9,42
M LESUS						F			0.17	0.16	0.14	118,29	35,94	151,22	1,57
THIN 6 or 1 ucc 5 ucc 5 neu c base	TTKN961	Блинчики со стущенным молоком 130/20	150	9,10	8,35	43,02	262,05	0,00	0,17	0,16	0,14	9.60	6,72	31,20	0,53
полдник (15% от суточной потребнения пицевых веществ)	ГП	Йогург 2,5 % жирности	125	3,75	3,12	19,37	120,60	0,00	0,00		80,00	11,00	3,00	3,00	0,53
Ē - 0 0 0 1 <b>1</b>	54-13нх	Напиток из шиповника с сахаром	200	0,60	0,20	15,20	65,22	98,00	10,0	0,04	80,00	11,00	3,00	3,00	0,55
		всего (норма- не менсе 300г)	475		<u> </u>	77.50	447.07	00.00	0.10	0,22	80,14	138,89	45,66	185,42	2,63
		итого	полдник	13,45	11,67	77,59	447,87	98,00	0,18	0,22	017,14	130,07	45,00	100,42	2100
						l				L					

	SI.			C				•					25	
СЕЗОН:Зима	ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРІ	ИЯ 7-11 лет	r 3AE	STPAK										
	Пищевая денность, г				ая Витам Вость,			ы			Минеральные вещества,мг/ сут			
Потребность в пищевы минеральных веществах	их веществах, энергии, витаминах и Логториая) по	бело	жир	угле воды	Энергет: кая ценнос ккал	A,per .3kB/ cyT	BI, sur	B2,sm/	C <sub>MI</sub>	Каль	Гагни	росфо	Желе	
канерывных веществих (суточнах) но СанПиН 2.3/2.4.3590-20		77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	250	12	
	х веществах, энергии, витаминах и завтрак — 25% от суточной пормы)но	19,25	19,75	83,75	587,5	175	0,3	0,35	15	275	275	62,5	3	
Итого завтрак(25% от пищевых веществ)—средне	суточной потребности потребления зе значение за 10 дней	19,81	20,44	83,81	594,34	166,86	0,22	3,36	15,23	257,87	84,49	317,44	4,75	

				Or			,					
СЕЗОН:Зима ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	7-11 лет	ОБЕД							y			
	Пищевая ценность, г			гетиче сая 10сть, кал	Витамины				Мянеральные вещества,мг/ сут			
	бело	жир	угле, воды	Энерге ска ценно кка	А,ре т.экв /сут	B15AT	B2, MF /cy T	C <sub>pMr</sub> cyr	Каль	Гагни	офац	Жел
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная) по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	77	79	335	2350	700	1,2	I,4	60	1100	1100	250	12
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (обед — 35% от суточной нормы)по CanПиН 2.3/2.4.3590-20	26,95	27,65	117,25	822,5	245	0,42	0,49	21	385	385	87,5	4,2
Итого обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)—среднее значение за 10 дней	27,69	28,07	120,47	829,06	201,88	0,33	2,00	36,75	197,13	116,62	377,11	7,09

СЕЗОН:Зима ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	7-11 лет	полдни	<u> </u>						9			
	Пищевая ценность, г			стич сая ость, ал		Ватаме	ны		Минеральные веществя,мг/ сут			
Потребность в пищевых веществах, энергля, витаминах и	бело	<b>фиж</b>	угле воды	Энері еск ценн кк	А,ре т.экв /сут	B1,Nr /cyī	В2,мг /сут	Cparr	Каль	Сагии	офоо	Жел
минеральных веществах (суточная) по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	250	12
Потребность в пищевых веществах, эпергии, витаминах и минеральных веществах (полдник — 15% от суточной нормы) по СанПиН 2.3/2.4.3590-20		11,85	50,25	352,5	105	0,18	0,21	9	165	165	37,5	1,8
Итого полоник(15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)—среднее значение за 10 дней	11,56	12,38	51,51	366,59	94.13	0,44	0,34	17,04	219,63	40,10	210,62	3,09