

## Меню обедов для обучающихся 1-4 классов (сезон зима-весна)

### Пищевая ценность обед для обучающихся 1-4-х классов (Зима- Весна)

| № репеп-туры       | Наименование блюда                | Выход, г | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность | Витамины |      |       |      |      | Минеральные вещества |             |             |             |      |      |
|--------------------|-----------------------------------|----------|------------------|-------|-------|-------------------------|----------|------|-------|------|------|----------------------|-------------|-------------|-------------|------|------|
|                    |                                   |          | Б                | Ж     | У     |                         | В1       | В2   | С     | А    | Е    | Кальций (мг)         | Фосфор (мг) | Магний (мг) | Железо (мг) | Цинк | Йод  |
| <b>Понедельник</b> |                                   |          |                  |       |       |                         |          |      |       |      |      |                      |             |             |             |      |      |
| Л150               | Суп с крупой и томатом            | 200      | 1,10             | 4,79  | 4,88  | 67,03                   | 0,01     | 0,01 | 1,47  | 0,00 | 0,33 | 21,30                | 12,27       | 5,17        | 0,27        | 1,57 | 0,01 |
| 212                | Омлет с колбасой или сосисками    | 180      | 17,30            | 20,70 | 2,90  | 267,10                  | 0,08     | 0,52 | 4,72  | 0,32 | 2,90 | 125,60               | 234,20      | 21,37       | 2,85        | 1,37 | 0,02 |
| 360                | Сок                               | 200      | 1,00             | 0,00  | 20,20 | 84,80                   | 0,02     | 0,02 | 4,00  | 0,00 | 0,20 | 14,00                | 14,00       | 8,00        | 2,80        | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб пшеничный                    | 40       | 2,70             | 0,34  | 20,06 | 94,10                   | 0,04     | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44 | 8,00                 | 26,00       | 5,60        | 0,44        | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб ржаной                       | 40       | 2,66             | 0,48  | 16,74 | 81,92                   | 0,22     | 0,14 | 0,28  | 0,00 | 0,22 | 51,10                | 87,50       | 28,00       | 1,96        | 0,00 | 0,00 |
| <b>Итого</b>       |                                   |          |                  |       |       |                         |          |      |       |      |      |                      |             |             |             |      |      |
|                    |                                   | 660      | 24,76            | 26,31 | 64,78 | 594,95                  | 0,37     | 0,70 | 10,47 | 0,32 | 4,09 | 220,00               | 373,97      | 68,14       | 8,32        | 2,94 | 0,03 |
| <b>Вторник</b>     |                                   |          |                  |       |       |                         |          |      |       |      |      |                      |             |             |             |      |      |
| 70                 | Овощи натуральные соленые         | 60       | 0,56             | 0,05  | 1,75  | 9,69                    | 0,01     | 0,01 | 5,25  | 0,00 | 0,35 | 5,00                 | 17,50       | 7,50        | 0,40        | 0,07 | 0,00 |
| 87                 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200      | 1,14             | 3,91  | 9,27  | 76,83                   | 0,05     | 0,03 | 11,07 | 0,00 | 0,05 | 47,30                | 44,27       | 20,40       | 0,78        | 0,05 | 0,00 |
| Л442               | Говядина в кисло-сладком соусе    | 80       | 14,00            | 16,70 | 3,90  | 221,90                  | 0,09     | 0,20 | 6,30  | 0,00 | 1,00 | 34,50                | 288,30      | 38,40       | 3,90        | 4,48 | 0,01 |
|                    | Каша гречневая                    | 150      | 3,99             | 4,20  | 36,37 | 199,24                  | 0,05     | 0,02 | 0,00  | 0,00 | 1,80 | 10,40                | 67,30       | 14,40       | 1,13        | 0,00 | 0,00 |
| 360                | Сок грушевый                      | 200      | 1,00             | 0,00  | 20,20 | 84,80                   | 0,02     | 0,02 | 4,00  | 0,00 | 0,20 | 14,00                | 14,00       | 8,00        | 2,80        | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб пшеничный                    | 40       | 2,70             | 0,34  | 20,06 | 94,10                   | 0,04     | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44 | 8,00                 | 26,00       | 5,60        | 0,44        | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб ржаной                       | 20       | 1,33             | 0,24  | 8,37  | 40,96                   | 0,11     | 0,07 | 0,14  | 0,00 | 0,11 | 25,55                | 43,75       | 14,00       | 0,98        | 0,00 | 0,00 |
| <b>Итого</b>       |                                   |          |                  |       |       |                         |          |      |       |      |      |                      |             |             |             |      |      |
|                    |                                   | 750      | 24,72            | 25,44 | 99,92 | 727,52                  | 0,37     | 0,37 | 26,76 | 0,00 | 3,95 | 144,75               | 501,12      | 108,30      | 10,43       | 4,60 | 0,01 |
| <b>Среда</b>       |                                   |          |                  |       |       |                         |          |      |       |      |      |                      |             |             |             |      |      |
| 131                | Горох овощной отварной            | 60       | 3,40             | 0,40  | 7,70  | 48,00                   | 0,07     | 0,02 | 0,00  | 0,00 | 0,12 | 21,30                | 56,20       | 18,40       | 1,14        | 0,54 | 0,00 |
| Д114               | Борщ с картофелем                 | 200      | 2,00             | 6,50  | 13,44 | 120,26                  | 0,07     | 0,05 | 9,10  | 0,00 | 0,25 | 41,90                | 65,80       | 29,80       | 1,30        | 0,76 | 0,01 |
| Л391               | Шницель рыбный                    | 80       | 8,06             | 5,63  | 6,02  | 106,99                  | 0,04     | 0,05 | 2,39  | 0,18 | 0,35 | 42,24                | 120,36      | 18,42       | 1,59        | 0,63 | 0,03 |
| 125                | Картофель отварной                | 150      | 2,93             | 5,06  | 17,39 | 126,80                  | 0,11     | 0,07 | 14,42 | 2,00 | 0,01 | 13,66                | 55,79       | 20,32       | 0,82        | 0,28 | 0,00 |
|                    | Чай с сахаром                     | 200      | 5,80             | 5,00  | 9,60  | 107,00                  | 0,08     | 0,30 | 2,60  | 0,40 | 0,00 | 240,00               | 180,00      | 28,00       | 0,20        | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб пшеничный                    | 40       | 2,70             | 0,34  | 20,06 | 94,10                   | 0,04     | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44 | 8,00                 | 26,00       | 5,60        | 0,44        | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб ржаной                       | 20       | 1,33             | 0,24  | 8,37  | 40,96                   | 0,11     | 0,07 | 0,14  | 0,00 | 0,11 | 25,55                | 43,75       | 14,00       | 0,98        | 0,00 | 0,00 |

|                    |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|--------------------|---|-----|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|--------|--------|------|------|------|
| <b>Полдник</b>     |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | Какао с молоком                         | 200 |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | Пирог "Южный"                           | 80  |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | <b>Итого</b>                            | 750 | 26,22 | 23,17 | 82,58  | 644,11 | 0,52 | 0,57 | 28,65 | 2,58 | 1,28  | 392,65 | 547,90 | 134,54 | 6,47 | 2,21 | 0,04 |
| <b>Четверг</b>     |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
| 47                 | Салат из квашенной капусты              | 60  | 0,85  | 2,50  | 4,20   | 42,70  | 0,01 | 0,01 | 9,90  | 0,00 | 0,65  | 26,10  | 16,90  | 8,00   | 0,33 | 0,00 | 0,00 |
| Л130               | Рассольник                              | 200 | 2,02  | 5,09  | 11,98  | 101,81 | 0,09 | 0,06 | 8,38  | 0,00 | 0,15  | 29,15  | 56,73  | 24,18  | 0,93 | 0,47 | 5,25 |
| Л443               | Плов                                    | 180 | 19,90 | 20,52 | 31,60  | 390,68 | 0,10 | 0,14 | 1,70  | 0,00 | 0,30  | 18,90  | 266,80 | 52,30  | 3,53 | 3,50 | 0,01 |
| 360                | Сок                                     | 200 | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,80  | 0,02 | 0,02 | 4,00  | 0,00 | 0,20  | 14,00  | 14,00  | 8,00   | 2,80 | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб пшеничный                          | 40  | 2,70  | 0,34  | 20,06  | 94,10  | 0,04 | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44  | 8,00   | 26,00  | 5,60   | 0,44 | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб ржаной                             | 20  | 1,33  | 0,24  | 8,37   | 40,96  | 0,11 | 0,07 | 0,14  | 0,00 | 0,11  | 25,55  | 43,75  | 14,00  | 0,98 | 0,00 | 0,00 |
| <b>Полдник</b>     |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | Фрукты или ягоды свежие                 | 150 |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | Кисломолочный продукт                   | 200 |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | <b>Итого</b>                            | 700 | 27,80 | 28,69 | 96,41  | 755,05 | 0,37 | 0,31 | 24,12 | 0,00 | 1,85  | 121,70 | 424,18 | 112,08 | 9,01 | 3,97 | 5,26 |
| <b>Пятница</b>     |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
| 55                 | Салат из свёклы с огурцами солёными     | 60  | 0,70  | 1,00  | 2,60   | 22,20  | 0,01 | 0,01 | 2,08  | 0,00 | 0,13  | 9,40   | 15,70  | 9,34   | 0,35 | 0,09 | 0,00 |
| Л 139              | Суп картофельный с бобовыми             | 200 | 4,80  | 6,00  | 22,00  | 161,20 | 0,20 | 0,10 | 8,75  | 0,13 | 1,00  | 49,25  | 173,30 | 48,25  | 3,50 | 1,13 | 0,01 |
| 289                | Рагу из птицы, кролика или субпродуктов | 175 | 12,56 | 11,72 | 15,20  | 216,52 | 0,07 | 0,15 | 11,33 | 0,15 | 0,20  | 36,80  | 108,20 | 38,70  | 1,92 | 1,02 | 0,01 |
| 361                | Чай с сахаром                           | 200 | 5,80  | 5,00  | 9,60   | 107,00 | 0,08 | 0,30 | 2,60  | 0,40 | 0,00  | 240,00 | 180,00 | 28,00  | 0,20 | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб пшеничный                          | 40  | 2,70  | 0,34  | 20,06  | 94,10  | 0,04 | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44  | 8,00   | 26,00  | 5,60   | 0,44 | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб ржаной                             | 40  | 2,66  | 0,48  | 16,74  | 81,92  | 0,22 | 0,14 | 0,28  | 0,00 | 0,22  | 51,10  | 87,50  | 28,00  | 1,96 | 0,00 | 0,00 |
| <b>Полдник</b>     |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | Фрукты или ягоды свежие                 | 180 |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | <b>Итого</b>                            | 715 | 29,22 | 24,54 | 86,20  | 682,94 | 0,62 | 0,71 | 25,04 | 0,67 | 1,99  | 394,55 | 590,70 | 157,89 | 8,37 | 2,24 | 0,01 |
| <b>Понедельник</b> |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
| 120                | Суп молочный с макаронными изделиями    | 200 | 6,30  | 6,80  | 19,30  | 163,60 | 0,05 | 0,22 | 0,75  | 0,05 | 0,50  | 201,70 | 168,20 | 25,20  | 0,50 | 0,78 | 0,02 |
| 223                | Запеканка из творога                    | 100 | 20,50 | 16,40 | 20,40  | 311,20 | 0,16 | 0,40 | 0,80  | 0,40 | 6,80  | 280,20 | 386,60 | 59,80  | 2,40 | 1,19 | 0,01 |
| *359               | Повидло фруктовое                       | 80  | 0,31  | 0,00  | 29,40  | 118,84 | 0,01 | 0,02 | 2,40  | 0,00 | 3,00  | 22,46  | 18,50  | 7,26   | 0,19 | 0,00 | 0,00 |
| 349                | Компот из смеси сухофруктов             | 200 | 0,66  | 0,09  | 32,01  | 131,49 | 0,02 | 0,02 | 0,73  | 0,00 | 0,00  | 32,48  | 23,44  | 17,46  | 0,69 | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб пшеничный                          | 40  | 2,70  | 0,34  | 20,06  | 94,10  | 0,04 | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44  | 8,00   | 26,00  | 5,60   | 0,44 | 0,00 | 0,00 |
|                    | Хлеб ржаной                             | 20  | 1,33  | 0,24  | 8,37   | 40,96  | 0,11 | 0,07 | 0,14  | 0,00 | 0,11  | 25,55  | 43,75  | 14,00  | 0,98 | 0,00 | 0,00 |
| <b>Полдник</b>     |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | Сыр порциями                            | 20  |       |       |        |        |      |      |       |      |       |        |        |        |      |      |      |
|                    | <b>Итого</b>                            | 640 | 31,80 | 23,87 | 129,54 | 860,19 | 0,39 | 0,74 | 4,82  | 0,45 | 10,85 | 570,39 | 666,49 | 129,32 | 5,20 | 1,97 | 0,02 |

|                |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |      |      |      |
|----------------|---|-----|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|------|--------|--------|--------|------|------|------|
| <b>Вторник</b> |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |      |      |      |
| 70             | Овощи натуральные соленые               | 60  | 0,40  | 0,05  | 0,85   | 5,45   | 0,01 | 0,05 | 1,75  | 0,00 | 0,05 | 11,50  | 12,00  | 7,00   | 0,30 | 0,00 | 0,00 |
| 81             | Борщ с капустой и картофелем            | 200 | 2,00  | 5,00  | 13,44  | 106,76 | 0,07 | 0,05 | 9,10  | 0,00 | 0,25 | 41,90  | 65,80  | 29,80  | 1,30 | 0,76 | 0,01 |
| Л386           | Рыба, запечённая под молочным соусом    | 80  | 7,40  | 7,10  | 9,60   | 131,90 | 0,07 | 0,07 | 3,15  | 0,07 | 0,91 | 63,20  | 106,80 | 18,20  | 0,49 | 0,56 | 0,03 |
| 311            | Картофель в молоке                      | 150 | 3,90  | 6,10  | 17,30  | 139,70 | 0,13 | 0,13 | 15,80 | 0,08 | 0,26 | 54,30  | 101,40 | 29,60  | 1,04 | 0,50 | 0,50 |
| *359           | Компот из ягод                          | 200 | 0,52  | 0,18  | 28,86  | 119,14 | 0,01 | 0,02 | 27,60 | 0,00 | 0,00 | 23,70  | 18,40  | 13,40  | 0,71 | 0,01 | 0,88 |
|                | Хлеб пшеничный                          | 60  | 4,05  | 0,51  | 30,09  | 141,15 | 0,07 | 0,02 | 0,00  | 0,00 | 0,66 | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 | 0,00 | 0,00 |
|                | Хлеб ржаной                             | 20  | 1,33  | 0,24  | 8,37   | 40,96  | 0,11 | 0,07 | 0,14  | 0,00 | 0,11 | 25,55  | 43,75  | 14,00  | 0,98 | 0,00 | 0,00 |
| <b>Полдник</b> |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |      |      |      |
|                | Кисломолочный продукт                   | 100 |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |      |      |      |
| <b>Итого</b>   |   | 770 | 19,60 | 19,18 | 108,51 | 685,06 | 0,47 | 0,41 | 57,54 | 0,15 | 2,24 | 232,15 | 387,15 | 120,40 | 5,48 | 1,83 | 1,42 |
| <b>Среда</b>   |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |      |      |      |
| 99             | Суп из овощей                           | 200 | 1,59  | 5,99  | 9,15   | 96,87  | 0,07 | 0,05 | 10,38 | 0,00 | 2,50 | 34,85  | 49,28  | 20,75  | 0,78 | 0,58 | 0,18 |
| 258            | Мясо духовое (с картофелем и овощами)   | 173 | 16,30 | 18,17 | 15,33  | 290,05 | 0,10 | 0,14 | 5,35  | 0,00 | 0,50 | 32,11  | 213,44 | 42,09  | 3,60 | 0,00 | 0,00 |
|                | Кондитерское изделие (печенье сахарное) | 20  | 1,50  | 1,90  | 15,20  | 83,90  | 0,01 | 0,01 | 0,00  | 0,01 | 0,60 | 6,20   | 18,00  | 4,00   | 0,40 | 0,00 | 0,00 |
| 388            | Напиток из плодов шиповника             | 200 | 0,30  | 0,00  | 15,20  | 62,00  | 0,02 | 0,02 | 4,00  | 0,00 | 0,20 | 14,00  | 14,00  | 8,00   | 2,80 | 0,00 | 0,00 |
|                | Хлеб пшеничный                          | 60  | 4,05  | 0,51  | 30,09  | 141,15 | 0,07 | 0,02 | 0,00  | 0,00 | 0,66 | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 | 0,00 | 0,00 |
|                | Хлеб ржаной                             | 20  | 1,33  | 0,24  | 8,37   | 40,96  | 0,11 | 0,07 | 0,14  | 0,00 | 0,11 | 25,55  | 43,75  | 14,00  | 0,98 | 0,00 | 0,00 |
| <b>Полдник</b> |   |     |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |      |      |      |
| <b>Итого</b>   |   | 673 | 25,07 | 26,81 | 93,34  | 714,93 | 0,38 | 0,31 | 19,87 | 0,01 | 4,57 | 124,71 | 377,47 | 97,24  | 9,22 | 0,58 | 0,18 |

| Четверг                      |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
|------------------------------|------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|------|--------|--------|--------|-------|------|------|
| 50                           | Салат из свёклы с сыром и чесноком | 60    | 2,30  | 4,50  | 4,13   | 66,22  | 0,01 | 0,02 | 3,30  | 0,00 | 0,06 | 17,70  | 20,30  | 10,30  | 0,66  | 0,33 | 0,00 |
| *                            | Суп гороховый                      | 200   | 6,60  | 9,20  | 18,50  | 183,20 | 0,20 | 0,10 | 8,75  | 0,13 | 1,00 | 49,25  | 173,30 | 48,25  | 3,50  | 1,13 | 0,01 |
| 294                          | Котлеты из птицы                   | 80    | 16,70 | 4,10  | 5,20   | 124,50 | 0,06 | 0,13 | 0,00  | 0,04 | 0,40 | 17,50  | 160,40 | 18,79  | 1,03  | 0,76 | 0,00 |
| 205                          | Макаронь отварные с овощами        | 140   | 0,57  | 5,51  | 24,36  | 149,31 | 0,01 | 0,01 | 0,01  | 0,10 | 0,40 | 8,27   | 6,89   | 1,60   | 0,06  | 0,08 | 1,89 |
| 360                          | Сок                                | 200   | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,80  | 0,02 | 0,02 | 4,00  | 0,00 | 0,20 | 14,00  | 14,00  | 8,00   | 2,80  | 0,00 | 0,00 |
|                              | Хлеб пшеничный                     | 40    | 2,70  | 0,34  | 20,06  | 94,10  | 0,04 | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44 | 8,00   | 26,00  | 5,60   | 0,44  | 0,00 | 0,00 |
|                              | Хлеб ржаной                        | 40    | 2,66  | 0,48  | 16,74  | 81,92  | 0,22 | 0,14 | 0,28  | 0,00 | 0,22 | 51,10  | 87,50  | 28,00  | 1,96  | 0,00 | 0,00 |
| Полдник                      |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
|                              | Кисломолочный продукт              | 115   |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| Итого                        |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
|                              |                                    | 760   | 32,53 | 24,13 | 109,19 | 784,05 | 0,56 | 0,43 | 16,34 | 0,27 | 2,72 | 165,82 | 488,39 | 120,54 | 10,45 | 2,30 | 1,90 |
| Пятница                      |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| 133                          | Кукуруза отварная                  | 60    | 1,70  | 2,50  | 9,30   | 66,50  | 0,04 | 0,02 | 2,75  | 0,01 | 0,04 | 1,50   | 38,50  | 13,00  | 0,22  | 0,31 | 0,00 |
| Л                            | Солянка домашняя                   | 200   | 11,30 | 6,30  | 7,80   | 133,10 | 0,17 | 0,09 | 6,08  | 0,15 | 1,26 | 40,30  | 110,50 | 41,60  | 1,24  | 0,95 | 0,00 |
| 239 / 331                    | Тефтели рыбные тушеные в соусе     | 100   | 7,93  | 6,58  | 9,41   | 128,58 | 0,06 | 0,07 | 1,25  | 0,15 | 2,48 | 43,78  | 94,71  | 17,81  | 0,56  | 0,78 | 0,01 |
|                              | Каша пшеничная с овощами           | 150   | 2,90  | 5,40  | 37,20  | 209,00 | 0,08 | 0,08 | 0,59  | 0,03 | 0,20 | 64,10  | 108,90 | 30,30  | 0,49  | 0,55 | 0,00 |
| 361                          | Чай с лимоном                      | 200   | 5,80  | 5,00  | 9,60   | 107,00 | 0,08 | 0,30 | 2,60  | 0,40 | 0,00 | 240,00 | 180,00 | 28,00  | 0,20  | 0,00 | 0,00 |
|                              | Хлеб пшеничный                     | 40    | 2,70  | 0,34  | 20,06  | 94,10  | 0,04 | 0,01 | 0,00  | 0,00 | 0,44 | 8,00   | 26,00  | 5,60   | 0,44  | 0,00 | 0,00 |
|                              | Хлеб ржаной                        | 40    | 2,66  | 0,48  | 16,74  | 81,92  | 0,22 | 0,14 | 0,28  | 0,00 | 0,22 | 51,10  | 87,50  | 28,00  | 1,96  | 0,00 | 0,00 |
| Полдник                      |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
|                              | Шарлотка с яблоками                | 50    |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
|                              | Какао с молоком                    | 200   |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| Итого                        |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
|                              |                                    | 790   | 34,99 | 26,60 | 110,11 | 820,20 | 0,69 | 0,71 | 13,55 | 0,73 | 4,64 | 448,78 | 646,11 | 164,31 | 5,11  | 2,59 | 0,02 |
| Энергетическая ценность      |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| Витамины                     |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| Минеральные вещества         |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| Итого за день по СанПиН      |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| завтрак 25 %                 |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| обед 35 %                    |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
| Среднее за 10 дней (фактич.) |                                    |       |       |       |        |        |      |      |       |      |      |        |        |        |       |      |      |
|                              |                                    | 720,8 | 27,67 | 24,87 | 98,06  | 726,90 | 0,47 | 0,53 | 22,72 | 0,52 | 3,82 | 281,55 | 500,35 | 121,28 | 7,81  | 2,52 | 0,89 |