УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГКОУУР «Озоно - Чепецкая школа-интернат»
_____ Фукалова Н.С.
«28» февраля 2025 г.

ПРИМЕРНОЕ 14 ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Сезон: весеннее-летний
для школьников

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики «Озоно-Чепецкая школа-интернат»

Возраст с 7-11 лет

Перечень используемых сборников.

1. «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Пермь, 2021
2. «Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях УР. Ижевск 2008 г.

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

1 день

№ рецептуры по сбор	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							A	B1	E	C	Кальций	Магний	Фосфор	I	F	Se	Железо
	Завтрак																
34	Салат из свеклы с чесноком	100	1,40	6,10	7,50	91,00	0,00	0,02	2,70	5,20	35,00	19,00	38,00	0,0060	0,016	0,0006	1,27
125	Каша манная молочная жидкая	200/7	5,80	8,40	29,00	209,60	0,10	0,10	2,93	1,40	133,90	20,40	122,60	0,01	0,045	0,00	0,40
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	19	0,03	0	0,7	108,3	12,6	76,5	0,0079	0,0180	0,0018	0,12
п.п.	Хлеб пшеничный	75	6	0,75	38,25	172,5	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0,0000	0,0000	0,0000	1,42
	Итого:	**582,00**	**16,00**	**17,75**	**88,35**	**561,10**	**19,100**	**0,300**	**6,460**	**7,300**	**294,500**	**62,500**	**285,850**	**0,0239**	**0,0790**	**0,0024**	**3,21**
	Обед																
39/87	Борщ с капустой и картофелем(на курин бул)	250/10	2	5,2	13,1	106	0,9	0,1	0,8	22,8	52,85	28,13	129,98	0,05	0,05	0,0001	27,505
100	Макароны отварные с овощами	180	7,20	7,92	38,20	257,40	0,10	0,10	3,72	3,40	25,20	36,90	1,80	0,002	0,042	0,00	1,00
368	Суфле из птицы	90	11,58	11,47	3,93	165,38	0,082	0,045	1,01	0,45	65,2	13,5	119,5	0,036	0,2	0,023	0,93
153	Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный	180	0,54	0	28,26	111,6	0	0	0,36	0,45	50,31	6,75	17,28	0	0	0	1,4
п.п.	Хлеб ржаной-пшеничный	80	7,2	0,6	37,6	184	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
п.п.	Конфета	5	0,1	2,4	0,001	18,5	1,18	0,023	0,43	0,9	4,1	0,55	2,9	0	0	0	0,02
	Итого:	**795,00**	**28,62**	**27,59**	**121,091**	**842,88**	**2,262**	**0,408**	**7,44**	**27,996**	**235,26**	**125,03**	**397,06**	**0,092**	**0,32**	**0,0231**	**33,975**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	76	0	0,02	0,51	4	24	8	14	0,004	0,016	0	0,6
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	110	0,24	0,2	12,78	48,84	0,033	0,033	0,56	14,3	17,6	20,9	12,1	0,0022	0,01	0	2,42
546	Ватрушка "Лакомка"	60	10,1	13,92	17,3	234,4	0,007	0,03	0,48	0,08	67,04	96,08	10,64	0,00024	0,00144	0,00002	0,41
	Итого:	**370,00**	**11,34**	**14,32**	**50,28**	**359,24**	**0,040**	**0,083**	**1,550**	**18,380**	**108,640**	**124,980**	**36,740**	**0,0064**	**0,0274**	**0,0000**	**3,43**
	Ужин																
20	Капуста тушенная	150	3,00	5,10	11,40	103,50	0,03	0,045	0,45	17,55	82,5	30,00	61,50	0,060	0,020	0,0	1,18
67	Рыба припущенная	90	3	3,7	1,33	97	0,006	0,054	0,31	0,5	12,83	10,13	135,57	0,11	0,5	0,00009	0,46
54	Чай с сахаром	200	0,12	0	12	48,64	0	0	0	3,3	8,42	0	0	0,004	0,009	0,00009	0,91
п.п.	Хлеб пшеничный	75	6	0,75	38,25	172,5	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0,0000	0,0000	0,0000	1,42
11	Сыр (порциями)	15	3,9	3,75	0	49,35	0,024	0,005	0,09	0,045	116,16	4,56	65,25	0	0	0,002	0,13
	Итого:	**530**	**16,02**	**13,30**	**62,98**	**470,99**	**0,055**	**0,254**	**1,680**	**21,395**	**237,210**	**55,190**	**311,070**	**0,1740**	**0,5290**	**0,0035**	**4,10**
	2 ужин																
30	Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0	1,4	240,1	28	190	0,018	0,04	0,004	0,21
	Итого:	**200,00**	**5,80**	**6,40**	**13,20**	**123,00**	**0,04**	**0,06**	**0,00**	**1,40**	**240,10**	**28,00**	**190,00**	**0,02**	**0,04**	**0,00**	**0,21**
	Итого за день:	**2477,00**	**77,78**	**79,36**	**335,90**	**2357,21**	**21,50**	**1,11**	**17,13**	**76,47**	**1115,71**	**395,70**	**1220,72**	**0,31**	**1,00**	**0,03**	**44,93**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

2 день

рецептуры по сбор	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							A	B1	E	C	Кальций	Магний	Фосфор	I	F	Se	Железо
	Завтрак																
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,2	0,2	9,8	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
129	Каша овсянная "Геркулес" жидкая	180/6	5,58	8,64	23,94	190,44	0,09	0	0,98	0	2,34	45,09	200,34	0,009	0,042	0	0,27
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	0,019	0,03	0,01	0,7	111,3	22,3	91,1	0,008	0,02	0,0018	0,65
11	Сыр (порциями)	30	7,8	7,5	0	98,7	0,048	0,009	0,18	0,09	232,32	9,12	130,5	0	0	0,0045	0,255
п.п	Хлеб пшеничный	75	3	0,75	38,25	180,5	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0,0000	0,0000	0,0000	1,42
	Итого:	**591**	**19,88**	**19,99**	**85,79**	**608,04**	**0,187**	**0,219**	**2,510**	**13,790**	**379,260**	**106,010**	**481,690**	**0,0190**	**0,0710**	**0,0063**	**4,795**
	Обед																
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,50	3,00	2,40	36,00	0,00	0,00	1,88	8,50	13,80	1,05	8,40	0,001	0,108	0,00	0,30
115/87	Суп картофельный с клецками (на кур бул)	200/20	2,98	3,57	10,93	87,9	0,014	0,057	1,17	3,38	17,38	13,88	45,66	0,004	0,03	0,0002	0,6434
92	Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,90	163,50	0,03	0,15	0,15	5,55	40,50	30,00	84,00	0,01	0,01	0,0030	1,05
367	Птица в соусе с томатом	90	8,55	9,96	1,99	131,79	0,048	0,026	0,39	0,32	16,07	11,57	44,36	0,0056	0,178	0,019	0,75
150	Кисель из повидла	200	0	0	38,4	150	0,1	0	0	0,04	2,47	1,32	2,22	0,0014	0,4	0,0048	0,11
п.п	Хлеб ржаной-пшеничный	80	3,2	0,8	37,7	184	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
п.п	Хлеб пшеничный	15	1,20	1,50	7,65	34,50	0,00	0,03	0,17	0,00	3,45	2,10	9,75	0,00	0,00	0,00	0,29
п.п.	Конфета	10	0,2	6,7	0,001	37	2,35	0,045	0,85	1,8	7,3	1,1	5,8	0	0	0	0,04
	Итого:	**825**	**19,78**	**32,28**	**120,97**	**824,69**	**2,542**	**0,448**	**5,730**	**19,590**	**138,570**	**100,220**	**325,790**	**0,0260**	**0,7540**	**0,0270**	**6,30**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	0,2	0,2	27,2	80	0	0,02	0,51	4	24	8	14	0,004	0,016	0	0,6
285	Пудинг творожный запеченный	150	22,6	8	31	286	0,067	0,12	0,9	0,3	219	37	314	0,016	0,073	0,035	1,53
	Итого:	**350**	**22,80**	**8,20**	**58,20**	**366,00**	**0,067**	**0,140**	**1,410**	**4,300**	**243,000**	**45,000**	**328,000**	**0,0200**	**0,0890**	**0,0350**	**2,13**
	Ужин																
23	Рагу из овощей с мясом	150	5,2	10,4	10,2	173,4	0,024	0,08	0,49	4,31	25,9	30,6	116,3	0,009	0,28	0,015	1,74
п.п.	Плоды и ягоды свежие (Банан)	150	0,4	0,3	15,878	133,5	0,09	0,09	1,53	39	32	57	33	0,006	0,027	0	6,6
460	Чай с молоком	180	1,44	1,17	10,35	57,6	0,009	0,01	0	0,27	53,19	9,45	41,31	0,0036	0,008	0,00008	0,78
п/п	Хлеб пшеничный	50	2,6	0,5	25,5	115	0	0,1	0,55	0	11,53	7	32,5	0	0	0	0,95
	Итого:	**530,00**	**9,64**	**12,37**	**61,93**	**479,50**	**0,123**	**0,280**	**2,570**	**43,580**	**122,620**	**104,050**	**223,110**	**0,0186**	**0,3150**	**0,0151**	**10,07**
	2 Ужин																
16	Кефир	200	5,8	6,4	8,2	112,6	0,044	0,06	0	1,4	240	28	190	0,018	0,04	0,004	0,2
	Итого:	200	5,8	6,4	8,2	112,6	0,044	0,06	0	1,4	240	28	190	0,018	0,04	0,004	0,2
	Итого за день:	**2496,00**	**77,90**	**79,24**	**335,09**	**2390,83**	**2,96**	**1,15**	**12,22**	**82,66**	**1123,45**	**383,28**	**1548,59**	**0,10**	**1,27**	**0,09**	**23,50**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

3 день

рецептуры по сбор	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							A	B1	E	C	Кальций	Магний	Фосфор	I	F	Se	Железо
	Завтрак																
139	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,20	8,10	24,62	200,25	0,06	0,09	0,35	1,12	204,25	25,75	171,50	0,014	0,04	0,00	0,63
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	19	0,03	0	0,7	108,3	12,6	76,5	0,0079	0,0180	0,0018	0,12
12	Масло сливочное (порционное)	10	0,1	7,25	0,14	66,2	0,027	0,0007	0,06	0	2,11	0	2,61	0	0,0002	0,00008	0,017
п.п.	Хлеб пшеничный	90	7,20	0,90	45,90	207,00	0,00	0,18	0,99	0,00	20,70	12,60	58,50	0,00	0,00	0,00	1,71
	Итого:	**550**	**17,300**	**18,750**	**84,260**	**561,450**	**19,085**	**0,301**	**1,400**	**1,820**	**335,360**	**50,950**	**309,110**	**0,022**	**0,058**	**0,002**	**2,477**
	Обед																
29	Салат картофельный с соленым огурцом	60	0,78	4,56	5,82	64,2	0	0,06	5,03	11,7	21,88	13,95	3,96	0,003	0,004	0,0001	0,38
100	Рассольник ленинградский	200	2,1	4,08	10,6	87,6	0	0,072	1,88	5,68	13,4	20,4	48,8	0,045	0,021	0,0007	0,69
216	Каша перловая вязкая	180	5,96	5,78	29,25	193,10	0,033	0,05	0,45	0,55	109,20	26,10	191,80	0,009	0,015	0,014	0,78
75	Котлета "Детская"	100	14,30	10,50	13,10	197,60	0,00	0,10	0,64	1,10	37,50	31,50	37,00	0,007	0,064	0,000	2,50
494	Компот из плодов или ягод сушеных(изюм) витамин	180	0,39	0,072	19,76	81,84	0,0006	0,018	0	0	12,85	6,57	20,19	0,0001	0,0036	0,00009	0,49
п.п.	Хлеб ржано-пшеничный	80	7,2	0,8	37,6	184	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
	Итого:	**800**	**30,730**	**25,792**	**116,130**	**808,340**	**0,034**	**0,444**	**9,120**	**19,030**	**232,430**	**137,720**	**427,350**	**0,068**	**0,136**	**0,015**	**7,960**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	76	0	0,02	0,51	4	24	8	14	0,004	0,016	0	0,6
175	Перепечи с картофелем	75	4,4	9,6	17	170,1	0,07	0,08	0,2	5,03	40,07	18,1	22,2	0,211	0,025	0,0001	0,78
п.п.	Плоды и ягоды свежие (Банан)	150	3,38	0,3	19,88	110	0,09	0,09	1,53	39	32	57	33	0,006	0,027	0	6,6
	Итого:	**425**	**8,780**	**10,100**	**57,080**	**356,100**	**0,160**	**0,190**	**2,240**	**48,030**	**96,070**	**83,100**	**69,200**	**0,221**	**0,068**	**0,000**	**7,980**
	Ужин																
21	Рагу из овощей	150	2,23	4,04	10,16	86,67	0	0,08	1,8	14,33	57	40,5	97,5	0,008	0,011	0,0003	1,2
52	Суфле рыбное	90	5,96	4,39	9,27	159,9	0,079	0,11	1,02	0,75	103	58,2	290	0,1300	0,6300	0,0000	1,16
148	Овощи свежие (порциями) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,079	0,036	0,012	15	8,4	12	15,6	0,0012	0,012	0,00024	5,94
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,009	8,55	36	0	0	0,018	0,9	7,11	4,5	8,19	0,000001	0,0005	0,00003	0,82
п.п.	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25,5	115	0	0,1	0,55	0	11,53	7	32,5	0	0	0	0,95
п.п.	Конфета	13	1,04	9,36	0,0013	48,1	3,06	0,059	1,11	2,34	9,49	1,43	7,54	0	0	0	0,052
	Итого:	**543,00**	**14,16**	**18,42**	**55,76**	**458,51**	**3,22**	**0,39**	**4,51**	**33,32**	**196,53**	**123,63**	**451,33**	**0,14**	**0,65**	**0,00**	**10,12**
	2 Ужин																
14	Кисломолочный продукт "Йогурт питьевой"	200	6,6	6	22,6	155	0,044	0,08	0	1,2	244	30	192	0,018	0,04	0,004	0,2
	Итого:	**200**	**6,6**	**6**	**22,6**	**155**	**0,044**	**0,08**	**0**	**1,2**	**244**	**30**	**192**	**0,018**	**0,04**	**0,00**	**0,20**
	Итого за день:	**2518,00**	**77,57**	**79,06**	**335,83**	**2339,40**	**22,54**	**1,40**	**17,27**	**103,40**	**1104,39**	**425,40**	**1448,99**	**0,47**	**0,9553**	**0,0214**	**28,74**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

4 день 7-11 лет

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							A	B1	E	C	Кальций	Магний	Фосфор	I	F	Se	Железо
	Завтрак																
42	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,5	3,78	4,98	60	0	0,048	1,68	5,28	8,4	10,2	30,6	0,003	0,12	0,42	0,42
125	Каша манная молочная жидкая	150/5	4,35	6,30	21,75	157,20	0,07	0,06	2,20	1,03	100,72	15,33	92,26	0,0080	0,0430	0,0090	0,30
11	Сыр (порциями)	15	3,2	3,75	0	49,35	0,024	0,005	0,09	0,045	116,16	4,56	65,25	0	0	0,002	0,13
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	19	0,03	0	0,7	108,3	12,6	76,5	0,0079	0,0180	0,0018	0,12
п.п	Хлеб пшеничный	100	8	1	51	230	0	0,2	1,1	0	23	14	65	0	0	0	1,9
	Итого:	530	19,85	17,33	91,33	584,55	19,094	0,343	5,07	7,055	356,58	56,69	329,61	0,0189	0,181	0,4328	2,87
	Обед																
п.п.	Плоды и ягоды свежие(яблоко)	130	0,32	0,32	15,74	59	0,039	0,039	0,663	16,9	21	24,7	14,3	0,0026	0,0117	0	2,86
45	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/28	1,6	1,92	11,84	72	0	0,08	0,72	8,96	19	31	5,92	0,01	0,06	0,0004	1,84
213	Каша гречневая на молоке вязкая	150	6,50	5,60	23,50	170,70	0,023	0,13	0,32	0,43	84,50	81,20	162,80	0,010	0,026	0,004	2,50
49	Азу	100	9,3	12,7	4	184	0	0,03	2,2	1,4	15	17	110	0,072	0,95	0,0027	1,89
495	Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный	200	0,6	0,1	20,1	84	0	0,01	0,4	0,2	20,1	14,4	19,2	0	0	0	0,69
п.п.	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,2	0,8	37,6	184	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
п.п.	Конфета	10	0,4	5	0,001	36	2,35	0,045	0,85	1,8	7,3	1,1	5,8	0	0	0	0,04
	Итого:	898,00	22,920	26,440	112,781	789,700	2,412	0,474	6,273	29,690	204,500	208,600	443,620	0,099	1,076	0,007	12,940
	Полдник																
п.п	Сок фруктовый	200	1	0,2	22,2	90	0	0,02	0,51	4	24	8	14	0,004	0,016	0	0,6
45	Блинчики с маслом	105	5,18	6,20	29,82	196,00	7,04	0,12	2,00	1,39	165,34	25,45	159,68	0,0016	0,03	0,00	0,84
п.п	Хлеб пшеничный	25	2,00	2,50	12,75	57,50	0,00	0,05	0,28	0,00	5,75	3,50	16,25	0,00	0,00	0,00	0,48
	Итого:	330,00	8,18	8,90	64,77	343,50	7,04	0,19	2,79	5,39	195,09	36,95	189,93	0,01	0,05	0,00	1,92
	Ужин																
92	Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,90	163,50	0,03	0,15	0,15	5,55	40,50	30,00	84,00	0,01	0,01	0,0030	1,05
359	Печень, тушенная в соусе сметанном	90	15,60	11,40	9,45	203,26	0,0047	0,087	2,07	2,30	45,94	16,47	325,49	0,0099	0,190	0,032	6,67
148	Овощи свежие (порциями) огурцы	60	0,22	0,06	1,14	6,6	0	0,018	0,06	2,1	10,68	8,46	18,18	0,018	0,01	0,0002	0,31
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	0	0	0	4,59	3,78	6,93	0	0	0	0,73
п.п	Хлеб пшеничный	25	2,00	2,50	12,75	57,50	0,00	0,05	0,28	0,00	5,75	3,50	16,25	0,00	0,00	0,00	0,48
	Итого:	505	21,15	20,80	53,61	465,06	0,035	0,305	2,560	9,950	107,460	62,210	450,850	0,038	0,210	0,035	9,240
	2 ужин																
30	Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0	1,4	240,1	28	190	0,018	0,04	0,004	0,21
	Итого:	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0,000	1,400	240,100	28,000	190,000	0,018	0,0400	0,0040	0,2100
	Итого за день:	2463,00	77,90	79,87	335,69	2305,81	28,62	1,37	16,69	53,49	1103,73	392,45	1604,01	0,18	1,55	0,48	27,18

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

5 день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	Селен	Железо
	Завтрак																
127	Каша пшенная молочная жидкая	150/5	5,25	6,90	25,05	180,00	0,00	0,12	1,20	0,00	21,00	31,50	84,00	0,007	0,016	0,00	1,05
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	0,019	0,03	0,01	0,7	111,3	22,3	91,1	0,008	0,02	0,0018	0,65
п.п	Хлеб пшеничный	85	2,50	0,85	45,35	195,5	0	0,17	0,94	0	19,6	11,9	55,25	0	0	0	1,61
267	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,1	0,03	0,2	0	22	5	77	0,02	0,055	0	1,01
11	Сыр (порциями)	20	4,2	5	0	65,8	0,032	0,006	0,12	0,06	154,88	6,08	87	0	0	0,003	0,17
	Итого:	**500**	**20,350**	**20,250**	**84,500**	**598,300**	**0,151**	**0,356**	**2,470**	**0,760**	**328,780**	**76,780**	**394,350**	**0,035**	**0,091**	**0,005**	**4,490**
	Обед																
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0	0,2	11,8	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
51	Суп-лапша с помидорами	200/20	6,68	6,48	11,44	176,16	5,44	7,6	0,24	5,36	16,24	12,8	7,44	0,00001	0,05	0	0,96
130	Каша рисовая молочная жидкая	180/6	1,98	7,38	18,90	154,80	0,10	0,16	2,40	2,03	194,35	41,78	197,23	0,001	0,031	0,00	0,77
88	Котлета рыбная "Нептун"	100	12,80	13,60	9,90	206,90	0,10	0,10	1,60	1,10	21,20	46,10	7,40	0,21	0,97	0,00007	0,90
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	0,8	39,6	184	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
494	Компот из плодов или ягод сушеных(курага) витами	200	0,98	0,06	23,7	81,44	0,069	0,014	1,1	0,32	28,36	18,27	25,4	0	0	0	0,58
	Итого:	**886**	**25,44**	**28,52**	**115,34**	**847,70**	**5,74**	**8,04**	**6,97**	**21,81**	**313,75**	**177,15**	**374,07**	**0,22**	**1,09**	**0,00**	**8,53**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	0,2	0,2	25,7	80	0	0,02	0,51	4	14	8	14	0,004	0,016	0	0,6
550	Манник	100	5,5	5,1	31	193	0,056	0,046	0,53	0,15	55,6	11	79,7	0,007	0,019	0,0049	0,71
п.п.	Конфета	20	0,2	4,4	0,001	81	4,7	0,09	1,7	3,6	16,15	2,2	11,6	0	0	0	0,08
	Итого:	**320,00**	**5,90**	**9,70**	**56,70**	**354,00**	**4,76**	**0,16**	**2,74**	**7,75**	**85,75**	**21,20**	**105,30**	**0,01**	**0,04**	**0,00**	**1,39**
	Ужин																
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0	0,2	13,8	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
148	Овощи свежие (порциями) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,079	0,036	0,012	15	8,4	12	15,6	0,0012	0,012	0,00024	5,94
329	Бигус	180	16,20	11,90	4,68	191,70	0,00	0,07	0,54	13,90	75,60	35,10	186,30	0,013	0,099	0,000	3,00
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	0,0095	0,02	0	0,3	59,1	10,5	45,9	0,004	0,009	0,00009	0,87
п.п.	Хлеб пшеничный	65	2	0,65	33,15	155,5	0	0,13	0,72	0	14,99	9,1	42,25	0,0000	0,0000	0,0000	1,24
	Итого:	**605**	**20,460**	**14,170**	**65,410**	**468,440**	**0,119**	**0,286**	**1,782**	**42,200**	**174,090**	**85,700**	**301,050**	**0,020**	**0,129**	**0,000**	**13,250**
	2 Ужин																
30	Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0	1,4	240,1	28	190	0,018	0,04	0,004	0,21
	Итого:	**200**	**5,800**	**6,400**	**13,200**	**123,000**	**0,044**	**0,061**	**0,000**	**1,400**	**240,100**	**28,000**	**190,000**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,210**
	Итого за день:	**2511,00**	**77,95**	**79,04**	**335,15**	**2391,44**	**10,81**	**8,90**	**13,96**	**73,92**	**1142,47**	**388,83**	**1364,77**	**0,30**	**1,38**	**0,01**	**27,87**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

6 день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	селен	Железо
	Завтрак																
31	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,3	6,1	6,2	84	0	0,02	2,7	4,7	31	18	35	0,004	0,013	0,0005	1,12
227	Каша ячневая молочная вязкая	150	5,20	4,80	24,20	161,80	0,002	0,08	175,30	0,92	112,90	26,00	174,20	0,072	0,028	0,0120	0,66
465	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,25	12,24	79,2	0,017	0,027	0	0,63	97,47	11,34	68,85	0,0071	0,0160	0,0016	0,11
64-63	бутерброды с сыром	45	6,9	9	10	149	0,62	0,03	0,3	0,1	206	14	135	0,006	0,012	0,0022	0,37
п.п	Хлеб пшеничный	55	4,40	0,25	28,05	126,5	0	0,11	0,61	0	12,69	7,7	35,75	0	0	0	1,42
	Итого:	**530,000**	**20,320**	**22,400**	**80,690**	**600,500**	**0,639**	**0,267**	**178,910**	**6,350**	**460,060**	**77,040**	**448,800**	**0,089**	**0,069**	**0,016**	**3,680**
	Обед																
8	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	2,00	4,30	10,00	88,00	0,00	0,02	0,30	6,30	26,10	10,00	84,40	0,006	0,09	0,0003	0,30
92	Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,90	163,50	0,03	0,15	0,15	5,55	40,50	30,00	84,00	0,01	0,01	0,0030	1,05
68	Биточки по белоруски	100/5	21,30	20,90	1,90	302,70	0,30	0,20	0,08	0,40	124,20	39,10	411,90	0,0022	0,0370	0,0000	5,10
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	6,2	0,5	37,6	184	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
495	Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0	0,009	0,36	0,18	18,09	12,96	17,28	0	0	0	0,62
	Итого:	**775**	**33,19**	**32,54**	**89,49**	**813,80**	**0,33**	**0,52**	**2,01**	**12,43**	**246,49**	**131,26**	**723,18**	**0,02**	**0,17**	**0,00**	**10,19**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	25,2	86	0	0,02	0,51	4	24	8	14	0,004	0,016	0	0,6
540	Шанежка с картофелем	75	7,25	6,75	34,10	226,20	0,04	0,11	0,87	1,62	41,80	20,50	90,30	0,0054	0,0660	0,0030	0,95
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,2	0	15,8	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
	Итого:	**375**	**7,650**	**6,850**	**75,100**	**356,600**	**0,070**	**0,160**	**1,890**	**18,620**	**81,800**	**47,500**	**115,300**	**0,011**	**0,091**	**0,003**	**3,750**
	Ужин																
23	Рагу из овощей с мясом	180	6,21	11,24	12,24	208,08	0,029	0,1	0,59	5,18	31,08	36,72	139,6	0,011	0,34	0,018	2,09
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0	11,8	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
459	Чай с лимоном	200	0,3	0	15,2	40	0	0	0,02	1	7,9	5	9,1	0,000001	0,0005	0,00003	0,87
п.п	Хлеб пшеничный	75	4,00	0,55	38,25	178	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0	0	0	1,42
	Итого:	**555**	**10,910**	**11,790**	**77,490**	**470,480**	**0,059**	**0,280**	**1,950**	**19,180**	**72,280**	**71,220**	**208,450**	**0,013**	**0,350**	**0,018**	**6,580**
	2 Ужин																
30	Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0	1,4	240,1	28	190	0,018	0,04	0,004	0,21
	Итого:	**200,000**	**5,800**	**6,400**	**13,200**	**123,000**	**0,044**	**0,061**	**0,000**	**1,400**	**240,100**	**28,000**	**190,000**	**0,000**	**0,000**	**0,000**	**0,210**
	Итог за день:	**2435**	**77,870**	**79,980**	**335,970**	**2364,380**	**1,142**	**1,287**	**184,760**	**57,980**	**1100,730**	**355,020**	**1685,730**	**0,136**	**0,675**	**0,041**	**24,410**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

7 день

№ рецептуры по сбор	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	селен	Железо
	Завтрак																
30	Винегрет овощной	100	1,3	9,9	8,4	121,5	0,9	0,1	3,68	9,1	18,1	18,1	40	0,005	0,02	0,0001	0,8
130	Каша рисовая молочная жидкая	150/5	1,65	6,15	15,75	129	0,08	0,13	2	1,69	161,96	34,82	164,36	0,009	0,03	0	0,64
62	бутерброды с сыром	40	4,04	5,75	9,84	54,12	0,044	0,03	0,3	0,16	217	14,5	141	0,0005	0,21	0,004	0,36
п.п	Хлеб пшеничный	75	4,00	0,75	37,25	176,5	0	0,114	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0	0	0	1,9
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	19	0,03	0	0,7	108,3	12,6	76,5	0,0079	0,0180	0,0018	0,12
	Итого:	**570**	**13,790**	**25,050**	**84,840**	**569,120**	**20,024**	**0,404**	**6,810**	**11,650**	**522,660**	**90,520**	**470,610**	**0,022**	**0,278**	**0,006**	**3,820**
	Обед																
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,1	0,2	11,8	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
9	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,60	0,80	0,16	0,00	9,20	25,28	27,44	69,20	0,004	0,003	0,0002	1,60
330	Плов из говядины	150	12,24	13,7	25,95	276	0,0223	0,048	0,48	0,66	14,4	31,8	160,8	0,007	0,056	0,0053	1,58
150	Кисель из повидла	200	0	0	38,4	150	0,1	0	0	0,04	2,47	1,32	2,22	0,0014	0,4	0,0048	0,11
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	4	0,8	37,6	184	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
	Итого:	**730**	**21,300**	**19,180**	**131,590**	**788,000**	**0,952**	**0,378**	**2,110**	**22,900**	**95,750**	**118,760**	**368,820**	**0,018**	**0,496**	**0,010**	**8,610**
	Полдник																
110	Сырники из творога запеченые	100	15,2	12,4	18,9	251	4,8	0,13	0,74	3,13	84,45	35,11	118,76	0,007	0,32	0	0,78
437	Соус из кураги	30	0,15	0,009	5,19	21,5	0	0,003	0,16	0,048	5,25	2,97	5,04	0	0	0	0,1
п.п.	Сок фруктовый	200	0,2	0,2	25,2	76	0	0,02	0,51	4	24	8	14	0,004	0,016	0	0,6
	Итого:	**330**	**15,55**	**12,609**	**49,29**	**348,5**	**4,8**	**0,153**	**1,41**	**7,178**	**113,7**	**46,08**	**137,8**	**0,011**	**0,336**	**0**	**1,48**
	Ужин																
148	Овощи свежие (порциями) огурцы	60	0,42	0,06	1,14	6,6	0	0,018	0,06	2,1	10,68	8,46	18,18	0,018	0,01	0,0002	0,31
20	Капуста тушенная	150	3,00	5,10	11,40	103,50	0,03	0,045	0,45	17,55	82,5	30,00	61,50	0,060	0,020	0,0	1,18
359	Печень, тушенная в соусе сметанном	90	15,60	11,40	9,45	203,26	0,0047	0,087	2,07	2,30	45,94	16,47	325,49	0,0099	0,190	0,032	6,67
54	Чай с сахаром	180	0,108	0	10,8	43,78	0	0	0	2,97	7,61	0	0	0,0036	0,008	0,00008	0,82
п.п	Хлеб пшеничный	55	2,40	0,55	28,05	126,5	0	0,11	0,61	0	12,69	7,7	35,75	0	0	0	1,42
	Итого:	**535**	**21,528**	**17,11**	**60,84**	**483,64**	**0,0297**	**0,26**	**3,19**	**24,92**	**159,42**	**62,63**	**440,92**	**0,0915**	**0,228**	**0,03358**	**10,4**
	2 ужин																
469	Молоко кипяченое	200	5,8	5,3	9,1	106,6	0,44	0,07	0	1,4	227,9	26,6	161,4	0,018	0,04	0,004	0,19
	Итого:	**200**	**5,800**	**5,300**	**9,100**	**106,600**	**0,440**	**0,070**	**0,000**	**1,400**	**227,900**	**26,600**	**161,400**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,190**
	Итого за день:	**2365,000**	**77,968**	**79,249**	**335,660**	**2295,860**	**26,246**	**1,265**	**13,520**	**68,048**	**1119,430**	**344,590**	**1579,550**	**0,161**	**1,378**	**0,054**	**24,500**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

8 день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
						ценность, ккал	А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	Селен	Железо
	Завтрак																
п.п.	Плоды и ягоды свежие (Банан)	150	2,28	0,3	13,88	110	0,09	0,09	1,53	39	32	57	33	0,006	0,027	0	6,6
139	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,76	6,48	19,69	160,20	0,89	0,07	0,05	0,92	163,40	20,60	137,20	0,013	0,03	0,00	0,50
465	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,25	12,24	79,2	0,017	0,027	0	0,63	97,47	11,34	68,85	0,0071	0,0160	0,0016	0,11
62	Бутерброды с сыром	30	3,14	4,38	7,38	40,67	0,033	0,02	0,28	0,12	163	10,9	105,7	0,0004	0,16	0,003	0,28
п.п	Хлеб пшеничный	85	3,50	0,85	43,35	195,50	0,00	0,16	0,88	0,00	18,40	11,20	52,00	0,00	0,00	0,00	1,52
	Итого:	**645**	**17,20**	**14,26**	**96,54**	**585,57**	**1,030**	**0,367**	**2,736**	**40,670**	**474,270**	**111,040**	**396,750**	**0,027**	**0,235**	**0,005**	**9,010**
	Обед																
29	Салат картофельный с соленым огурцом	60	0,78	4,56	5,82	64,2	0	0,06	5,03	11,7	21,88	13,95	3,96	0,003	0,004	0,0001	0,38
39/89	Борщ с капустой и картофелем(бульон мясной)	200/8	1,6	4,16	10,48	84,8	0,72	0,08	0,64	18,24	43,46	28,34	102,26	0,04	0,04	0,0001	0,96
213	Каша гречневая на молоке вязкая	150	6,50	5,60	23,50	170,70	0,023	0,13	0,32	0,43	84,50	81,20	162,80	0,010	0,026	0,004	2,50
52	Суфле рыбное	90	5,96	4,39	9,27	159,9	0,079	0,11	1,02	0,75	103	58,2	290	0,1300	0,6300	0,0000	1,16
154	Компот из изюм витамин	200	0,4	0	27,4	106	0	0	0	0,9	20,4	12,8	0	0,00014	0,0041	0,0001	0,8
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,7	1	37,6	176	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
11	Сыр (порциями)	10	2,6	2,5	0	32,09	0,016	0,003	0,06	0,03	77,44	3,04	43,5	0	0	0,0013	0,085
	Итого:	**798**	**21,54**	**22,21**	**114,07**	**793,69**	**0,84**	**0,52**	**8,19**	**32,05**	**388,28**	**236,73**	**728,12**	**0,19**	**0,73**	**0,01**	**9,01**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	1	0,2	25,2	101	0	0,02	0,51	4	14	8	14	0,004	0,016	0	0,6
550	Маннник	100	5,5	5,1	31	193	0,074	0,06	0,7	0,2	55,6	14,4	103,7	0,0092	0,025	0,0064	0,93
п.п.	Конфета	20	0,4	15,1	0,001	74	4,7	0,09	1,7	3,6	16,15	2,2	11,6	0	0	0	0,08
	Итого:	**320**	**6,90**	**20,40**	**56,20**	**368,00**	**4,774**	**0,170**	**2,910**	**7,800**	**85,750**	**24,600**	**129,300**	**0,013**	**0,041**	**0,006**	**1,610**
	ужин																
148	Овощи свежие (порциями) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,079	0,036	0,012	15	8,4	12	15,6	0,0012	0,012	0,00024	5,94
334	Запеканка картофельная с мясом	200	22,8	15,7	17	300	0,026	0,2	1,1	11	30	44	223	0,018	0,106	0,0019	3,44
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	4,2	7,7	0	0	0	0,82
п.п	Хлеб пшеничный	50	2,76	0,5	26,5	115	0	0,1	0,55	0	11,53	7	32,5	0	0	0	0,95
	Итого:	**510,00**	**26,42**	**16,42**	**55,08**	**465,84**	**0,105**	**0,336**	**1,662**	**26,000**	**55,030**	**67,200**	**278,800**	**0,019**	**0,118**	**0,002**	**11,150**
	2 ужин																
30	Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0	1,4	240,1	28	190	0,018	0,04	0,004	0,21
	Итого:	**200**	**5,80**	**6,40**	**13,20**	**123,00**	**0,044**	**0,061**	**0,000**	**1,400**	**240,100**	**28,000**	**190,000**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,210**
	Итого за день	**2473,00**	**77,86**	**79,69**	**335,09**	**2336,10**	**6,791**	**1,457**	**15,498**	**107,920**	**1243,430**	**467,570**	**1722,970**	**0,264**	**1,166**	**0,023**	**30,99**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

9 день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	селен	Железо
	Завтрак																
п.п.	Плоды и ягоды свежие (Банан)	200	0,4	1	24,8	178	0,12	0,12	2,04	52	42,67	76	44	0,008	0,036	0	8,8
227	Каша ячневая молочная вязкая	150	5,20	4,80	24,20	161,80	0,02	0,08	175,30	0,92	112,90	26,00	174,20	0,072	0,028	0,012	0,66
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	0,017	0,03	0,009	0,63	100,1	20,07	81,9	0,007	0,02	0,0016	0,58
п.п	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,7	35,7	161	0	0,14	0,77	0	16,15	9,8	45,5	0	0	0	1,33
	Итого:	**600**	**11,07**	**9,11**	**97,12**	**585,4**	**0,157**	**0,37**	**178,119**	**53,55**	**271,82**	**131,87**	**345,6**	**0,087**	**0,084**	**0,0136**	**11,37**
	Обед																
30	Винегрет овощной	60	0,78	5,9	5	72,9	0,54	0,03	2,76	5,4	10,8	10,8	24	0,003	0,012	0,0006	0,46
115/87	Суп картофельный с клецками (на кур бул)	200/20	2,98	3,57	10,93	87,9	0,014	0,057	1,17	3,38	17,38	13,88	45,66	0,004	0,03	0,0002	0,6434
92	Картофельное пюре	180	3,78	8,1	26,28	196,2	0,04	0,18	0,18	6,66	48,6	36	100,8	0,01	0,01	0,0003	1,26
306	Суфле из рыбы и творога	90	10,95	10	3,01	124,9	0,056	0,144	0,963	0,774	110,03	75,6	266,01	0,0594	0,0054	0,533	1,57
488	Компот из апельсинов с яблоками	180	0,45	0,18	14,04	60,3	0	0,018	0,18	8,19	17,19	7,2	10,98	0,0013	0,36	0,0043	0,83
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	3	0,8	37,6	176	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
п.п.	Конфета	30	0,2	10	0,002	121,5	7,05	0,14	2,55	5,4	24,23	3,3	17,4	0	0	0	0,12
	Итого:	**840,00**	**22,14**	**38,55**	**96,86**	**839,70**	**7,70**	**0,71**	**8,92**	**29,80**	**265,83**	**185,98**	**590,45**	**0,08**	**0,45**	**0,54**	**8,00**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	0,2	0,4	23,2	82	0	0,02	0,51	4	14	8	14	0,004	0,016	0	0,6
285	Пудинг творожный запеченный	150	22,6	8	31	286	0,067	0,12	0,9	0,3	219	37	314	0,016	0,073	0,035	1,53
	Итого:	**350,00**	**22,80**	**8,40**	**54,20**	**368,00**	**0,07**	**0,14**	**1,41**	**4,30**	**233,00**	**45,00**	**328,00**	**0,02**	**0,09**	**0,04**	**2,13**
	Ужин																
21	Рагу из овощей	150	2,23	4,04	10,16	86,67	0	0,08	1,8	14,33	57	40,5	97,5	0,008	0,011	0,0003	1,2
367	Птица в соусе с томатом	90	8,55	9,96	1,99	131,79	0,048	0,026	0,39	0,32	16,07	11,57	44,36	0,0056	0,178	0,019	0,75
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	0,0095	0,02	0	0,3	59,1	10,5	45,9	0,004	0,009	0,00009	0,87
п.п	Хлеб пшеничный	80	3,00	0,80	40,80	184,00	0,00	0,16	0,88	0,00	18,40	11,20	52,00	0,00	0,00	0,00	1,52
	Итого:	**520,00**	**15,38**	**16,10**	**64,45**	**466,46**	**0,058**	**0,286**	**3,070**	**14,950**	**150,570**	**73,770**	**239,760**	**0,0176**	**0,1980**	**0,0194**	**4,34**
	2 ужин																
14	Кисломолочный продукт "Йогурт питьевой"	200	6,6	7	22,6	155	0,044	0,08	0	1,2	244	30	192	0,018	0,04	0,004	0,2
	Итого:	**200**	**6,600**	**7,000**	**22,600**	**155,000**	**0,044**	**0,080**	**0,000**	**1,200**	**244,000**	**30,000**	**192,000**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,200**
	Итого за день:	**2510,00**	**77,99**	**79,16**	**335,23**	**2414,56**	**8,03**	**1,59**	**191,52**	**103,80**	**1165,22**	**466,62**	**1695,81**	**0,22**	**0,86**	**0,61**	**26,04**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

10 день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	Селен	Железо
							Завтрак										
п.п.	Плоды и ягоды свежие(яблоко)	200	0,8	0,8	19,6	88,8	0,06	0,06	1,03	26	32	41	22	0,017	0,017	0	4,4
125	Каша манная молочная жидкая	150/5	4,35	6,30	21,75	157,20	0,07	0,06	2,20	1,03	100,72	15,33	92,26	0,0080	0,0430	0,0090	0,30
11	Сыр (порциями)	30	7,8	7,5	0	98,7	0,048	0,009	0,18	0,09	232,32	9,12	130,5	0	0	0,0045	0,255
465	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,25	12,24	79,2	0,017	0,027	0	0,63	97,47	11,34	68,85	0,0071	0,0160	0,0016	0,11
п.п	Хлеб пшеничный	75	3	0,75	38,25	180,5	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0,0000	0,0000	0,0000	1,42
	Итого:	**640**	**18,470**	**17,600**	**91,840**	**604,400**	**0,195**	**0,306**	**4,240**	**27,750**	**479,810**	**87,290**	**362,360**	**0,032**	**0,076**	**0,015**	**6,485**
							Обед										
35	Салат "Сахалинский	80	0,72	4,8	2,56	53,36	0,64	0	0,18	2,24	14,4	5,6	16	0,00024	0,015	0,00024	0,33
100	Рассольник ленинградский	200	2,1	4,08	10,6	87,6	0	0,072	1,88	5,68	13,4	20,4	48,8	0,045	0,021	0,0007	0,69
256	Макаронные изделия отварные	180	6,60	5,94	35,46	221,40	0,04	0,07	0,90	0,00	14,40	9,00	54,00	0,001	0,012	0,00	1,26
49	Азу	100	9,3	12,7	4	184	0	0,03	2,2	1,4	15	17	110	0,072	0,95	0,0027	1,89
495	Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0	0,009	0,36	0,18	18,09	12,96	17,28	0	0	0	0,62
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,2	1,8	38,6	176	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
	Итого:	**820,000**	**23,460**	**29,410**	**109,310**	**797,960**	**0,678**	**0,323**	**6,640**	**9,500**	**112,890**	**104,160**	**371,680**	**0,122**	**1,026**	**0,004**	**7,910**
							Полдник										
546	Ватрушка "Лакомка"	60	10,1	13,92	17,28	234,4	0,0072	0,032	0,48	0,08	67,04	96,08	10,64	0,00024	0,00144	0,00002	0,41
п.п.	Сок фруктовый	200	1	0,2	18,2	76	0	0,02	0,51	4	21	8	14	0,004	0,016	0	0,6
п.п.	Плоды и ягоды свежие(яблоко)	100	0,2	0,2	11,8	44,4	0,03	0,03	0,51	13	19	19	11	0,002	0,009	0	2,2
	Итого:	**360**	**11,3**	**14,32**	**47,28**	**354,8**	**0,0372**	**0,082**	**1,5**	**17,08**	**107,04**	**123,08**	**35,64**	**0,00624**	**0,02644**	**0,00002**	**3,21**
							Ужин										
128	Каша пшеничная молочная жидкая	150/5	6,12	8,1	29,88	181,8	0,08	0,11	0	1,3	138,78	164,6	240,6	0,008	0,016	0	0,7
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	9,64	2,92	4,76	79,36	0,20	0,060	0,76	1,29	32,22	38,42	146,10	0,83	0,39	0,0008	0,63
п.п	Хлеб пшеничный	75	3	0,75	35,25	180,5	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0,0000	0,0000	0,0000	1,42
457	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	0	5,1	4,2	7,7	0	0	0	0,82
	итого:	**520**	**18,96**	**11,87**	**79,19**	**479,66**	**0,28**	**0,32**	**1,59**	**2,59**	**193,4**	**217,72**	**443,15**	**0,838**	**0,406**	**0,0008**	**3,57**
							2Ужин										
16	Кефир	200	5,8	6,4	8,2	112,6	0,044	0,06	0	1,4	243	28	190	0,018	0,04	0,004	0,2
	Итого:	**200**	**5,800**	**6,400**	**8,200**	**112,600**	**0,044**	**0,060**	**0,000**	**1,400**	**243,000**	**28,000**	**190,000**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,200**
	Итого за день	**2540**	**77,990**	**79,600**	**335,82**	**2349,42**	**1,2342**	**1,091**	**13,97**	**58,32**	**1136,14**	**560,25**	**1402,83**	**1,01628**	**1,57444**	**0,02356**	**21,375**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет																		
11 день																		
№ рецептуры по	**Наименование блюда**	**Выход,гр**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Эн.ценность**	**Витамины**				**Минеральные вещества (мг)**						
							А	**В1**	**Е**	**С**	**Кальций**	**Магний**	**Фосфор**	**Йод**	**Фтор**	**Селен**	**Железо**
Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет																		
п.п.	Плоды и ягоды свежие (Банан)	150	0,3	0,3	16,88	110	0,09	0,09	1,53	39	32	57	33	0,006	0,027	0	6,6
130	Каша рисовая молочная жидкая	150/5	1,65	6,15	15,75	129,00	0,10	0,16	2,40	2,03	161,96	41,78	197,23	0,010	0,031	0,00	0,77
12	Масло сливочное (порционное)	10	0,1	7,25	0,14	66,2	0,027	0,0007	0,06	0	2,11	0	2,61	0	0,0002	0,00008	0,017
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	0,017	0,03	0,009	0,63	100,1	20,07	81,9	0,007	0,02	0,0016	0,58
п.п	Хлеб пшеничный	85	4,50	0,85	46,35	195,50	0,00	0,16	0,88	0,00	18,40	11,20	52,00	0,00	0,00	0,00	1,52
	Итого:	**580**	**9,52**	**17,16**	**91,54**	**585,30**	**0,234**	**0,441**	**4,879**	**41,660**	**314,570**	**130,050**	**366,740**	**0,023**	**0,078**	**0,002**	**9,487**
Обед																		
42	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,5	3,78	4,98	60	0	0,048	1,68	5,28	8,4	10,2	30,6	0,003	0,12	0,42	0,42
51	Суп-лапша с помидорами	200/20	6,68	6,48	11,44	176,16	5,44	7,6	0,24	5,36	16,24	12,8	7,44	0,00001	0,05	0	0,96
216	Каша перловая вязкая	180	5,96	5,78	29,25	193,01	0,033	0,054	0,45	0,55	109,20	26,10	191,80	0,009	0,015	0,014	0,78
53	Котлеты рыбные любительские	100	8,27	4,40	8,24	125,60	0,44	0,10	1,08	2,28	63,71	58,30	216,90	0,09	0,46	0,00	0,16
494	Компот из плодов или ягод сушеных(курага) витами	180	0,88	0,05	21,33	73,29	0,062	0,012	0,99	0,28	25,52	16,44	22,86	0	0	0	0,52
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,47	0,8	37,6	176	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
п.п.	Конфета	10	0,2	5	0,001	40	2,35	0,045	0,85	1,8	7,3	1,1	5,8	0	0	0	0,04
	Итого:	**830**	**26,96**	**26,29**	**112,84**	**844,06**	**8,33**	**8,00**	**6,41**	**15,55**	**267,97**	**164,14**	**601,00**	**0,11**	**0,67**	**0,43**	**6,00**
Полдник																		
п.п.	Сок фруктовый	200	0,2	0,2	24,9	76	0	0,02	0,51	4	14	8	14	0,004	0,016	0	0,6
285	Пудинг творожный запеченный	150	22,6	8	31	286	0,067	0,12	0,9	0,3	219	37	314	0,016	0,073	0,035	1,53
	Итого:	**350**	**22,8**	**8,2**	**55,9**	**362**	**0,067**	**0,140**	**1,410**	**4,300**	**233,000**	**45,000**	**328,000**	**0,020**	**0,089**	**0,035**	**2,130**
Ужин																		
50	Жаркое по- домашнему	180	6,8	8,8	19,2	204,3	0	0,18	0,42	7,4	31,4	47,7	0,5	0,011	0,081	0,013	3,4
148	Овощи свежие (порциями) огурцы	60	0,42	0,06	1,14	6,6	0	0,018	0,06	2,1	10,68	8,46	18,18	0,018	0,01	0,0002	0,31
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	0,0095	0,02	0	0,3	59,1	10,5	45,9	0,004	0,009	0,00009	0,87
п.п	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,6	30,6	138	0	0,12	0,66	0	13,84	8,4	39	0,0000	0,0000	0,0000	1,14
п.п.	Конфета	20	0,4	10,3	0,001	80	4,7	0,09	1,7	3,6	16,15	2,2	11,6	0	0	0	0,08
	Итого:	**520**	**12,62**	**21,06**	**62,44**	**492,90**	**4,710**	**0,428**	**2,840**	**13,400**	**131,170**	**77,260**	**115,180**	**0,033**	**0,100**	**0,013**	**5,80**
2 ужин																		
30	Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0	1,4	240,1	28	190	0,018	0,04	0,004	0,21
	Итого:	**200**	**5,8**	**6,4**	**13,2**	**123**	**0,044**	**0,061**	**0**	**1,4**	**240,1**	**28**	**190**	**0,018**	**0,04**	**0,004**	**0,21**
	Итого за день	**2480**	**77,7**	**79,11**	**335,922**	**2407,26**	**13,3795**	**9,0687**	**15,539**	**76,31**	**1186,81**	**444,45**	**1600,92**	**0,20001**	**0,9802**	**0,48797**	**23,627**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

12 день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	Селен	Железо
п.п.	Плоды и ягоды свежие (Банан)	200	0,4	0,4	20,5	178	0,12	0,12	2,04	52	42,67	76	44	0,008	0,036	0	8,8
229	Каша "Дружба"	150	3,80	4,80	20,10	139,40	0,03	0,06	0,10	0,96	95,12	22,30	102,40	0,007	0,016	0,00	0,32
465	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,25	12,24	79,2	0,017	0,027	0	0,63	97,47	11,34	68,85	0,0071	0,0160	0,0016	0,11
62	Бутерброды с сыром	30	3,14	4,38	7,38	40,67	0,033	0,02	0,28	0,12	163	10,9	105,7	0,0004	0,16	0,003	0,28
п.п	Хлеб пшеничный	55	3,20	0,55	28,05	126,5	0	0,11	0,61	0	12,69	7,7	35,75	0	0	0	1,42
	Итого:	**615**	**13,060**	**12,38**	**88,27**	**563,77**	**0,198**	**0,341**	**3,03**	**53,71**	**410,95**	**128,24**	**356,7**	**0,0225**	**0,228**	**0,0046**	**10,93**
	Обед																
30	Винегрет овощной	60	0,78	5,94	5,04	72,9	0,554	0,03	2,76	5,4	10,8	10,8	24	0,003	0,012	0,00006	0,46
8	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	2,00	4,30	10,00	88,00	0,00	0,02	0,30	6,30	26,10	10,00	84,40	0,006	0,09	0,0003	0,30
227	Каша ячневая молочная вязкая	180	6,35	5,83	29,08	194,22	0,033	0,10	210,30	1,10	135,50	31,20	209,15	0,086	0,034	0,014	0,79
359	Печень, тушенная в соусе сметанном	90	15,60	11,40	9,45	203,26	0,0047	0,087	2,07	2,30	45,94	16,47	325,49	0,0099	0,190	0,032	6,67
153	Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный	200	0,6	0	31,4	124	0	0	0,4	0,5	55,9	7,5	19,2	0	0	0	1,56
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,2	0,8	36,6	176	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
	Итого:	**870**	**29,53**	**28,27**	**121,57**	**858,38**	**0,5917**	**0,377**	**216,95**	**15,6**	**311,84**	**115,17**	**787,84**	**0,1089**	**0,354**	**0,04636**	**12,9**
	Полдник																
110	Сырники из творога запеченые	100	15,2	12,4	18,9	251	4,8	0,13	0,74	3,13	84,45	35,11	118,76	0,007	0,32	0	0,78
437	Соус из кураги	30	0,15	0,009	5,19	21,5	0	0,003	0,16	0,048	5,25	2,97	5,04	0	0	0	0,1
п.п.	Сок фруктовый	200	1	0,23	18,2	76	0	0,02	0,51	4	14	8	14	0,004	0,016	0	0,6
п.п.	Конфета	5	0,4	4	0,001	18,5	1,18	0,023	0,43	0,9	4,1	0,55	2,9	0	0	0	0,02
	Итого:	**335**	**16,750**	**16,639**	**42,291**	**367,000**	**5,980**	**0,176**	**1,840**	**8,078**	**107,800**	**46,630**	**140,700**	**0,011**	**0,336**	**0,000**	**1,500**
	Ужин																
148	Овощи свежие (порциями) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,079	0,036	0,012	15	8,4	12	15,6	0,0012	0,012	0,00024	5,94
23	Рагу из овощей и мяса	180	6,21	11,24	12,24	208,08	0,029	0,1	0,59	5,18	31,08	36,72	139,6	0,011	0,34	0,018	2,09
146	Чай с лимоном	200	0,3	0	15,2	60	0	0,01	0,02	3,3	8,45	5,36	10	0,00001	0,0006	0,00003	0,91
п.п	Хлеб пшеничный	80	5,00	0,80	40,80	184,00	0,00	0,16	0,88	0,00	18,40	11,20	52,00	0,00	0,00	0,00	1,52
п.п.	Конфета	5	0,4	4	0,001	18,5	1,18	0,023	0,43	0,9	4,1	0,55	2,9	0	0	0	0,02
	Итого	**525,000**	**12,570**	**16,160**	**70,521**	**483,420**	**1,288**	**0,329**	**1,932**	**24,380**	**70,430**	**65,830**	**220,100**	**0,012**	**0,353**	**0,018**	**10,480**
	2 Ужин																
30	Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	13,2	123	0,044	0,061	0	1,4	240,1	28	190	0,018	0,04	0,004	0,21
	Итого:	**200,00**	**5,800**	**6,400**	**13,200**	**123,000**	**0,044**	**0,061**	**0,000**	**1,400**	**240,100**	**28,000**	**190,000**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,210**
	Итого за день	**2545**	**77,71**	**79,85**	**335,85**	**2395,57**	**8,10**	**1,28**	**223,75**	**103,17**	**1141,12**	**383,87**	**1695,34**	**0,17**	**1,31**	**0,07**	**36,02**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

13 день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	селен	Железо
	Завтрак																
п.п.	Плоды и ягоды свежие(яблоко)	100	0,2	0,6	13,1	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
275	Омлет с сыром	200	23,25	31	3,75	387,5	0,38	0,1	1,25	0,5	427,5	40	442,5	0	0	0	2,88
460	Чай с молоком	180	1,44	1,17	10,35	57,6	0,0085	0,01	0	0,27	53,19	9,45	41,31	0,0036	0,008	0,00008	0,78
п.п	Хлеб пшеничный	50	2,60	0,5	24,5	115	0	0,1	0,55	0	11,53	7	32,5	0	0	0	0,95
	Итого:	**530**	**27,490**	**33,270**	**51,700**	**604,500**	**0,419**	**0,240**	**2,310**	**13,770**	**508,220**	**75,450**	**527,310**	**0,006**	**0,017**	**0,000**	**6,810**
	Обед																
45	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/28	1,6	1,92	11,84	72	0	0,08	0,72	8,96	19	31	5,92	0,01	0,06	0,0004	1,84
94	Рис припущенный	180	4,14	6,66	42,12	270,00	0,08	0,05	0,66	0,00	5,94	31,10	94,68	0,0006	0,04	0,00000	0,64
49	Азу	90	8,37	11,43	3,6	165,6	0	0,027	1,98	1,26	13,5	15,3	99	0,065	0,57	0,0025	1,7
494	Компот из плодов или ягод сушеных(изюм) витамин	180	0,39	0,072	19,76	81,84	0,0006	0,018	0	0	12,85	6,57	20,19	0,0001	0,0036	0,00009	0,49
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,8	1	37,6	176	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
п.п	Хлеб пшеничный	25	1,10	0,03	11,75	57,50	0,00	0,05	0,28	0,00	5,75	3,50	16,25	0,00	0,00	0,00	0,48
	Итого	**783**	**20,400**	**21,112**	**126,670**	**822,940**	**0,081**	**0,365**	**4,760**	**10,220**	**94,640**	**126,670**	**361,640**	**0,080**	**0,702**	**0,003**	**8,270**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	0,2	0,3	19	90	0	0,02	0,51	4	14	8	14	0,004	0,016	0	0,6
182	Коржик молочный	50	3,2	5,7	32,27	192	0,1	0,1	0,21	1,3	79	10,8	140,3	0,0013	0,0043	0,0045	2,3
п.п.	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	140	0,56	0,96	13,1	62,16	0,042	0,042	0,71	18,2	22,4	26,6	15,4	0,002	0,013	0	3,08
	Итого:	**390**	**3,96**	**6,96**	**64,37**	**344,16**	**0,142**	**0,162**	**1,43**	**23,5**	**115,4**	**45,4**	**169,7**	**0,0073**	**0,0333**	**0,0045**	**5,98**
	Ужин																
148	Овощи свежие (порциями) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,079	0,036	0,012	15	8,4	12	15,6	0,0012	0,012	0,00024	5,94
128	Каша пшеничная молочная жидкая	180/6	6,12	8,10	29,88	181,80	0,00	0,02	0,00	0,32	138,78	38,16	43,47	0,009	0,017	0,00	1,78
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	9,64	2,92	4,76	79,36	0,2	0,06	0,76	1,29	32,22	38,42	146,16	0,83	0,39	0,0008	0,63
54	Чай с сахаром	200	0,12	0	12	48,64	0	0	0	3,3	8,45	0	0	0,004	0,009	0,00009	0,91
п.п.	Хлеб пшеничный	75	3,50	1	35,25	170,5	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0	0	0	1,42
	Итого	**611**	**20,04**	**12,14**	**84,17**	**493,14**	**0,279**	**0,266**	**1,602**	**19,910**	**205,150**	**99,080**	**253,980**	**0,844**	**0,428**	**0,001**	**10,680**
	2 Ужин																
16	Кефир	200	5,8	6,4	8,2	112,6	0,044	0,06	0	1,4	240	28	190	0,018	0,04	0,004	0,2
	Итого:	**200**	**5,800**	**6,400**	**8,200**	**112,600**	**0,044**	**0,060**	**0,000**	**1,400**	**240,000**	**28,000**	**190,000**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,200**
	Итого за день	**2514**	**77,690**	**79,882**	**335,110**	**2377,340**	**0,964**	**1,093**	**10,102**	**68,800**	**1163,410**	**374,600**	**1502,630**	**0,955**	**1,220**	**0,013**	**31,940**

Весенне-летнее меню для школьников 7-11 лет

14день

№ рецептуры по	Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)						
							А	В1	Е	С	Кальций	Магний	Фосфор	Йод	Фтор	селен	Железо
	Завтрак																
п.п.	Конфета	10	0,4	5,3	0,001	37	2,35	0,045	0,85	1,8	12,3	1,1	5,8	0	0	0	0,04
139	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,76	6,48	19,69	160,20	0,89	0,07	0,05	0,92	163,40	20,60	137,20	0,013	0,03	0,00	0,50
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	0,017	0,03	0,009	0,63	100,1	20,07	81,9	0,007	0,02	0,0016	0,58
64/63	Бутерброды с сыром	35	5,2	7,8	7,4	121	0,052	0,02	0,28	0,1	158	11	103	0,005	0,011	0,0021	0,28
п.п	Хлеб пшеничный	75	3,50	1	40,25	170,5	0	0,15	0,83	0	17,3	10,5	48,75	0	0	0	1,42
	Итого:	**500**	**17,83**	**23,19**	**79,76**	**573,30**	**3,309**	**0,315**	**2,015**	**3,450**	**451,100**	**63,270**	**376,650**	**0,025**	**0,063**	**0,004**	**2,820**
	Обед																
27	Салат "Удмуртский"	80	7,30	9,80	6,70	144,60	0,10	0,10	2,90	52,50	15,70	15,40	29,60	0,0050	0,02	0,00400	0,90
9//89	Суп картофельный с бобовым(на мясном бул)	200	4,96	4,48	17,84	133,6	0,8	0,16	0	9,2	27,3	28,28	71,72	0,004	0,003	0,0002	1,6
50	Жаркое по домашнему	200	7,5	9,8	21,33	227	0	0,2	0,47	8,2	34,9	53	0,5	0,012	0,09	0,014	3,8
157	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	0	0	0	3	0,5	6,5	11,5	0,0017	0,014	0,0004	0,1
п.п	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,3	0,8	37,6	176	0	0,14	1,12	0	37,6	39,2	125,6	0,004	0,028	0	3,12
п.п.	Конфета	10	0,4	5,3	0,001	37	2,35	0,045	0,85	1,8	12,3	1,1	5,8	0	0	0	0,04
	Итого	**770**	**24,56**	**30,18**	**108,67**	**814,20**	**3,25**	**0,65**	**5,34**	**74,70**	**128,30**	**143,48**	**244,72**	**0,03**	**0,16**	**0,02**	**9,56**
	Полдник																
п.п.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	80	0	0,02	0,51	4	14	8	14	0,004	0,016	0	0,6
177	Сочни из песочного теста с творогом	70	7,63	10,15	29,05	239,12	0,075	0,075	0,28	0,075	42,84	12,88	70,84	0,017	0,026	0	0,65
п.п.	Плоды и ягоды свежие(яблоко)	100	0,2	0,6	11	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
	Итого:	**370**	**8,83**	**10,95**	**60,25**	**363,52**	**0,105**	**0,125**	**1,300**	**17,075**	**72,840**	**39,880**	**95,840**	**0,023**	**0,051**	**0,000**	**3,45**
	Ужин																
п.п.	Плоды и ягоды свежие(яблоко)	100	0,2	0,6	11	44,4	0,03	0,03	0,51	13	16	19	11	0,002	0,009	0	2,2
216	Каша перловая вязкая	150	4,90	4,80	24,40	160,90	0,028	0,050	0,38	0,46	91,00	21,80	159,90	0,007	0,012	0,012	0,65
302	Кнели рыбные припущенные	90	9,8	1,53	2,74	85	0,01	0,073	0,33	0,28	62,96	40,11	184,6	0,101	0,45	0,01	0,69
п.п	Хлеб пшеничный	55	3,75	0,55	30,05	126,5	0	0,11	0,61	0	12,69	7,7	35,75	0	0	0	1,42
460	Чай с молоком	180	1,44	1,17	10,35	57,6	0,009	0,01	0	0,27	53,19	9,45	41,31	0,0036	0,008	0,00008	0,78
	Итого	**575**	**20,09**	**8,65**	**78,54**	**474,4**	**0,077**	**0,273**	**1,83**	**14,01**	**235,84**	**98,06**	**432,56**	**0,1136**	**0,479**	**0,02208**	**5,74**
	2 Ужин																
16	Кефир	200	5,8	6,4	8,2	112,6	0,044	0,06	0	1,4	240	28	190	0,018	0,04	0,004	0,2
	Итого:	**200**	**5,800**	**6,400**	**8,200**	**112,600**	**0,044**	**0,060**	**0,000**	**1,400**	**240,000**	**28,000**	**190,000**	**0,018**	**0,040**	**0,004**	**0,200**
	Итого за день	**2415**	**77,11**	**79,37**	**335,42**	**2338,02**	**6,785**	**1,418**	**10,485**	**110,635**	**1128,080**	**372,690**	**1339,770**	**0,206**	**0,791**	**0,048**	**21,770**