



СОГЛАСОВАНО

И.о. директора

МАОУ «СОШ № 19»

С.Т. Жадан

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

МП «Комбинат школьного питания»

А.П. Деминская



**Примерный десятидневный циклический рацион питания  
для летних лагерей с дневным пребыванием детей в каникулярный период  
г. Северодвинска с 12 лет и старше**

Нормативный документ	Наименование блюд или эквивалент	Норма выпуска готового блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
			белки,г	жиры,г	углеводы,г		В1,мг	С,мг	А,мг	В2,мг	В, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К,мг	І,мг	Se,мг	F,мг
<b>1-й день</b>																			
<b>Завтрак:</b>																			
№ 384 2008	Каша молочная пшеничная с маслом	220/10	8,5	11,3	46,16	326,646	0,22	0,06	124,8	0,002	2,1	129,12	53,22	197,54	1,42	86	0,002	0,0055	0,02
№ 3, 2008	Бутерброд с сыром и маслом	20/20/10	6,85	12,75	10,15	182,65	0,05	0	21	0,1	0,2	5,85	9,93	51,66	0,69	200	0	0,001	0,03
№ 943, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0	0	9,98	39,92	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
Распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>540</b>	<b>18,88</b>	<b>22,84</b>	<b>98,22</b>	<b>680,27</b>	<b>0,352</b>	<b>0,59</b>	<b>145,81</b>	<b>0,122</b>	<b>2,3</b>	<b>162,02</b>	<b>86,15</b>	<b>305,24</b>	<b>4,07</b>	<b>328,6</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,75</b>
<b>Обед:</b>																			
Распор. МП КШП № 770	Овощи свежие в нарезке	100	1,23	0,15	3,3	19,47	0,01	3,75	0,15	0,012	0	2,1	3	3,9	0,15	85,6	0,001	0	0
№ 187, 2008	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	7,5	10,34	9,82	162,34	0,12	37,6	73	0,05	0,8	112,44	32,4	82	1,363	90	0,002	0,005	0,05
распор МП КШП № 973	Котлета "Сочная"	90	7,38	10,36	12,36	172,2	0,09	0,8	0,25	0,09	2,1	74,9	19,6	143,4	2,232	62,3	0,008	0,004	0,3
№ 378, 2008	Греча отварная	180	10,3	7,33	46,9	302,69	0,14	0	25,5	0,85	0	37	12,8	12,8	1				
Распор МП КШП №942	Соус красный основной	25	0,18	0,38	2,135	12,68	0,0065	1,135	0	0,5	0,5	3,025	1,75	4,63	0,135	12	0,001	0	0,3
распор МП КШП №601	Компот из вишни	200	0,2	0,06	12,64	51,9	0,028	4	0	0	0	8,05	5,24	9,78	0,19	21	0	0	0,002
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	25	4,56	0,48	30,09	142,92	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	27,3	0,018	0	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	25	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	25,6	0,018	0	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>905</b>	<b>33,99</b>	<b>29,58</b>	<b>133,97</b>	<b>945,96</b>	<b>0,4765</b>	<b>47,685</b>	<b>98,9</b>	<b>1,502</b>	<b>3,4</b>	<b>248,395</b>	<b>89,35</b>	<b>333,305</b>	<b>5,91</b>	<b>323,8</b>	<b>0,048</b>	<b>0,009</b>	<b>0,652</b>
<b>Полдник:</b>																			
распор МП КШП №425	Запеканка творожная с молоком сгущенным	100/20	10,34	7,70	26,30	215,85	0,04	0,2	111,2	0,565	1,2	87,09	26,85	98,25	0,352	87	0,008	0,002	0,3
№ 457, Дели,2006	Булочка российская ( с кунжутом)	30	2,11	2,4	16,66	96,68	0,03	0,01	5	0	0	8,2	7,5	21,9	0,37	16,3	0,007	0,001	0
№966, 2008	Ряженка	200	3,3	6,6	8,2	105,4	0,04	0,6	40	0,0160,3	0,3	228,2	18	184	0,2	83,4	0,001	0,001	0,15
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>350</b>	<b>15,75</b>	<b>16,70</b>	<b>51,16</b>	<b>417,93</b>	<b>0,11</b>	<b>0,81</b>	<b>156,20</b>	<b>0,57</b>	<b>1,50</b>	<b>323,49</b>	<b>52,35</b>	<b>304,15</b>	<b>0,92</b>	<b>186,70</b>	<b>0,02</b>	<b>0,004</b>	<b>0,45</b>
<b>Итого за день :</b>		<b>1795</b>	<b>68,62</b>	<b>69,12</b>	<b>283,35</b>	<b>2044,15</b>	<b>0,9385</b>	<b>49,085</b>	<b>400,91</b>	<b>2,189</b>	<b>7,2</b>	<b>733,905</b>	<b>227,85</b>	<b>942,695</b>	<b>10,902</b>	<b>839,1</b>	<b>0,089</b>	<b>0,0205</b>	<b>1,852</b>

2 день																			
Завтрак:																			
№ 438, 2008	Омлет натуральный	200	14	10	2,2	154,8	0,06	0,06	231,6	1,32	0,9	129,78	29,44	138,4	0,42	84,1	0,0032	0,049	0,088
распор. МП КШП № 357	ТефтельКа	45	5,15	8,92	6,28	125,98	0,11	0,03	6,15	0,61	0,35	70,62	34,38	113,89	0,33	55,6	0,003	0	0,0311
распор. МП КШП № 42	Винегрет овощной	60	0,85	1,95	4,90	40,52	0	3,8	0	0	0,005	5,25	4,4	8,24	0,86	26,5	0,001	0	0,0056
№ 943, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0	0	9,98	39,92	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	36,4	0,012	0,002	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>565</b>	<b>24,94</b>	<b>24,21</b>	<b>88,91</b>	<b>673,3</b>	<b>0,262</b>	<b>4,69</b>	<b>238,31</b>	<b>1,93</b>	<b>1,255</b>	<b>221,9</b>	<b>91,52</b>	<b>342,47</b>	<b>3,36</b>	<b>290,75</b>	<b>0,0212</b>	<b>0,0798</b>	<b>0,3447</b>
Обед:																			
№206, 2008	Суп гороховый с гречками с курой	250/20	16,15	16,98	34,75	356,42	0,12	37,6	32,4	0,5	0,06	112,44	32,4	82	1,363	101,3	0,002	0,0005	0,6
№ 517, 2008	Рыбные шарики	90	12,36	8,81	9,46	166,53	0,1	2,2	5,62	0,17	4,45	57,9	22,1	175,1	1,43	38,5	0,006	0,009	0,49
№299, 2008	Пюре картофельное	180	4,55	5,74	27,36	179,3	0,012	5,95	25,4	0,22	0,012	89,67	22,82	85,03	0,81	200,6	0,0086	0,00045	0,44
распор МП КШП № 780	Огурец консервированный	25	0	0	0,75	3	0	0	0	0	0	5	0	4	0,24	50,5	0	0	0
Распор. МП КШП № 1098	Кисель витаминизированный	200	0	0	23,5	94	0,002	1,83	0	0	0	10,76	2,4	6,4	0,15	11	0	0	0
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,48	30,09	142,92	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	50	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	16,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>865</b>	<b>34,19</b>	<b>34,2</b>	<b>142,18</b>	<b>1013,28</b>	<b>0,566</b>	<b>14,45</b>	<b>142,02</b>	<b>0,41</b>	<b>4,462</b>	<b>285,22</b>	<b>112,51</b>	<b>587,75</b>	<b>8,13</b>	<b>389,2</b>	<b>0,0286</b>	<b>0,01645</b>	<b>0,98</b>
Полдник:																			
№ 943, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0	0	9,9	39,6	0,06	0,02	24,6	1,2	0	248	30	190	0,2	129	0	0	0
распор. МП КШП № 622	Булочка "Сырная"	50	7	10,9	21,05	210,25	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	52	0	0,001	0
распор МП КШП №1085	Салат из яблок	100	0,42	0,41	13,24	58,33	0,03	0,03	0,01	0,02	0	16	9	11	0,66	0,4	0,017	0	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>385</b>	<b>12,88</b>	<b>14,98</b>	<b>62,05</b>	<b>434,54</b>	<b>0,142</b>	<b>0,45</b>	<b>24,61</b>	<b>1,22</b>	<b>0</b>	<b>269,8</b>	<b>48,6</b>	<b>237,8</b>	<b>1,3</b>	<b>181,4</b>	<b>0,017</b>	<b>0,001</b>	<b>0,5</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1815</b>	<b>72,01</b>	<b>73,39</b>	<b>293,14</b>	<b>2121,10</b>	<b>0,97</b>	<b>19,59</b>	<b>404,94</b>	<b>3,56</b>	<b>5,717</b>	<b>776,92</b>	<b>252,63</b>	<b>1168,02</b>	<b>12,79</b>	<b>861,35</b>	<b>0,0668</b>	<b>0,09725</b>	<b>1,8247</b>

3 день																			
Завтрак:																			
№ 384, 2008	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	220/10	7,5	12,1	32,02	266,98	0,22	0,06	125,8	1,2	0	129,12	53,22	197,54	1,42	99	0,001	0,003	0
Распор. МП КШП № 710	Кекс "Домашний"	45	2,835	3,915	29,25	163,35	0,056	0	0,12	0	0	43	4	73,6	0,124	125	0	0	0,3
№209, 2007	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,02	5,5	0	1,79	0	19,73	12,22	25,9	0,7	68,4	0	0	0
№ 943, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0	0	9,98	39,92	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
распор. МП КШП № 6	Пюре питьевое	90	3,85	0,1	50,4	217,9	0	8,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>620</b>	<b>14,09</b>	<b>10,56</b>	<b>139,36</b>	<b>708,84</b>	<b>0,19</b>	<b>9,31</b>	<b>125,42</b>	<b>1,32</b>	<b>2,10</b>	<b>187,41</b>	<b>37,90</b>	<b>237,66</b>	<b>1,84</b>	<b>253,20</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,52</b>
Обед:																			
№ 170,2008	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/20	9,99	18,63	12,15	255,15	0,13	49,1	45,6	0,54	0,01	122,09	58,9	104,4	2,02	54,2	0,002	0,0005	0,05
№620, 2008	Гёфтели куриные с соусом	80/50	11,72	16,32	26	297,76	0	0,1	0,21	0	0	60,95	4,4	8,24	0,86	19,2	0,01	0,0002	0,06
№332, 2008	Рис отварной	180	3,96	6,48	40,07	233,46	0,01	3,75	25,6	0	0,2	2,1	3	3,9	0,15	185,3	0,001	0,0008	0,9
Распор МП КШП № 1121	Кукуруза консервированная	25	0,675	0,265	3,715	19,95	0,052	0,1	0	0	0,3	19	13	61	1	46,9	0,002	0,0017	0,04
№417, 2016	Напиток из шиповника с яблоком	200	0,8	0	36	148	0,03	0	0	0	0	18,6	5,66	29,67	0,62	11	0	0	0
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	25	4,56	0,48	30,09	142,92	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	27,3	0,009	0	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	25	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	32,4	0,012	0,002	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>855</b>	<b>29,48</b>	<b>35,81</b>	<b>121,77</b>	<b>947,37</b>	<b>0,252</b>	<b>53,35</b>	<b>71,41</b>	<b>0,54</b>	<b>0,21</b>	<b>214,62</b>	<b>86,52</b>	<b>223,01</b>	<b>4,49</b>	<b>329,4</b>	<b>0,034</b>	<b>0,0035</b>	<b>1,01</b>
Полдник:																			
№ 959, 2008	Какао - напиток с витаминами	200	4	3,72	15,06	109,72	0	0	0	0	0	12	6	8,24	0,86	24	0	0	0,2
распор МП КШП № 139	Ватрушка с творогом	75	10,9	6,3	47,2	289,1	0,052	0,4	18,4	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	45,6	0	0,05	0,001
№ 847, 2008	Фрукт свежий	120	0,48	0,48	11,86	53,68	0,03	0,03	0,01	0,02	0	16	9	11	0,66	0,4	0,017	0	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>395</b>	<b>12,5</b>	<b>12,91</b>	<b>62,47</b>	<b>416,07</b>	<b>0,112</b>	<b>0,58</b>	<b>42,7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>247,8</b>	<b>39,6</b>	<b>222,8</b>	<b>0,64</b>	<b>180,15</b>	<b>0,011</b>	<b>0,0003</b>	<b>0,01722</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1870</b>	<b>56,07</b>	<b>59,28</b>	<b>323,6</b>	<b>2072,28</b>	<b>0,552</b>	<b>63,24</b>	<b>239,53</b>	<b>1,86</b>	<b>2,31</b>	<b>649,83</b>	<b>164,02</b>	<b>683,47</b>	<b>6,974</b>	<b>762,75</b>	<b>0,053</b>	<b>0,0103</b>	<b>1,54722</b>

4 день																			
Завтрак:																			
№ 384, 2008	Каша молочная рисовая с маслом	200/10	4,83	10,08	35,7	253,68	0,22	0,06	125,8	1,2	0	129,12	53,22	197,54	1,42	99	0,001	0,003	0
Распор. МП КШП № 554	Бутерброд Сладкоежка	20/20	1,64	0,2	13,84	63,68	0,05	0	1,6	21,6	0,2	5,85	9,93	51,66	0,69	200	0	0,001	0,03
№ 943, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0	0	10,08	21,1	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
Распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	25	2,28	0,24	15,05	71,46	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	27,3	0,009	0	0
распор. МП КШП № 6	Пюре фруктовое питьевое	120	0	0	16,8	66,00	0	7	0	2,4	0,88	2,8	0,6	0,76	0,36	46,48	0,007	0,001	0,19
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>580</b>	<b>23,75</b>	<b>28,91</b>	<b>72,57</b>	<b>645,47</b>	<b>0,32</b>	<b>0,56</b>	<b>127,40</b>	<b>22,80</b>	<b>0,20</b>	<b>146,02</b>	<b>77,15</b>	<b>294,24</b>	<b>3,41</b>	<b>350,30</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,23</b>
Обед:																			
№ 115, 2007	Суп деревенский с курой	250	7,04	4,3	17,38	136,38	0,13	49,1	3,4	0,54	2,27	118,8	58,9	104,4	1,02	84,66	0,003	0,006	1,84
№ 246, 2008	Запеканка картофельная с мясом	180	0,43	1,02	2,53	21,02	0,02	5,5	0	1,79	0	19,73	12,22	25,9	0,7	68,4	0	0	0
распор. МП КШП № 934	Помидор свежий	25	11,7	11,4	9,23	186,32	0,09	0,8	0,025	0,82	0	84,9	19,6	143,4	2,232	125,4	0,002	0,008	0,01
№ 256, 2008	Соус красный основной	25	4,1	6,27	41,76	239,87	0,04	0	0,07	0,81	0,012	62,73	27,5	65,62	0,83	84,7	0,0036	0,009	0
№ 417, 2016	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,04	17,98	74,04	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	68	0,015	0	0
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	37,2	0,012	0,002	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	50	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	32,4	0,012	0,002	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>910</b>	<b>32,5</b>	<b>26,82</b>	<b>150,96</b>	<b>975,22</b>	<b>0,362</b>	<b>55,9</b>	<b>3,495</b>	<b>3,96</b>	<b>2,282</b>	<b>302,29</b>	<b>137,18</b>	<b>424,36</b>	<b>6,482</b>	<b>500,76</b>	<b>0,0476</b>	<b>0,027</b>	<b>1,85</b>
Полдник:																			
№ 943, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0	0	9,98	39,92	0	0	0	0	0	12	6	8,24	0,86	24	0	0	0,2
№ 1042, 2008	Блинчик	150	5,3	6,6	27,5	194,27	0,052	0,4	18,4	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	45,6	0	0,05	0,001
распор. МП КШП № 511	Сгущеное молоко	20	1,54	1,7	11,2	66,26	0,03	0,03	0,01	0,02	0	16	9	11	0,66	0,4	0,017	0	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>405</b>	<b>11,38</b>	<b>6,78</b>	<b>69,04</b>	<b>382,7</b>	<b>0,082</b>	<b>0,43</b>	<b>18,41</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>33,8</b>	<b>24,6</b>	<b>56,04</b>	<b>1,96</b>	<b>70</b>	<b>0,017</b>	<b>0,05</b>	<b>0,701</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1895</b>	<b>67,63</b>	<b>62,51</b>	<b>292,57</b>	<b>2003,39</b>	<b>0,766</b>	<b>56,89</b>	<b>149,31</b>	<b>26,78</b>	<b>2,482</b>	<b>482,11</b>	<b>238,93</b>	<b>774,64</b>	<b>11,852</b>	<b>921,06</b>	<b>0,0746</b>	<b>0,081</b>	<b>2,781</b>

5-й день																			
Завтрак:																			
№ 608, 2008	Котлетка "Аппетитная"	90	11,808	6,858	10,665	151,61	0,22	0,06	12,3	1,22	0	141,24	68,76	227,78	1,66	112	0,001	0	0
№ 413, 2008	Макароны отварные	180	7,56	4,52	48,3	264,12	0,03	0,03	28,8	16	0,01	16	9	11	0,6	70,61	0,003	0,0075	0
№ 389, 2007	Сок фруктовый	200	0	0	22	88	0,12	3,9	0,06	0	0	360	42	270	0,18	24	0,002	0	0,6
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,104	0,8	0	0	0	10,16	18,12	72,16	0,88	37,2	0,012	0,002	0
№ 944, 2008	Чай с сахаром и лимоном	200/10/5	0,04	0	10,12	40,64	0,06	0	0	0	0	10,16	9,92	80	0,8	34	0	0	0,2
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>735</b>	<b>22,6</b>	<b>17,31</b>	<b>88,65</b>	<b>600,73</b>	<b>0,534</b>	<b>4,79</b>	<b>41,16</b>	<b>17,22</b>	<b>0,01</b>	<b>537,56</b>	<b>147,8</b>	<b>660,94</b>	<b>4,12</b>	<b>277,81</b>	<b>0,018</b>	<b>0,0095</b>	<b>0,8</b>
Обед:																			
№210, 2008	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25	7,15	4,4	17,325	136,4	0,12	37,6	32,4	0,5	0,06	112,44	32,4	82	1,363	101,3	0,002	0,0005	0,6
№716, 2008	Рагу из овощей и мяса	50/150	10,8	13,94	21,44	379,24	0,24	32	18,4	0,87	0	126,8	55,2	270,2	2,1	94,8	0,004	0,0008	0,02
№ 20, 2007	Салат из свежих огурцов с яйцом	100	2,6	9,8	2	106,6	0	0	0	0	0	5	0	4	0,24	37,2	0,002	0,0002	0,25
№859, 2008	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,9	65,68	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	96	0,004	0	0,25
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	25	2,28	0,24	15,04	71,44	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	50	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	16,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>850</b>	<b>34,7</b>	<b>41,76</b>	<b>106,05</b>	<b>1063,66</b>	<b>0,442</b>	<b>70,1</b>	<b>50,8</b>	<b>1,37</b>	<b>0,06</b>	<b>255,37</b>	<b>106,56</b>	<b>437,24</b>	<b>5,163</b>	<b>326,5</b>	<b>0,022</b>	<b>0,0033</b>	<b>0,87</b>
Полдник:																			
№ 966, 2008	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	2,64	3	9,14	74,12	0,06	0,18	23,3	0	0	242	30	186	0,2	94,3	0,018	0,004	0,04
распор. МП КШП № 402	Пастила фруктовая	30	0,06	0,06	21,6	87,18													
распор. МП КШП № 398	Булочка "Лакомка"	65	6,24	7,865	45,11	275,99	0,052	0,4	0	0	0,2	5,8	9,6	36,8	0,44	51,2	0	0	0,007
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>295</b>	<b>13,4</b>	<b>9,6</b>	<b>63,7</b>	<b>394,8</b>	<b>0,182</b>	<b>0,59</b>	<b>23,31</b>	<b>0,09</b>	<b>0,2</b>	<b>269,28</b>	<b>48,06</b>	<b>272,59</b>	<b>1,3</b>	<b>169,5</b>	<b>0,018</b>	<b>0,004</b>	<b>0,051</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1880</b>	<b>70,7</b>	<b>63,2</b>	<b>258,40</b>	<b>2059,185</b>	<b>1,158</b>	<b>75,48</b>	<b>115,27</b>	<b>18,68</b>	<b>0,27</b>	<b>1062,21</b>	<b>302,42</b>	<b>1370,77</b>	<b>10,583</b>	<b>773,81</b>	<b>0,058</b>	<b>0,0168</b>	<b>1,721</b>



6 день																			
Завтрак:																			
распор. МП КШП № 1069	Каша молочная пшеничная с маслом	220/10	7,518	10,605	36,687	272,265	0,22	0,06	125,6	1,22	0,018	141,24	68,76	227,78	1,66	152	0,0028	0,0048	0,164
№ 42, 2008	Сыр	20	5,26	5,32	0	68,92	0,006	0,06	0,6	0,33	0,12	220	10,47	120,87	0,13	20	0,0012	0,0007	0,28
№ 943, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0	0	9,98	39,92	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
распор. МП КШП № 1	Батон нарезной	20	1,5	0,16	10,03	47,56	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	0	0	0	0
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
	Гематоген	40	2,8	1,2	33,6	81,76	0,06	0	0	0	0	10,16	9,92	80	0,8	0	0	0	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>550</b>	<b>18,2</b>	<b>18,6</b>	<b>118,7</b>	<b>640,36</b>	<b>0,39</b>	<b>1,02</b>	<b>126,2</b>	<b>1,55</b>	<b>0,138</b>	<b>388,25</b>	<b>112,75</b>	<b>510,49</b>	<b>4,33</b>	<b>214,2</b>	<b>0,01</b>	<b>0,0065</b>	<b>0,644</b>
Обед:																			
№209, 2008	Суп картофельный с фрикадельками	250/17	13,08	25,37	14,418	339,1	0,1	8,7	0	1,33	0,8	24,4	26,5	66,3	0,9	124	0	0,0023	0,65
распор МП КШП №1084	Овощи свежие в нарезке	100	0,6	0,45	3,25	19,45	0,05	13,25	0	2,9	0,3	33,55	21,35	40,17	0,88	46,9	0,002	0,0017	0,04
№ 59, 2007	Жаркое по-домашнему из филе	50/150	32,48	25,96	40,8	295,2	0,012	5,95	25,4	0,9	0,012	89,67	22,82	85,03	0,81	200,6	0,002	0,006	0,54
распор. МП КШП № 1038	Компот из вишни	200	0,4	0,12	25,28	103,8	0,08	0,7	28,4	0,8	0	74,3	19,3	142,4	1,23	75	0,001	0,0054	0,152
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	1,52	0,16	9,98	47,44	0,03	0	0	0	0	18,6	5,66	29,67	0,62	100,3	0	0	0,174
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	50	1,32	0,24	8,36	40,88	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>867</b>	<b>38,95</b>	<b>28,31</b>	<b>117,23</b>	<b>899,60</b>	<b>0,242</b>	<b>14,35</b>	<b>28,4</b>	<b>3,7</b>	<b>0,3</b>	<b>137,33</b>	<b>60,87</b>	<b>289,04</b>	<b>3,57</b>	<b>256,6</b>	<b>0,015</b>	<b>0,0091</b>	<b>0,366</b>
Полдник:																			
распор МП КШП № 567	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	22,19	12,20	41,60	364,96	0,04	0,2	74,2	0,565	0,27	87,09	26,85	98,25	0,352	112	0,015	0,0013	0,0018
№ 389, 2007	Сок фруктовый	200	0	0	22	88	0,07	0,01	0,01	0,09	0	21,48	8,46	49,79	0,66	24	0	0	0,04
Распор. МП КШП № 1098	Кисель витаминизированный	200	0	0	23,5	94	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>570</b>	<b>22,19</b>	<b>12,20</b>	<b>73,58</b>	<b>492,88</b>	<b>0,11</b>	<b>0,31</b>	<b>74,21</b>	<b>0,655</b>	<b>0,27</b>	<b>113,82</b>	<b>39,71</b>	<b>156,28</b>	<b>1,872</b>	<b>160</b>	<b>0,015</b>	<b>0,0013</b>	<b>0,2418</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1945</b>	<b>79,34</b>	<b>59,11</b>	<b>309,51</b>	<b>2032,84</b>	<b>0,742</b>	<b>15,68</b>	<b>228,81</b>	<b>5,905</b>	<b>0,708</b>	<b>639,4</b>	<b>213,33</b>	<b>955,81</b>	<b>9,772</b>	<b>630,8</b>	<b>0,04</b>	<b>0,0169</b>	<b>1,2518</b>

7 день																			
Завтрак:																			
№ 384, 2008	Каша молочная пшеничная с маслом	220/10	8,5	11,3	46,16	326,65	0,22	0,06	124,8	1,2	1	129,12	53,22	197,54	1,42	156,2	0,009	0,0014	0,47
распор. МП КШП № 722	Печенье Зиг-Заг	40	4,4	5,6	34,2	204,70	0,09	0,075	7,5	1,26	0	16,05	23,7	83,55	1,06	66,7	0,01	0,005	0,15
№959, 2008	Какао - напиток с витаминами	200	4	3,7	15,1	109,70	0,028	4	0	0	0	10,16	5,24	9,78	0,19	34	0	0	0,2
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,104	0,8	0	0	0	10,16	18,12	72,16	0,88	18,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>520</b>	<b>16,97</b>	<b>18,18</b>	<b>112,01</b>	<b>712,96</b>	<b>0,442</b>	<b>4,935</b>	<b>132,3</b>	<b>2,46</b>	<b>1</b>	<b>165,49</b>	<b>100,28</b>	<b>363,03</b>	<b>3,55</b>	<b>275,1</b>	<b>0,025</b>	<b>0,0074</b>	<b>0,82</b>
Обед:																			
№170, 2008	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/20	10,35	19,3	11,93	262,82	0,13	49,1	45,6	0,54	1,3	122,09	58,9	104,4	1,02	54,2	0,002	0,0005	0,05
№ 23, ДеЛи 2016	Огурец консервированный	25	0,4	1,56	2,6	26,04	0,02	3,6	0	0,72	0,4	6,39	6,57	12,84	0,22	125	0,008	0	0,25
№ 265, 2007	Плов из свинины	50/150	15,7	18,98	39,04	389,78	0	0,1	0	0	0	60,95	4,4	8,24	0,86	156,4	0,001	0,002	0,5
распор МП КШП №1061	Компот из клубники и черной смородины	200	0,32	0,12	15,66	65,06	0,028	4	0	0	0	8,05	5,24	9,78	0,19	5	0	0	0,2
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,48	30,09	142,92	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	27,3	0,009	0	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	50	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	16,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>795</b>	<b>33,85</b>	<b>40,86</b>	<b>113,02</b>	<b>955,22</b>	<b>0,26</b>	<b>57,2</b>	<b>45,6</b>	<b>1,26</b>	<b>1,7</b>	<b>208,36</b>	<b>89,67</b>	<b>212,06</b>	<b>3,13</b>	<b>384,1</b>	<b>0,026</b>	<b>0,0035</b>	<b>1</b>
Полдник:																			
№966, 2008	Йогурт фруктовый питьевой	200	2,8	2,4	10,6	37,3	0,06	0,02	24,6	1,2	0	248	30	190	0,2	0	0	0	0
распор. МП КШП № 722	Булочка плюшка	50	4,41	5,60	34,17	204,7	0,08	0,9	4,5	0	0,11	6,2	6,4	48,3	0,42	0	0	0	0
№ 847, 2008	Фрукт свежий	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,03	0,03	0,01	0,02	0	16	9	11	0,66	0,4	0,017	0	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>395</b>	<b>16,48</b>	<b>13,88</b>	<b>62,25</b>	<b>439,84</b>	<b>0,17</b>	<b>0,95</b>	<b>29,11</b>	<b>1,22</b>	<b>0,11</b>	<b>270,2</b>	<b>45,4</b>	<b>249,3</b>	<b>1,28</b>	<b>0,4</b>	<b>0,017</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1765</b>	<b>67,30</b>	<b>72,92</b>	<b>287,28</b>	<b>2108,02</b>	<b>0,872</b>	<b>63,085</b>	<b>207,01</b>	<b>4,94</b>	<b>2,81</b>	<b>644,05</b>	<b>235,35</b>	<b>824,39</b>	<b>7,96</b>	<b>659,6</b>	<b>0,068</b>	<b>0,0109</b>	<b>2,32</b>

8-й день																			
Завтрак:																			
№ 384, 2008	Каша молочная гречневая с маслом	220/10	7,3	12,5	31,69	268,46	0,22	0,06	132,6	1,22	0	141,24	68,76	227,78	1,66	0	0,0007	0,0015	0,013
распор. МП КШП № 332/1	Бутерброд с сыром и маслом	20/20/10	2,79	3,22	30	160,14	0,03	0,03	0,5	16	0,05	16	9	11	0,6	1,2	0	0,04	0,01
№ 14, 2007	Гематоген	40	0,08	7,25	0,13	66,09	0	0	40	0,1	0,13	2	0	3	0	3	0	0,1	0,28
№ 943, 2008	Чай с сахаром, лимоном	200/10	0	0	9,98	39,92	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	25	3,04	0,32	20,06	95,28	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>555</b>	<b>13,21</b>	<b>23,29</b>	<b>91,86</b>	<b>629,89</b>	<b>0,30</b>	<b>0,59</b>	<b>173,10</b>	<b>17,32</b>	<b>0,18</b>	<b>170,29</b>	<b>91,76</b>	<b>286,82</b>	<b>3,56</b>	<b>46,40</b>	<b>0,01</b>	<b>0,14</b>	<b>0,50</b>
Обед:																			
распор МП КШП №595	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25	8,78	15,2	14	227,92	0,13	49,1	23,6	0,54	0	118,8	58,9	104,4	1,02	89,5	0,03	0,005	1,83
Распор. МП КШП № 534	Оладьи куриные	70	5,48	3,87	8,33	90,07	0,027	32,45	0	2,31	0	37,37	15,16	27,61	0,51	249	2,64	0,26	8,8
№259,2007	Картофельные дольки	180	16,24	12,98	20,4	265,78	0,11	2,7	24,1	1,15	4,45	100,4	43	213,7	1,23	38,5	0,006	0,009	0,49
распор. МП КШП № 1038	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	100	0,2	0,06	12,64	51,90	0,028	4	0	0	0	8,05	5,24	9,78	0,19	23,8	0,012	0,02	2
	Напиток фруктово - ягодный	200																	
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	25	4,56	0,48	30,09	142,92	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	25	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	16,2	0,006	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>890</b>	<b>36,38</b>	<b>34,22</b>	<b>131,69</b>	<b>986,05</b>	<b>0,497</b>	<b>92,98</b>	<b>85,2</b>	<b>4,3</b>	<b>4,58</b>	<b>325,3</b>	<b>163,11</b>	<b>515,39</b>	<b>4,61</b>	<b>635,8</b>	<b>2,7086</b>	<b>0,29645</b>	<b>13,56</b>
Полдник:																			
№ 943, 2008	Булочка лакомка	65	0	0	9,98	39,92	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
№ 1042, 2008	Фрукт свежий	120	10,6	13,2	55	388,54	0,204	1,236	0,085	1,56	0	151,36	24,07	249,4	1,604	33,3	0,44	1,74	6,4
распор. МП КШП № 651	Молоко питьевое м.д.ж. 2,5 %	200	0,56	4	0,64	41,952	0,104	0,8	0	0	0	10,16	18,12	72,16	0,88	19,26	1,58	0,07	2,9
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>385</b>	<b>11,16</b>	<b>17,2</b>	<b>55,64</b>	<b>430,492</b>	<b>0,308</b>	<b>2,136</b>	<b>0,085</b>	<b>1,56</b>	<b>0</b>	<b>166,77</b>	<b>46,59</b>	<b>329,8</b>	<b>3,344</b>	<b>76,56</b>	<b>2,02</b>	<b>1,81</b>	<b>9,5</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1810</b>	<b>60,75</b>	<b>74,71</b>	<b>279,19</b>	<b>2046,43</b>	<b>1,107</b>	<b>95,706</b>	<b>258,39</b>	<b>23,18</b>	<b>4,76</b>	<b>662,36</b>	<b>301,46</b>	<b>1132,01</b>	<b>11,514</b>	<b>758,76</b>	<b>4,7353</b>	<b>2,24895</b>	<b>23,563</b>

9 день																			
Завтрак:																			
№ 438, 2008	Омлет натуральный	200	14	10	2,2	154,8	0,06	0,06	231,6	1,32	0,9	129,78	29,44	138,4	0,42	84,1	0,0032	0,049	0,088
распор. МП КШП № 357	Тефтелька	45	5,15	8,92	6,28	125,98	0,11	0,03	6,15	0,61	0,35	70,62	34,38	113,89	0,33	55,6	0,003	0	0,0311
распор МП КШП № 1093	Огурец свежий	60	0,82	2,08	4,8	41,2	0,052	0,1	0	0	0,3	19	13	61	1	46,9	0,002	0,0017	0,04
№ 944, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0,04	0	10,12	40,64	0,06	0	0	0	0	10,16	9,92	80	0,8	34	0	0	0,02
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,48	30,09	142,92	0,052	0,4	0	0	0,13	5,8	9,6	36,8	0,44	54,6	0,018	0,003	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>565</b>	<b>28,2</b>	<b>24,33</b>	<b>67,01</b>	<b>599,81</b>	<b>0,316</b>	<b>0,95</b>	<b>104,81</b>	<b>1,38</b>	<b>0,43</b>	<b>187,84</b>	<b>70,78</b>	<b>280,3</b>	<b>3,8</b>	<b>293</b>	<b>0,04</b>	<b>0,0092</b>	<b>0,672</b>
Обед:																			
№209, 2008	Суп из овощей	250	13,06	20,3	14,3	292,14	0,11	23	25,3	0,43	1,67	123,2	30,2	126,7	1,12	84	0	0	0,78
№ 591,2008	Гуляш из говядины	50/75	15,55	17,713	4,9625	241,425	0,8	0,025	18,45	74,3	0	19,6	143,4	2,232	1,56	76	0	0	0
№ 332, 2008	Макароны отварные	180	3,87	6,408	40,068	233,424	0,03	0,03	0,01	16	0,012	16	9	11	0,6	84,7	0,0036	0,009	0
№ 100, 2008	Салат из свеклы с соленым огурцом	100	2,67	9,96	2,2	109,12	0	0	0	0	0	5	0	4	0,24	37,2	0,002	0,0002	0,25
№1014 2008	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	21,98	91,12	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	68	0,015	0	0
распор МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	25	1,52	0,16	9,98	47,44	0,104	0,8	0	0	0	10,16	18,12	72,16	0,88	18,2	0,006	0,001	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	25	1,32	0,24	8,36	40,88	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	8,1	0,003	0,001	0
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>887</b>	<b>36,9</b>	<b>43,9</b>	<b>107,3</b>	<b>971,8</b>	<b>1,1</b>	<b>24,0</b>	<b>43,8</b>	<b>90,7</b>	<b>1,7</b>	<b>184,3</b>	<b>210,1</b>	<b>264,3</b>	<b>5,7</b>	<b>376,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>
Полдник:																			
№966, 2008	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	2,64	3	9,14	74,12	0,06	0,18	31,07	0	0	242	30	186	0,2	94,3	0,018	0,004	0,04
распор МП КШП № 139	Кекс "Домашний"	45	10,9	6,3	47,2	289,1	0,052	0,4	18,4	0	0,1	5,8	9,6	36,8	0,44	0,9	0	0	0
распор МП КШП 1085	Салат из яблок	100	0,42	0,41	13,24	58,33	0,052	0,1	0	0	0	19	13	61	1	0,4	0,007	0	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>345</b>	<b>13,96</b>	<b>9,71</b>	<b>69,58</b>	<b>421,55</b>	<b>0,164</b>	<b>0,68</b>	<b>49,47</b>	<b>0</b>	<b>0,1</b>	<b>266,8</b>	<b>52,6</b>	<b>283,8</b>	<b>1,64</b>	<b>95,6</b>	<b>0,025</b>	<b>0,004</b>	<b>0,54</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1932</b>	<b>79,1</b>	<b>77,9</b>	<b>243,9</b>	<b>1993,2</b>	<b>1,6</b>	<b>25,6</b>	<b>198,0</b>	<b>92,1</b>	<b>2,2</b>	<b>638,9</b>	<b>333,5</b>	<b>828,4</b>	<b>11,1</b>	<b>764,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>2,2</b>

10 день																			
Завтрак:																			
№ 384, 2008	Каша молочная "Дружба"	220/10	8,14	11,59	35,4	278,47	0,48	0,04	145,64	2,6	0,037	262,52	216,62	460,7	6,43	36,2	0,001	0,003	0,52
№ 42, 2008	Пряник детский	75	6,86	10,74	10,16	164,74	0,05	0	15,2	21,6	0,2	5,85	9,93	51,66	0,69	200	0	0,001	0,03
№ 944, 2008	Чай с сахаром и лимоном	200/10/5	0	0	9,98	39,92	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	24	0	0	0,2
распор. МП КШП № 1	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	20,06	95,28	0,104	0,8	0	0	0	10,16	18,12	72,16	0,88	18,2	0,006	0,001	0
	Масло сливочное	10	2,8	1,2	33,6	81,76	0,06	0	0	0	0	10,16	9,92	80	0,8	0	0	0	0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>580</b>	<b>20,84</b>	<b>23,85</b>	<b>109,2</b>	<b>660,17</b>	<b>0,694</b>	<b>0,94</b>	<b>160,84</b>	<b>24,2</b>	<b>0,237</b>	<b>293,94</b>	<b>258,99</b>	<b>672,76</b>	<b>9,66</b>	<b>278,4</b>	<b>0,007</b>	<b>0,005</b>	<b>0,75</b>
Обед:																			
№210, 2008	Суп рисовый с говядиной	250/15	7,04	4,3	17,38	136,38	0,02	4,9	3,4	0,08	2,27	118,8	38,9	104,4	1,02	84,66	0,003	0,006	1,84
	Биточек рыбный по-домашнему	90	0,64	1,61	2,2	25,85	0,01	3,75	0,15	0	0	2,1	3	3,9	0,15	52	0	0,0018	0,091
распор. МП КШП № 401	Пюре картофельное	180	16,058	14,749	3,038	209,125	0,1	2,2	16,4	1,75	0	57,9	22,1	75,1	0,43	41	0	0,0003	0
№696, 2008	Винегрет овощной	100	4,86	10,125	39,315	267,87	0,012	5,95	25,4	0,9	0,012	89,67	22,82	85,03	0,81	200,6	0,002	0,006	0,54
№391, 2016	Компот из сухофруктов	200	0,2	0,12	15,4	63,56	0	0,1	0	0	0	5,25	4,4	8,24	0,86	0	0,008	0	0,32
распор. МП КШП №1	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,48	30,09	142,92	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	18,2	0,006	0,001	0
распор. МП КШП № 3	Хлеб дарницкий	50	2,64	0,48	16,72	81,76	0,03	0	0	0	0	5,08	4,96	40	0,4	16,2	0,006	0,001	0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>955</b>	<b>30,69</b>	<b>23,15</b>	<b>134,28</b>	<b>868,23</b>	<b>0,234</b>	<b>21,05</b>	<b>70,95</b>	<b>2,73</b>	<b>2,482</b>	<b>286,7</b>	<b>108,78</b>	<b>357,37</b>	<b>4,26</b>	<b>597,96</b>	<b>0,026</b>	<b>0,0169</b>	<b>3,691</b>
Полдник:																			
№ 965, 2008	Блинчик	150	6,4	5,5	10,6	117,5	0,06	0,18	42,7	0	0	242	30	186	0,2	146	0,009	0,0002	0,002
распор. МП КШП № 398	Сметана	20	6,8	9,5	31,2	237,5	0,052	0,4	0	0	0	5,8	9,6	36,8	0,44	52	0	0,001	0
№ 847, 2008	Чай с сахаром "Школьный"	200/10	0,48	0,48	11,86	53,68	0,03	0,03	0,01	0,02	0	16	9	11	0,66	0,4	0,017	0	0,5
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>13,68</b>	<b>15,48</b>	<b>53,66</b>	<b>408,68</b>	<b>0,09</b>	<b>0,21</b>	<b>42,71</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>258</b>	<b>39</b>	<b>197</b>	<b>0,86</b>	<b>146,4</b>	<b>0,026</b>	<b>0,0002</b>	<b>0,502</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1925</b>	<b>65,21</b>	<b>62,48</b>	<b>297,14</b>	<b>1937,08</b>	<b>1,018</b>	<b>22,2</b>	<b>274,5</b>	<b>26,95</b>	<b>2,72</b>	<b>838,64</b>	<b>406,77</b>	<b>1227,13</b>	<b>14,78</b>	<b>1022,76</b>	<b>0,059</b>	<b>0,0221</b>	<b>4,943</b>

Среднее число за 10 дней: РАСЧЕТ для ДЕТЕЙ от 12 лет и старше																			
	Суммарные объемы блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								
		белки,г	жиры,г	углеводы,г		В1,мг	С,мг	А,мг	В2,мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К,мг	І,мг	Se,мг	F,мг	
Завтрак:	595	20,17	20,21	98,65	655,18	0,38	2,84	137,54	9,03	0,79	246,07	107,51	395,40	4,17	260,78	0,02	0,03	0,60	
Обед	887,7	34,16	33,86	125,85	962,64	0,40	39,51	63,70	10,65	1,89	214,56	102,75	321,95	4,49	361,96	0,29	0,04	2,32	
Полдник:	401	14,34	12,94	62,31	423,95	0,23	5,54	70,55	0,70	0,79	263,02	61,20	294,81	2,51	191,91	0,23	0,19	1,44	
<b>Итого среднее за 10 дней:</b>	<b>1883,7</b>	<b>68,67</b>	<b>67,01</b>	<b>286,81</b>	<b>2041,77</b>	<b>0,87</b>	<b>48,36</b>	<b>212,20</b>	<b>20,26</b>	<b>3,03</b>	<b>617,16</b>	<b>240,04</b>	<b>867,65</b>	<b>9,66</b>	<b>723,20</b>	<b>0,52</b>	<b>0,25</b>	<b>4,19</b>	
<b>Выполнение в % соотношении к норме за 10 дней</b>																			
Завтрак:	108,18	89,63	87,87	103,03	96,35	108,63	16,21	61,13	95	31,40	82,02	143,34	131,80	92,68	86,93	68,36	222,32	60,34	
Обед:	110,96	108,46	105,15	93,88	101,12	82,52	161,27	20,22	99	53,93	51,09	97,85	76,65	71,31	86,18	83,93	211,09	165,42	
Полдник:	114,57	106,21	93,80	108,46	103,91	109,45	52,78	52,26	101	52,53	146,12	136,00	163,78	92,96	106,62	150,3	252,17	94,00	
<b>НОРМА за 3 приема пищи</b>	<b>1700,00</b>	<b>68,00</b>	<b>69,00</b>	<b>287,00</b>	<b>2040,00</b>	<b>1,05</b>	<b>52,50</b>	<b>675,00</b>	<b>1,20</b>	<b>7,50</b>	<b>900,00</b>	<b>225,00</b>	<b>900,00</b>	<b>13,50</b>	<b>900,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,04</b>	<b>3,00</b>	
<b>ИТОГО % выполнения по среднему</b>	<b>110,81</b>	<b>100,98</b>	<b>97,12</b>	<b>99,93</b>	<b>100,09</b>	<b>82,83</b>	<b>92,11</b>	<b>31,44</b>	<b>98</b>	<b>40,33</b>	<b>68,57</b>	<b>106,68</b>	<b>96,41</b>	<b>71,54</b>	<b>80,36</b>	<b>69,98</b>	<b>67,42</b>	<b>103,40</b>	