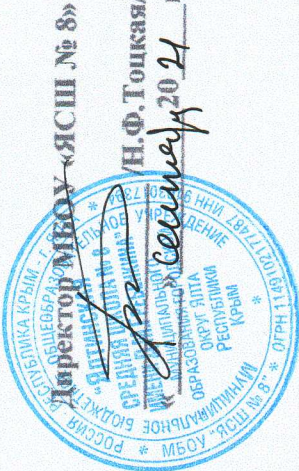


СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель
Нистратова Наталья Алексеевна

Н.А. Нистратова /Н.А. Нистратова/
«*20*» *ноября* 20*21* г.



ПРИМЕРНОЕ 10 – ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для обеспечения горячим питанием обучающихся
1-4 классов в общеобразовательных учреждениях
Городского округа Ялта Республики Крым
(2-ая смена)

ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ГОРЯЧИМ ПИТАНИЕМ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЯЛТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ РАЦИОН № 4

Возрастная группа: 7-11 лет

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг
ОБЕД																		
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,0	1,5	37,0	3,30	0,00	0,00	0,00	1,30	14,00	17,00	8,10	0,40	84,30	0,30	21	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	13,4	11,9	20,6	244,1	6,80	0,10	0,30	0,00	1,80	39,70	150,40	35,50	2,50	678,60	9,30	103	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	90	7,2	11,2	9,3	172,3	1,00	0,00	0,00	0,00	2,40	19,10	72,90	13,10	0,80	177,70	3,60	279	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 2	150	8,6	2,2	39,3	212,1	0,00	0,20	0,00	0,00	4,70	20,40	191,10	129,00	4,50	270,20	2,30	171,2	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	0,1	0,0	26,9	110,2	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	13,70	8,20	4,50	0,10	26,40	0,00	350	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008
Итого за прием пищи:	820	34,9	28,8	130,4	931,6	12,30	0,50	0,30	0,00	11,70	121,50	499,30	209,10	10,30	1 329,6	17,20		
Всего за день:		34,9	28,8	130,4	931,6	12,30	0,50	0,30	0,00	11,70	121,50	499,30	209,10	10,30	1 329,6	17,20		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг
ОБЕД																		
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	5,3	53,0	10,30	0,00	0,00	0,00	1,40	26,80	14,90	8,00	0,60	103,10	1,40	45	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	13,7	12,2	19,2	243,0	7,30	0,20	0,30	0,00	2,20	42,40	166,00	52,00	2,30	652,40	7,60	101	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	240	15,9	18,5	26,9	336,4	1,60	0,10	0,20	0,00	3,40	18,20	162,00	33,80	1,50	266,70	4,00	291	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,50	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008
Итого за прием пищи:	690	32,6	34,0	83,5	771,0	19,20	0,40	0,50	0,00	7,70	101,30	369,00	101,30	5,60	1 064,2	14,70		
Всего за день:		32,6	34,0	83,5	771,0	19,20	0,40	0,50	0,00	7,70	101,30	369,00	101,30	5,60	1 064,2	14,70		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг
ОБЕД																		
САЛАТ ИЗ ОТВАРНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,8	3,6	6,4	61,8	1,90	0,00	0,00	0,00	1,60	18,50	22,80	10,80	0,70	167,20	3,30	51	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	12,6	14,9	13,2	239,6	8,80	0,00	0,30	0,00	2,60	61,40	143,70	37,40	2,70	570,60	10,20	82	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,1	5,4	5,4	111,6	2,50	0,10	0,30	0,00	2,40	43,90	154,90	42,90	1,10	387,80	92,60	229	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,3	10,40	0,20	0,00	0,10	2,40	44,70	85,80	30,30	1,20	764,30	8,50	312	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,90	3,70	3,90	0,40	13,60	0,00	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008
Итого за прием пищи:	845	31,9	29,7	94,0	774,5	23,60	0,50	0,60	0,10	8,30	194,00	470,60	144,20	8,10	1 995,9	116,30		
Всего за день:		31,9	29,7	94,0	774,5	23,60	0,50	0,60	0,10	8,30	194,00	470,60	144,20	8,10	1 995,9	116,30		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг
ОБЕД																		
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,9	3,6	3,9	52,5	2,60	0,00	0,00	0,00	1,70	17,10	22,30	10,60	0,60	134,40	2,70	55	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,0	14,6	19,2	273,1	6,40	0,20	0,30	0,00	2,60	63,90	217,10	48,30	3,20	749,30	7,90	102	2011
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	12,2	9,9	3,2	170,3	9,20	0,10	4,10	0,00	3,20	18,60	180,00	12,30	3,90	215,70	5,40	255	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ПЕРЛОВАЯ	150	4,6	8,2	29,9	210,6	0,00	0,10	0,10	0,10	0,20	44,00	147,20	22,50	0,80	97,90	0,00	171,3	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111,1	1,60	0,00	0,00	0,00	0,30	13,20	4,00	4,40	0,80	112,40	0,80	394	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008
Итого за прием пищи:	820	39,0	37,0	116,1	973,5	19,80	0,60	4,50	0,10	9,50	171,40	630,30	117,00	11,30	1 402,1	18,50		
Всего за день:		39,0	37,0	116,1	973,5	19,80	0,60	4,50	0,10	9,50	171,40	630,30	117,00	11,30	1 402,1	18,50		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг		

ОБЕД																			
САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ (ПО СЕЗОНУ)	60	0,5	3,0	1,5	37,0	3,30	0,00	0,00	0,00	1,30	14,00	17,00	8,10	0,40	84,30	0,30	21	2011	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	12,9	14,4	16,8	248,4	6,90	0,10	0,30	0,00	2,80	61,30	161,80	38,30	2,60	687,90	9,00	96	2011	
СУФЛЕ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	16,8	25,1	3,1	307,3	0,70	0,10	0,10	0,40	0,90	37,80	155,70	17,30	1,30	236,50	7,70	299	2011	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,2	6,3	31,8	205,5	2,20	0,10	0,20	0,00	3,50	36,80	53,90	18,60	1,20	166,20	1,50	205	2011	
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,0	14,2	60,1	137,60	0,00	0,00	0,00	1,60	144,00	72,00	126,00	1,40	0,00	0,00	389	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008	
Итого за прием пищи:	820	41,5	49,3	100,2	1 014,2	150,70	0,50	0,60	0,40	11,60	308,50	520,10	227,20	8,90	1 267,3	20,20			
Всего за день:		41,5	49,3	100,2	1 014,2	150,70	0,50	0,60	0,40	11,60	308,50	520,10	227,20	8,90	1 267,3	20,20			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг	
ОБЕД																			
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	5,3	53,0	10,30	0,00	0,00	0,00	1,40	26,80	14,90	8,00	0,60	103,10	1,40	45	2011	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	13,5	12,0	20,6	245,9	7,30	0,20	0,30	0,00	1,70	42,30	147,00	35,40	1,90	626,70	7,50	103	2011	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	13,1	20,9	11,0	283,1	0,00	0,00	0,10	0,10	2,90	130,10	20,90	2,40	245,60	5,20	268	2011		
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	16,3	7,2	74,1	426,3	0,40	0,50	0,30	0,10	9,00	32,10	362,60	243,10	8,50	536,30	5,20	166	2012	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27,1	111,1	1,60	0,00	0,00	0,00	0,30	13,20	4,00	4,40	0,80	112,40	0,80	342,1	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008	
Итого за прием пищи:	820	49,2	43,8	170,9	1 275,3	19,60	0,90	0,70	0,20	16,80	141,10	718,30	330,70	16,20	1 716,5	21,80			
Всего за день:		49,2	43,8	170,9	1 275,3	19,60	0,90	0,70	0,20	16,80	141,10	718,30	330,70	16,20	1 716,5	21,80			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг	
ОБЕД																			
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,0	2,4	4,9	46,2	3,20	0,00	0,00	0,00	1,30	15,50	23,20	10,20	0,70	138,30	2,40	53	2011	
СУП С КРУПОЙ	250	12,3	14,3	16,3	243,5	1,30	0,10	0,30	0,00	2,50	35,20	127,00	27,40	1,20	208,40	3,80	115	2011	
ПЛОВ	240	27,3	27,9	42,2	528,5	1,80	0,10	0,20	0,00	4,40	40,10	285,40	58,40	3,80	592,30	10,70	265	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008	
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	0,2	0,1	27,7	113,3	16,00	0,00	0,00	0,00	0,10	17,70	12,10	7,40	0,30	72,60	0,20	350	2011	
Итого за прием пищи:	820	45,9	45,2	123,9	1 087,4	22,30	0,40	0,50	0,00	9,80	123,10	507,40	122,30	8,00	1 104,0	18,80			
Всего за день:		45,9	45,2	123,9	1 087,4	22,30	0,40	0,50	0,00	9,80	123,10	507,40	122,30	8,00	1 104,0	18,80			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг	
ОБЕД																			
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,5	3,0	1,5	37,0	3,30	0,00	0,00	0,00	1,30	14,00	17,00	8,10	0,40	84,30	0,30	21	2011	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	12,4	14,2	9,6	216,0	12,90	0,00	0,30	0,00	2,50	57,30	136,30	33,50	2,50	528,60	8,30	88	2011	
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	90	15,4	3,5	0,6	96,7	1,30	0,10	0,00	0,00	0,40	49,70	222,30	51,10	0,80	437,10	149,80	227	2011	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,8	6,3	23,4	161,4	11,80	0,20	0,10	0,10	0,30	21,40	78,50	31,50	1,40	837,00	7,40	125	2011	
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	200	0,1	0,1	20,9	84,3	0,60	0,00	0,00	0,00	0,10	10,80	1,50	2,90	0,30	42,90	0,30	348	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008	
Итого за прием пищи:	820	36,3	27,6	88,8	751,3	29,90	0,50	0,40	0,10	6,10	167,80	515,30	146,00	7,40	2 022,3	167,80			
Всего за день:		36,3	27,6	88,8	751,3	29,90	0,50	0,40	0,10	6,10	167,80	515,30	146,00	7,40	2 022,3	167,80			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг	
ОБЕД																			
САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ (ПО СЕЗОНУ)	60	0,5	3,0	1,5	37,0	3,30	0,00	0,00	0,00	1,30	14,00	17,00	8,10	0,40	84,30	0,30	21	2011	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,5	14,6	19,4	275,1	5,30	0,40	0,30	0,00	4,30	55,50	168,00	45,50	2,80	623,60	7,10	102	2011	
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,1	21,7	5,5	295,7	10,80	0,10	5,20	0,10	5,70	9,70	217,80	14,10	5,10	246,10	5,90	282	2011	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,5	13,0	13,6	187,2	9,60	0,10	0,60	0,10	2,70	41,90	58,10	24,40	1,10	395,10	5,60	143	2011	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	222	0,2	0,0	15,0	61,6	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	5,10	4,60	0,50	25,00	0,00	377	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008	
Итого за прием пищи:	842	20,9	52,8	87,8	1 012,5	30,10	0,80	6,10	0,20	15,50	149,10	525,70	115,60	11,90	1 466,5	20,60			
Всего за день:		39,9	52,8	87,8	1 012,5	30,10	0,80	6,10	0,20	15,50	149,10	525,70	115,60	11,90	1 466,5	20,60			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг		

ОБЕД																			
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,7	3,6	2,3	45,5	11,50	0,00	0,20	0,00	1,70	17,30	21,60	11,30	0,60	113,40	1,70	29	2011	
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	250	12,8	14,3	14,9	240,5	10,70	0,10	0,30	0,00	2,60	49,80	151,40	38,90	2,60	724,50	9,70	95	2011	
ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	90	12,9	13,9	2,6	193,0	0,60	0,10	0,00	0,00	1,00	20,10	105,40	13,10	0,80	175,70	3,70	290	2011	
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	5,9	38,9	223,4	0,00	0,00	0,00	0,10	0,30	28,40	76,10	27,80	0,60	56,30	0,80	304	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,10	0,00	0,00	0,80	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,00	0,10	0,00	0,00	0,70	5,40	26,10	5,70	1,20	40,80	1,70		2008	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПИГОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	132,5	88,00	0,00	0,20	0,00	0,00	19,30	3,10	4,90	0,50	11,20	0,00	388	2011	
Итого за прием пищи:	820	35,9	38,5	120,3	990,8	110,8	0,4	35,90	0,1	7,10	149,50	417,30	114,90	7,10	#####	17,60			
Всего за день:		35,9	37,9	102,8	990,8	110,80	0,40	35,90	0,10	7,10	149,50	417,30	114,90	7,10	1 173,5	17,60			

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	А, мг	Д, мкг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Г, мкг
Итого за весь период	386,6	386,1	1 098,4	9 505,0	448,70	5,70	14,90	1,20	104,00	1 643,60	5 183,00	1 630,80	95,40	#####	441,20
Среднее значение за период	38,7	38,6	109,8	950,5	44,90	0,60	1,50	0,10	10,40	164,40	518,30	163,10	9,50	1 525,00	44,10
Содержание белков, жиров, углеводов в меню	16,3	36,6	47,1												

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	ОБЕД
Горячее питание 1-4 класс (7-11 лет)	812