

L 08.08



Согласовано  
 \_\_\_\_\_  
 Директор ИБ У.С.Ц.  
 20 08 г.



Утверждаю"  
 \_\_\_\_\_  
 Директор ООО "Агрофирма-Ярославль"  
 Милишников П.А.  
 20 08 г.

Примерное меню для учащихся общеобразовательных школ возрастной группы дети 12-18 лет

1 день 1 недели

Прием пищи	наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
			Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F		Se
2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
	Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67	0,42	0,15	0,8	16,44	0,64	21,55	167,3	28,1	2,23	276,26			0,03	
	Рис отварной	200	5,09	5,22	53,36	280,74	0,06	0,04		27,9	0,08	16,08	111,66	36,56	0,8	73,86			0,01	332
	Чай с низким содержанием сахара с лимоном 200/5	205	0,25	0,06	10,17	43,01		0,01	2,1	0,5		7,25	9,34	5	0,88	33,25		0,1		411
	Батончик к чаю	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05	0,01				8,55	29,25	5,85	0,54	41,4				
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>22</b>	<b>38,09</b>	<b>99,6</b>	<b>832,32</b>	<b>0,53</b>	<b>0,21</b>	<b>2,9</b>	<b>44,84</b>	<b>0,72</b>	<b>53,43</b>	<b>317,55</b>	<b>75,51</b>	<b>4,45</b>	<b>424,77</b>		<b>0,1</b>	<b>0,04</b>	
	Суп вермишелевый с мясом 250/15	265	5,61	12,52	16,01	199,39	0,16	0,05	1,76	205,8	0,15	18,89	66,33	14,4	0,92	128,76			0,01	111
	Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,56	285,32	0,44	0,12	2,83	110,5		14,14	141,18	24,53	1,58	282,38	0,01	0,05		293
	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,13	6,99	45,76	286,06	0,34	0,17	0,48	28,6	0,08	23,33	241,4	160,38	5,42	305,8	0,01	0,02		330
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96		0,01	2,1	0,5		7,4	9,34	5	0,9	33,4		0,1		412
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,6	60	0,03	0,01				6	19,5	4,2	0,33	27,9		0,02	0,01	
	<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>30,48</b>	<b>44,4</b>	<b>93,11</b>	<b>893,73</b>	<b>0,97</b>	<b>0,36</b>	<b>7,17</b>	<b>345,4</b>	<b>0,23</b>	<b>69,76</b>	<b>477,75</b>	<b>208,51</b>	<b>9,15</b>	<b>778,24</b>	<b>0,02</b>	<b>0,19</b>	<b>0,02</b>	
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
	Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1750</b>	<b>65,16</b>	<b>96,86</b>	<b>261,87</b>	<b>2190,48</b>	<b>1,67</b>	<b>0,84</b>	<b>20,07</b>	<b>510,99</b>	<b>1,96</b>	<b>191,64</b>	<b>956,64</b>	<b>315,39</b>	<b>20,41</b>	<b>1614,15</b>	<b>0,03</b>	<b>0,34</b>	<b>0,08</b>	

**2 день 1 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F		Se
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Каша "Дружба" жидкая с маслом сливочным 250/7	257	8,09	13,47	45,84	337,98	0,17	0,22	1,67	80,72	0,21	168,94	207,88	48,08	1,08	263,69	0,01	0,03		199
Сыр порционный	10	2,6	2,61		34,4		0,03	0,08	25,8		100	64	4,5	0,1	9,5				7
Какао на молоке	200	3,14	3,33	17,88	115,42	0,04	0,16	6,58	22	0,53	125,42	116,2	31	1,01	206,66	0,01	0,02		416
витаминизированный																			
Батон йодированный	35	2,63	1,02	17,99	91,7	0,04	0,01				6,65	22,75	4,55	0,42	32,2				
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278			0,01	386
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>602</b>	<b>16,86</b>	<b>20,83</b>	<b>91,51</b>	<b>626,5</b>	<b>0,28</b>	<b>0,44</b>	<b>18,33</b>	<b>128,52</b>	<b>0,74</b>	<b>417,01</b>	<b>421,83</b>	<b>98,03</b>	<b>4,81</b>	<b>790,05</b>	<b>0,02</b>	<b>0,06</b>		
Суп картофельный с рыбными консервами	250	5,87	11,4	17,81	197,81	0,14	0,12	21,83	205,5	4,03	32,16	126,88	38,64	1,51	661,75	0,01	0,35	0,01	95
Тефтели с соусом 70/50	120	10,12	23,68	17,4	323,6	0,31	0,12	5,44	70,88	0,36	37,61	126,03	24,33	1,5	287,91			0,02	
Макаронные изделия отварные	180	8,56	5,18	54,64	299,69	0,13	0,04		25,92	0,08	22,71	70,42	12,81	1,3	96,93				218
Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31		0,01	0,1	0,5		5,25	8,24	4,4	0,85	25,1		0,1		411
Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100	0,06	0,02				10	32,5	7	0,55	46,5			0,03	0,02
<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>28</b>	<b>40,81</b>	<b>120,87</b>	<b>962,41</b>	<b>0,64</b>	<b>0,31</b>	<b>27,37</b>	<b>302,6</b>	<b>4,47</b>	<b>107,73</b>	<b>354,07</b>	<b>87,18</b>	<b>5,71</b>	<b>1 118,19</b>	<b>0,01</b>	<b>0,48</b>	<b>0,05</b>	
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278			0,01	386
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 802</b>	<b>57,54</b>	<b>76,01</b>	<b>281,54</b>	<b>2 053,34</b>	<b>1,09</b>	<b>1,02</b>	<b>55,7</b>	<b>551,87</b>	<b>6,22</b>	<b>593,19</b>	<b>947,24</b>	<b>216,58</b>	<b>17,33</b>	<b>2 319,38</b>	<b>0,04</b>	<b>0,59</b>	<b>0,07</b>	

**3 день 1 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F		Se
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Пудинг из творога с джемом 140/50	190	22,88	8,63	60,85	411,65	0,09	0,36	1,03	99,1	0,57	215,48	284,32	38,1	1,33	211,73	0,01	0,04		249
Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31		0,01	0,1	0,5		5,25	8,24	4,4	0,85	25,1		0,1		411
Батон йодированный	60	4,5	1,74	30,84	157,2	0,07	0,02				11,4	39	7,8	0,72	55,2			0,01	386
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278				
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>27,98</b>	<b>10,82</b>	<b>111,51</b>	<b>657,16</b>	<b>0,19</b>	<b>0,41</b>	<b>11,13</b>	<b>99,6</b>	<b>0,57</b>	<b>248,13</b>	<b>342,56</b>	<b>59,3</b>	<b>5,1</b>	<b>570,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,15</b>		
Суп картофельный с горохом	280	7,86	4,9	24,29	173,11	0,33	0,1	13,38	226,24		42,17	109,55	43,65	2,67	564,76			0,01	87
Плов со свиной	220	14,45	28,57	52,38	525	0,41	0,14	4,41	520,48	0,45	25,12	228,26	62	2,15	357,34			0,03	
Чай с низким содержанием сахара с лимоном 200/5	205	0,25	0,06	10,17	43,01		0,01	2,1	0,5		7,25	9,34	5	0,88	33,25		0,1		411
Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100	0,06	0,02				10	32,5	7	0,55	46,5			0,03	0,02
Манник	50	2,75	7,76	22,84	172,67	0,04	0,05	0,09	12,97	0,09	22,23	35,84	5,69	0,36	49,24			0,01	
<b>Итого за Обед</b>	<b>805</b>	<b>28,56</b>	<b>41,79</b>	<b>130,68</b>	<b>1 013,79</b>	<b>0,84</b>	<b>0,32</b>	<b>19,98</b>	<b>780,19</b>	<b>0,54</b>	<b>106,77</b>	<b>415,49</b>	<b>123,34</b>	<b>6,61</b>	<b>1 051,09</b>			<b>0,15</b>	<b>0,05</b>
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278			0,01	386
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 755</b>	<b>69,22</b>	<b>66,98</b>	<b>311,35</b>	<b>2 135,38</b>	<b>1,2</b>	<b>1</b>	<b>41,11</b>	<b>990,54</b>	<b>2,12</b>	<b>423,35</b>	<b>919,39</b>	<b>214,01</b>	<b>18,52</b>	<b>2 032,26</b>	<b>0,02</b>	<b>0,35</b>	<b>0,07</b>	

**4 день 1 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Са	Р	Mg	Fe	К	I	F		Se
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Люля кебаб из свинины	100	15,81	29,8	12,06	379,74	0,5	0,18	1,11	12	0,08	36,68	181,8	27,78	1,9	309,68	0,01	0,06		
Каша гречневая рассыпчатая с овощами консервированными 200/10	210	10,35	7,03	46,88	291,66	0,35	0,17	0,96	28,8	0,08	27,53	245,5	161,68	5,45	319,4	0,01	0,02		
Чай с сахаром, лимсом 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96		0,01	2,1	0,5		7,4	9,34	5	0,9	33,4		0,1		
Батон йодированный	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05	0,01				8,55	29,25	5,85	0,54	41,4				
<b>Итого за Завтрак</b>	560	29,79	38,2	97,23	852,46	0,9	0,37	4,17	41,3	0,16	80,16	465,89	200,31	8,79	703,88	0,02	0,18		
Суп картофельный с яйцом	280	3,74	5,92	18,2	141,47	0,14	0,13	21,84	255,02	0,25	30,98	94,39	30,84	1,42	630,22		0,01		
Рагу из овощей со свининой	280	14,45	28,56	52,36	525	0,51	0,24	82,84	298,31		90,65	220,62	71,05	3,15	1 315,59	0,01	0,04		
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,6	80	0,04	0,01				8	26	5,6	0,44	37,2		0,02	0,01	
<b>Итого за Обед</b>	800	20,99	34,93	102,37	807,73	0,69	0,39	104,78	553,83	0,25	135,03	349,25	111,89	5,88	2 008,26	0,01	0,17	0,01	
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Полдник</b>	400	12,68	14,37	69,16	464,43	0,17	0,27	10	120,75	1,01	68,45	161,34	31,37	6,81	411,14	0,01	0,05	0,02	
<b>Итого за день</b>	1 760	63,46	87,5	268,76	2 124,62	1,76	1,03	118,95	715,88	1,42	283,64	976,48	343,57	21,48	3 123,28	0,04	0,4	0,03	

**5 день 1 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Са	Р	Mg	Fe	К	I	F		Se
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Каша пшеничная жидкая с малом сливочным 250/10	260	9,34	16,09	44,83	362,61	0,26	0,22	1,61	93,95	0,25	167,24	230,27	58,18	1,51	288,6	0,01	0,04		199
Сыр порционный	10	2,6	2,61		34,4		0,03	0,08	25,8		100	64	4,5	0,1	9,5				7
Какао на молоке витаминизированный	180	2,83	3	16,09	103,88	0,04	0,14	5,92	19,8	0,48	112,88	104,58	27,9	0,91	185,99	0,01	0,02		416
Батон йодированный	35	2,63	1,02	17,99	91,7	0,04	0,01				6,65	22,75	4,55	0,42	32,2				
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Завтрак</b>	585	17,8	23,12	88,71	639,59	0,37	0,42	17,61	139,55	0,73	402,77	432,6	104,13	5,14	794,29	0,02	0,07		
Щи из свежей капусты с картофелем	280	2,46	5,85	11,41	109,27	0,08	0,07	41,3	235,51		54,78	58,94	27,06	1,04	470,99				73
Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67	0,42	0,15	0,8	16,44	0,64	21,55	167,3	28,1	2,23	276,26			0,03	
Макаронные изделия отварные	180	8,56	5,18	54,64	299,69	0,13	0,04		25,92	0,08	22,71	70,42	12,81	1,3	96,93				218
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		411
Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100	0,06	0,02				10	32,5	7	0,55	46,5		0,03	0,02	
<b>Итого за Обед</b>	810	27,75	43,08	115	960,89	0,69	0,29	42,2	278,37	0,72	114,44	337,4	79,37	5,99	915,93		0,13	0,05	
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Полдник</b>	400	12,68	14,37	69,16	464,43	0,17	0,27	10	120,75	1,01	68,45	161,34	31,37	6,81	411,14	0,01	0,05	0,02	
<b>Итого за день</b>	1 795	58,23	80,57	272,67	2 064,91	1,23	0,98	69,81	538,67	2,46	585,66	931,34	214,87	17,94	2 121,36	0,03	0,25	0,07	

**6 день 1 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)								№ рец
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	D, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F	Se	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Плов со свиной	220	14,45	28,57	52,38	525	0,41	0,14	4,41	520,48	0,45	25,12	228,26	62	2,15	357,34			0,03	
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		411
Батон йодированный	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03	0,01				5,7	19,5	3,9	0,36	27,6			0,01	386
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10		0,45	52,22	267	79,3	5,58	688,19		0,11	0,03	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>17,3</b>	<b>29,89</b>	<b>92,61</b>	<b>711,86</b>	<b>0,47</b>	<b>0,18</b>	<b>14,51</b>	<b>520,98</b>	<b>0,45</b>	<b>25,12</b>	<b>228,26</b>	<b>62</b>	<b>2,15</b>	<b>357,34</b>			<b>0,03</b>	<b>87</b>
Суп картофельный с горшком	280	7,86	4,9	24,29	173,11	0,33	0,1	13,38	226,24		42,17	109,55	43,65	2,67	564,76			0,01	271
Котлета рыбная	100	17,77	9,78	17,63	256,94	0,13	0,15	0,26	16,9	0,12	66,09	229,87	50,86	1,5	86,2		0,01		339
Картофельное пюре	200	4,35	5,37	29,39	183,84	0,21	0,17	34,34	32,5	0,07	61,22	129,6	43,98	1,63	1 016,73		0,01		411
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		
Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100	0,06	0,02				10	32,5	7	0,55	46,5		0,03	0,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>830</b>	<b>33,43</b>	<b>20,6</b>	<b>107,32</b>	<b>775,15</b>	<b>0,73</b>	<b>0,45</b>	<b>48,08</b>	<b>276,14</b>	<b>0,19</b>	<b>184,88</b>	<b>509,76</b>	<b>149,89</b>	<b>7,22</b>	<b>1 739,44</b>		<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	<b>406</b>
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	418
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					386
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	<b>418</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 780</b>	<b>63,41</b>	<b>64,86</b>	<b>269,09</b>	<b>1 951,44</b>	<b>1,37</b>	<b>0,9</b>	<b>72,59</b>	<b>917,87</b>	<b>1,65</b>	<b>305,55</b>	<b>938,1</b>	<b>260,56</b>	<b>19,61</b>	<b>2 838,77</b>	<b>0,01</b>	<b>0,32</b>	<b>0,07</b>	<b>406</b>

**1 день 2 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)								№ рец
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	D, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F	Se	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Люля-кебаб из свинины	100	15,81	29,8	12,06	379,74	0,5	0,18	1,11	12	0,08	36,68	181,8	27,78	1,9	309,68	0,01	0,06		
Каша гречневая рассыпчатая с овощами консервированными	210	10,35	7,03	46,88	291,86	0,35	0,17	0,96	28,8	0,08	27,53	245,5	161,68	5,45	319,4	0,01	0,02		330
200/10																			
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		411
Батончик к чаю	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05	0,01				8,55	29,25	5,85	0,54	41,4				
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>555</b>	<b>29,74</b>	<b>38,19</b>	<b>97,06</b>	<b>850,76</b>	<b>0,9</b>	<b>0,37</b>	<b>2,17</b>	<b>41,3</b>	<b>0,16</b>	<b>78,16</b>	<b>464,79</b>	<b>199,71</b>	<b>8,76</b>	<b>695,73</b>	<b>0,02</b>	<b>0,18</b>		
Суп вермишелевый с мясом	265	5,61	12,52	16,01	199,39	0,16	0,05	1,75	205,8	0,15	18,89	66,33	14,4	0,92	128,76				0,01
250/15																			
Тефтели с соусом 70/50	120	10,12	23,68	17,4	323,6	0,31	0,12	5,44	70,68	0,36	37,61	126,03	24,33	1,5	287,91				0,02
Рис отварной	180	4,58	4,69	48,02	252,67	0,05	0,03		25,11	0,07	14,47	100,49	32,9	0,72	66,47				0,01
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		411
Хлеб ржаной	45	2,93	0,45	18,9	90	0,05	0,01				9	29,25	6,3	0,5	41,85		0,02	0,01	
<b>Итого за Обед</b>	<b>810</b>	<b>23,44</b>	<b>41,39</b>	<b>115,34</b>	<b>926,92</b>	<b>0,57</b>	<b>0,22</b>	<b>7,3</b>	<b>302,09</b>	<b>0,58</b>	<b>85,37</b>	<b>330,34</b>	<b>82,33</b>	<b>4,51</b>	<b>550,24</b>		<b>0,12</b>	<b>0,05</b>	<b>411</b>
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	<b>418</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 765</b>	<b>65,86</b>	<b>93,95</b>	<b>281,58</b>	<b>2 242,11</b>	<b>1,64</b>	<b>0,86</b>	<b>19,47</b>	<b>484,14</b>	<b>1,75</b>	<b>231,98</b>	<b>958,47</b>	<b>313,41</b>	<b>20,08</b>	<b>1 657,11</b>	<b>0,03</b>	<b>0,35</b>	<b>0,07</b>	<b>406</b>

**2 день 2 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)								№ рец
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F	Se	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Каша рисовая жидкая 250/7	257	5,22	13,4	30,68	265,11	0,07	0,19	1,43	83,83	0,23	144,89	145,73	29,66	0,48	192,23	0,01	0,02	0,01	199
Сыр порционный	10	2,6	2,61		34,4		0,03	0,03	25,8		100	64	4,5	0,1	9,5				7
Какао на молоке витаминизированный	200	3,14	3,33	17,88	115,42	0,04	0,16	6,58	22	0,53	125,42	116,2	31	1,01	206,66	0,01	0,02		416
Батон йодированный	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05	0,01				8,55	29,25	5,85	0,54	41,4				
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>612</b>	<b>14,74</b>	<b>21,05</b>	<b>81,49</b>	<b>579,83</b>	<b>0,19</b>	<b>0,41</b>	<b>18,09</b>	<b>131,63</b>	<b>0,76</b>	<b>394,86</b>	<b>366,18</b>	<b>80,01</b>	<b>4,33</b>	<b>727,79</b>	<b>0,02</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>	
Борщ со свежей капустой, картофелем	280	2,34	5,83	15,15	123,13	0,07	0,07	26,07	299,21		51,98	62,41	30,17	1,41	441,31				63
Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67	0,42	0,15	0,8	16,44	0,64	21,55	167,3	28,1	2,23	276,26			0,03	
Макаронные изделия отварные	180	8,56	5,18	54,64	299,69	0,13	0,04		25,92	0,08	22,71	70,42	12,61	1,3	96,93				218
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		411
Хлеб ржаной	45	2,93	0,45	18,9	90	0,05	0,01				9	29,25	6,3	0,5	41,85		0,02	0,01	
<b>Итого за Обед</b>	<b>805</b>	<b>27,31</b>	<b>43,01</b>	<b>116,64</b>	<b>964,75</b>	<b>0,67</b>	<b>0,28</b>	<b>26,97</b>	<b>342,07</b>	<b>0,72</b>	<b>110,64</b>	<b>337,62</b>	<b>81,78</b>	<b>6,31</b>	<b>881,6</b>		<b>0,12</b>	<b>0,04</b>	
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>191,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 617</b>	<b>54,73</b>	<b>78,43</b>	<b>267,29</b>	<b>2 009,01</b>	<b>1,03</b>	<b>0,96</b>	<b>55,06</b>	<b>594,45</b>	<b>2,49</b>	<b>573,95</b>	<b>885,14</b>	<b>193,16</b>	<b>17,45</b>	<b>2 020,53</b>	<b>0,03</b>	<b>0,22</b>	<b>0,07</b>	

**3 день 2 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)								№ рец
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F	Se	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Пудинг из творога с джемом 140/50	190	22,88	8,63	60,85	411,65	0,09	0,36	1,03	99,1	0,57	215,48	284,32	38,1	1,33	211,73	0,01	0,04		249
Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31		0,01	0,1	0,5		5,25	8,24	4,4	0,85	25,1		0,1		411
Батон йодированный	60	4,5	1,74	30,84	157,2	0,07	0,02				11,4	39	7,6	0,72	55,2				
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>27,98</b>	<b>10,82</b>	<b>111,51</b>	<b>657,16</b>	<b>0,19</b>	<b>0,41</b>	<b>11,13</b>	<b>99,6</b>	<b>0,57</b>	<b>248,13</b>	<b>342,56</b>	<b>59,3</b>	<b>5,1</b>	<b>570,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,15</b>		
Суп картофельный с яйцом	280	3,74	5,92	18,2	141,47	0,14	0,13	21,84	255,02	0,25	30,98	94,39	30,64	1,42	630,22		0,01		83
Рагу из овощей со свининой	280	14,45	28,56	52,36	525	0,51	0,24	82,84	298,31		90,65	220,62	71,05	3,15	1 315,59	0,01	0,04		148
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		411
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80	0,04	0,01				8	26	5,6	0,44	37,2		0,02	0,01	
<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>20,99</b>	<b>34,93</b>	<b>102,37</b>	<b>807,73</b>	<b>0,69</b>	<b>0,39</b>	<b>104,78</b>	<b>553,83</b>	<b>0,25</b>	<b>135,03</b>	<b>349,25</b>	<b>111,89</b>	<b>5,88</b>	<b>2 008,26</b>	<b>0,01</b>	<b>0,17</b>	<b>0,01</b>	
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>191,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 750</b>	<b>61,65</b>	<b>80,12</b>	<b>283,04</b>	<b>1 929,32</b>	<b>1,05</b>	<b>1,07</b>	<b>125,91</b>	<b>774,18</b>	<b>1,83</b>	<b>451,61</b>	<b>853,15</b>	<b>202,56</b>	<b>17,79</b>	<b>2 989,43</b>	<b>0,03</b>	<b>0,37</b>	<b>0,03</b>	

### 4 день 2 недели

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Са	Р	Mg	Fe	К	І	F		Se
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Каша пшеничная жидкая с малым сливочным 250/10	260	9,34	16,09	44,83	362,61	0,26	0,22	1,61	93,95	0,25	167,24	230,27	58,18	1,51	286,6	0,01	0,04		199
Сыр порционный	10	2,6	2,61		34,4		0,03	0,08	25,8		100	64	4,5	0,1	9,5				7
Какао на молоке витаминизированный	180	2,83	3	16,09	103,88	0,04	0,14	5,92	19,8	0,48	112,88	104,58	27,9	0,91	185,99	0,01	0,02		416
Батон йодированный	35	2,63	1,02	17,99	91,7	0,04	0,01				6,65	22,75	4,55	0,42	32,2				
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278			0,01	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>585</b>	<b>17,8</b>	<b>23,12</b>	<b>88,71</b>	<b>639,59</b>	<b>0,37</b>	<b>0,42</b>	<b>17,61</b>	<b>139,55</b>	<b>0,73</b>	<b>402,77</b>	<b>432,6</b>	<b>104,13</b>	<b>5,14</b>	<b>794,29</b>	<b>0,02</b>	<b>0,07</b>		
Суп картофельный с горохом.	280	7,86	4,9	24,29	173,11	0,33	0,1	13,38	226,24		42,17	109,55	43,65	2,67	564,76		0,01		87
Плов со свиной	220	14,45	28,57	52,38	525	0,41	0,14	4,41	520,48	0,45	25,12	228,26	62	2,15	357,34			0,03	
Чай с низким содержанием сахара с лимоном 200/5	205	0,25	0,06	10,17	43,01		0,01	2,1	0,5		7,25	9,34	5	0,88	33,25			0,1	
Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100	0,06	0,02				10	32,5	7	0,55	46,5		0,03	0,02	
Манник	50	2,75	7,76	22,84	172,67	0,04	0,05	0,09	12,97	0,09	22,23	35,84	5,69	0,36	49,24			0,01	
<b>Итого за Обед</b>	<b>805</b>	<b>28,56</b>	<b>41,79</b>	<b>130,68</b>	<b>1 013,79</b>	<b>0,84</b>	<b>0,32</b>	<b>19,98</b>	<b>760,19</b>	<b>0,54</b>	<b>106,77</b>	<b>415,49</b>	<b>123,34</b>	<b>6,61</b>	<b>1 051,09</b>			<b>0,15</b>	<b>0,05</b>
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278			0,01	
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 790</b>	<b>59,04</b>	<b>79,28</b>	<b>288,55</b>	<b>2 117,81</b>	<b>1,38</b>	<b>1,01</b>	<b>47,59</b>	<b>1 020,49</b>	<b>2,28</b>	<b>577,99</b>	<b>1 009,43</b>	<b>258,84</b>	<b>18,56</b>	<b>2 256,52</b>	<b>0,03</b>	<b>0,27</b>	<b>0,07</b>	

### 5 день 2 недели

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Са	Р	Mg	Fe	К	І	F		Se
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Наггетсы куриные с соусом	150	10,29	10,45	19,8	213,17								0,06						761
Рис отварной	180	4,58	4,69	48,02	252,67	0,05	0,03		25,11	0,07	14,47	100,49	32,9	0,72	66,47			0,01	332
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25			0,1	411
Батон йодированный	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0,03	0,01				4,75	16,25	3,25	0,3	23				
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278			0,01	386
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>655</b>	<b>17,35</b>	<b>16,32</b>	<b>105,48</b>	<b>639,6</b>	<b>0,11</b>	<b>0,07</b>	<b>10,1</b>	<b>25,61</b>	<b>0,07</b>	<b>40,62</b>	<b>136,04</b>	<b>49,55</b>	<b>4,09</b>	<b>392,72</b>			<b>0,11</b>	<b>0,01</b>
Рассольник ленинградский	280	2,63	4,64	19,29	130,16	0,12	0,08	18,88	227,42		22,22	81,69	29,37	1,11	545,71				82
Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,58	285,32	0,44	0,12	2,83	110,5		14,14	141,18	24,53	1,58	282,38	0,01	0,05		293
Каша гречневая рассыпчатая	180	9,12	6,29	41,18	257,45	0,31	0,15	0,43	25,74	0,07	21	217,26	144,34	4,88	275,22	0,01	0,01		330
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25			0,1	411
Хлеб ржаной	45	2,93	0,45	18,9	90	0,05	0,01				9	29,25	6,3	0,5	41,85			0,02	0,01
<b>Итого за Обед</b>	<b>805</b>	<b>27,42</b>	<b>35,96</b>	<b>97,96</b>	<b>824,19</b>	<b>0,92</b>	<b>0,37</b>	<b>22,24</b>	<b>364,16</b>	<b>0,07</b>	<b>71,76</b>	<b>477,62</b>	<b>208,94</b>	<b>8,94</b>	<b>1 170,41</b>	<b>0,02</b>	<b>0,18</b>	<b>0,01</b>	
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278			0,01	
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 860</b>	<b>57,45</b>	<b>66,65</b>	<b>272,6</b>	<b>1 928,22</b>	<b>1,2</b>	<b>0,71</b>	<b>42,34</b>	<b>510,52</b>	<b>1,15</b>	<b>180,83</b>	<b>775</b>	<b>289,86</b>	<b>19,84</b>	<b>1 974,27</b>	<b>0,03</b>	<b>0,34</b>	<b>0,04</b>	

**6 день 2 недели**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)							№ рец	
		Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F		Se
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	20
Люля кебаб из свинины	100	15,81	29,8	12,06	379,74	0,5	0,18	1,11	12	0,08	36,68	181,8	27,78	1,9	309,68	0,01	0,06		
Каша гречневая рассыпчатая с овощами консервированными 200/10	210	10,35	7,03	46,88	291,86	0,35	0,17	0,96	28,8	0,08	27,53	245,5	161,68	5,45	319,4	0,01	0,02		330
Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96		0,01	2,1	0,5		7,4	9,34	5	0,9	33,4		0,1		412
Батон йодированный	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05	0,01				8,55	29,25	5,85	0,54	41,4				
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>29,79</b>	<b>38,2</b>	<b>97,23</b>	<b>852,46</b>	<b>0,9</b>	<b>0,37</b>	<b>4,17</b>	<b>41,3</b>	<b>0,16</b>	<b>80,16</b>	<b>465,89</b>	<b>200,31</b>	<b>8,79</b>	<b>703,88</b>	<b>0,02</b>	<b>0,18</b>		
Суп картофельный с горохом	280	7,86	4,9	24,29	173,11	0,33	0,1	13,38	226,24		42,17	109,55	43,65	2,67	564,76		0,01		87
Котлета рыбная	100	17,77	9,78	17,63	256,94	0,13	0,15	0,26	16,9	0,12	66,09	229,87	50,86	1,5	86,2		0,01		271
Картофельное пюре	200	4,35	5,37	29,39	183,84	0,21	0,17	34,34	32,5	0,07	61,22	129,6	43,98	1,63	1 016,73		0,01		339
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26		0,01	0,1	0,5		5,4	8,24	4,4	0,87	25,25		0,1		411
Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100	0,06	0,02				10	32,5	7	0,55	46,5		0,03	0,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>830</b>	<b>33,43</b>	<b>20,6</b>	<b>107,32</b>	<b>775,15</b>	<b>0,73</b>	<b>0,45</b>	<b>48,08</b>	<b>276,14</b>	<b>0,19</b>	<b>184,88</b>	<b>509,76</b>	<b>149,89</b>	<b>7,22</b>	<b>1 739,44</b>		<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	
Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43	0,12	0,23		120,75	1,01	38,45	136,34	14,37	1,81	133,14	0,01	0,04	0,02	406
Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	0,02				14	14	8	2,8					418
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	0,02	10			16	11	9	2,2	278		0,01		386
<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>14,37</b>	<b>69,16</b>	<b>464,43</b>	<b>0,17</b>	<b>0,27</b>	<b>10</b>	<b>120,75</b>	<b>1,01</b>	<b>68,45</b>	<b>161,34</b>	<b>31,37</b>	<b>6,81</b>	<b>411,14</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1 790</b>	<b>75,9</b>	<b>73,17</b>	<b>273,71</b>	<b>2 092,04</b>	<b>1,8</b>	<b>1,09</b>	<b>62,25</b>	<b>438,19</b>	<b>1,36</b>	<b>333,49</b>	<b>1 136,99</b>	<b>381,57</b>	<b>22,82</b>	<b>2 854,46</b>	<b>0,03</b>	<b>0,39</b>	<b>0,04</b>	

  

Итого	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)									
	Б	Ж	У		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Д, мг	Ca	P	Mg	Fe	K	I	F	Se		
Итого за весь период	751,65	924,36	3 332,25	24 838,68	16,42	11,47	730,95	8 017,79	26,69	4 732,88	11 265,37	3 204,38	231,83	27 801,52	0,35	4,19	0,71		
Среднее значение за период	62,638	77,032	277,688	2 069,89	1,368	0,956	60,904	668,149	2,224	394,407	938,781	267,032	19,319	2 316,793	0,029	0,349	0,059		

Нормативная документация:

СанПиН 2.3/2.4 3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания населения

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" под ред. Могильного М.П., Тутельяна В.А. 2015 г.

Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях "Дели плюс" под ред. Могильного М.П., Тутельяна В.А. 2016 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной 2004г.