



УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала
ООО НПК "Специализация"

Л.С. Сафарян/
Для
Документов
18.05.2024



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

«01» _____ 2025 г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

2-х недельное для обучающихся 5-11 классов (возрастная категория: с 12 лет и старше) (Оказание услуг по организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование, получающих основное и среднее общее образование, для школ г. Алушты на 2024-2025 учебный год)

- * Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучмы, Москва 2016 г.
- * Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г (2011 г), рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)
- * Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, разработанная ГОУ высшего профессионального образования Московский государственный университет прикладной биотехнологии (МГУПБ) И.О. ректора Е.И. Гитов, Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения Первый заместитель исполнителя директора В.И.Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НИЦ здоровья детей РАМН Директор В.Р.Кучма, 2006 г
- * Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях (отделениях) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов. практ. руководство (нормативный документ) / Сост. Б.С.Каганов, А.С. Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др. - М.:2010. - 496с.
- * СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20
- * Картоотека блюд диетического (лечебного и профилактического питания) оптимизированного состава для детей, Департамента здравоохранения г. Москвы / Сост. д.м.н., профессор Шарафетдинов Х.Х., д.м.н., профессор Коваль И.Я., д.м.н. и др. - М.:2011
- * Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации (практическое руководство для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания) Тутельян В. А., Гаптаров М.М.Г., 2014г. - с. 459
- * Картоотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения. / Практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания и заведующих производством. Том 1, 2, М. А. Самсонов, 1995/96 г.
- * Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. / Сборник технических нормативов ФГАУ НИЦЗД Минздрава России, ФГБУН ФИЦ Питания, Биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» —М.: Издатель Научный центр здоровья детей / Сост. Г.Г. Онищенко, В.А.Тутельян, Д.Б. Никитюк, В.В. Чернигов и др.- М.:2022. — 698 с.

г.Алушта 2025 г.

Основное меню завтрак, обед для детей 5-11 классов

Неделя 1 День 1

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					
Завтрак										
7.30/2014	Икра из кабачков (консервы)*	100	1,90	8,90	7,70	119,00	35,00	41,00	43,16	0,70
399/2022	Макаронны, запеченные с сыром	180	15,00	17,76	44,08	375,36	0,08	258,00	18,82	1,24
23/2022	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38
ТТК	Чай с лимоном и сахаром	200	0,15	0,03	11,32	59,25	2,85	5,49	3,04	0,47
749/2022	Фрукт свежий(яблоко)**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20
	Итого завтрак:	600	18,97	27,25	82,74	647,61	47,93	325,09	80,62	4,99
Обед										
ТТК	Овощи натуральные консервированные (огурцы)*	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60
241/2022	Суп картофельный с горохом	250	5,13	11,12	28,56	197,50	4,69	58,90	28,51	2,13
327/2022	Капуста тушеная с мясом	230	8,00	10,77	15,91	194,83	84,35	100,10	42,43	1,80
859/2022	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
	Итого обед:	840	19,29	22,75	92,73	626,13	98,04	211,80	117,54	8,99
	Всего:	1440	38,26	50,00	175,47	1273,74	145,97	536,89	198,16	13,98

День 2

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					
Завтрак										
ТТК	Каша рисовая молочная жидкая	270	17,06	9,18	42,66	279,18	15,66	279,61	49,46	2,50
18/2022	Масло (порциями)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	1,20	0,00	0,02
23/2022	Хлеб пшеничный	50	5,40	0,65	34,80	167,00	0,00	9,00	8,00	0,60
12.10/2014	Кондитерское изделие (сахарное печенье)	20	1,50	1,96	14,88	82,80	0,00	5,80	8,00	0,42
54-23гн/2022	Кофейный напиток	200	4,11	3,25	12,29	96,38	1,30	123,11	26,20	0,35
	Итого завтрак:	550	28,12	23,29	104,71	700,16	16,96	418,72	91,66	3,89
Обед										
ТТК	Салат из капусты с растительным маслом	100	1,55	5,09	9,03	87,57	24,47	76,65	15,20	0,27
ТТК	Свекольник со сметаной	250	1,34	11,62	8,58	157,25	10,29	171,11	18,63	0,97
ТТК/673/2022	Шницель рубленый куриный с соусом томатным	100	18,59	11,38	15,17	174,90	1,21	113,75	68,85	1,49
ТТК	Каша пшеничная	180	8,06	1,44	47,30	246,24	0,00	28,80	87,84	2,44
23/2022	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	0,00	18,33	66,33	26,00	18,21	12,00	0,82
749/2022	Фрукт свежий(яблоко)**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20
	Итого обед:	970	33,53	30,33	124,73	861,09	71,97	435,72	229,52	9,47
	Всего:	1520	61,65	53,62	229,44	1561,25	88,93	854,44	321,18	13,36

День 3

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					
Завтрак										
ТТК	Овощи натуральные консервированные (огурцы)*	100	0,80	0,08	2,00	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60
ТТК /673/2022	Тертая рыба с соусом томатным	100	10,05	15,97	9,50	156,60	1,40	63,81	20,34	0,62
643/2022	Пюре картофельное	180	3,87	3,45	34,08	226,80	31,14	173,06	32,99	1,92
23/2022	Хлеб картофельный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38
24/2022	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80
54-13.мн/2022	Напиток из плодов шиповника	200	0,51	0,21	10,24	54,37	150,00	9,09	2,55	0,46
Итого завтрак:		640	19,39	20,35	79,02	567,57	187,54	288,76	99,28	5,78
Обед										
ТТК	Салат из свеклы с маслом растительным	100	1,43	5,06	12,80	83,22	9,46	44,17	21,41	1,39
ТТК	Суп рисовый с мясом	250	9,03	14,47	31,05	222,37	2,69	16,90	21,73	1,10
ТТК	Печень по-строгановски	100	13,97	16,89	18,95	205,23	26,51	268,90	16,73	5,28
ТТК	Каша гречневая	180	7,57	4,45	32,28	207,24	0,00	12,36	120,00	4,03
23/2022	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
ТТК	Компот из ягод	200	0,20	0,08	8,45	36,73	40,00	7,41	6,20	0,28
Итого обед:		870	35,04	41,35	120,05	836,59	78,66	360,94	204,07	13,36
Всего:		1510	54,43	61,70	199,07	1404,16	266,20	649,70	303,35	19,14

День 4

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					
Завтрак										
ТТК	Запеканка из творога с морковью	180	22,34	16,20	32,31	327,49	10,20	310,66	45,86	1,11
Пром.	Молоко стуженное с сахаром	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,20	61,40	6,80	0,04
ТТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
23/2022	Хлеб пшеничный	50	5,40	0,65	34,80	167,00	0,00	9,00	8,00	0,60
749/2022	Фрукт свежий(яблоко)**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20
Итого завтрак:		550	29,58	18,95	95,00	635,02	20,45	399,75	71,86	4,38
Обед										
ТТК	Винегрет с растительным маслом	100	1,39	10,29	7,25	124,60	17,76	115,14	35,36	1,33
ТТК	Рассольник ленинградский	250	4,37	7,58	35,73	119,58	13,12	73,62	11,55	0,43
ТТК	Щипель из говядины с соусом	100	14,69	17,93	13,57	255,18	1,50	244,60	28,65	3,18
ТТК	Картофель запеченный	180	3,65	3,12	36,69	210,00	36,48	18,24	41,95	1,64
23/2022	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
ТТК	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,08	0,08	8,95	37,33	2,00	3,41	1,80	0,46
Итого обед:		870	27,02	39,40	118,71	828,49	70,86	466,21	137,31	8,32
Всего:		1420	56,60	58,35	213,70	1463,51	91,31	865,96	209,17	12,70

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
День 5										
Завтрак										
ТТК	Каша жидкая молочная из крупы Геркулес	280	9,40	14,07	37,48	315,37	12,20	173,78	194,63	1,74
21/2022	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07	88,00	3,50	0,10
23/2022	Хлеб пшеничный	60	6,48	0,78	41,76	200,40	0,00	10,80	9,60	0,72
415/2016	Какао с молоком	200	5,32	5,40	14,44	129,49	1,95	185,33	38,00	1,05
	Итого завтрак:	550	23,52	23,20	93,68	681,66	14,22	457,91	245,73	3,61
Обед										
ТТК	Овощи натуральные соленные (огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60
ТТК	Борщ с капустой и картофелем	250	1,60	6,50	10,83	132,57	18,10	34,36	18,98	0,90
ТТК	Паста сливочная с курицей	230	6,30	13,68	32,60	333,38	3,78	51,20	25,90	1,15
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
859/2022	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80
ТТК	Яблоки фаршированные творогом	120	13,00	7,05	23,83	215,16	7,32	225,00	22,21	2,04
	Итого обед:	960	27,06	28,09	115,52	914,91	38,20	363,36	113,69	9,15
	Всего:	1510	50,58	51,29	209,20	1596,57	52,42	821,27	359,42	12,76
Неделя 2										
День 6										
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
Завтрак										
ТТК	Омлет запеченный	150	12,95	13,44	15,68	187,88	4,10	220,50	25,60	1,64
18/2022	Масло (порциями)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	1,20	0,00	0,02
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
749/2022	Фрукт свежий(яблоко)**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20
12.10/2014	Кондитерское изделие (сахарное печенье)	20	1,50	1,96	14,88	82,80	0,00	5,80	4,00	0,42
ТТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
	Итого завтрак:	550	19,92	24,73	77,13	566,61	14,15	265,29	71,10	6,82
Обед										
70/2015	Овощи натуральные консервированные (помидоры)*	100	1,10	0,10	1,60	16,00	10,00	14,00	20,00	0,90
ТТК	Щи из свежей капусты	250	1,41	8,10	23,37	140,62	21,40	30,18	14,28	0,53
897/2022	Пельмени отварные	230	21,74	21,73	53,93	494,01	0,79	333,14	31,69	2,36
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
859/2022	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80
	Итого обед:	850	30,27	30,81	129,00	888,83	36,19	410,42	104,27	8,70
	Всего:	1400	50,19	55,54	206,13	1455,44	50,34	675,71	175,37	15,52

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
День 7										
Завтрак										
ТТК	Каша жидкая молочная из крупы Геркулес	220	10,12	11,06	34,58	285,96	11,90	152,90	59,24	2,20
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
5.15/2014	Кисломоленный напиток (Снежок)***	200	5,13	7,20	8,90	95,89	2,20	152,50	18,75	0,13
Пром.	Повидло	10	0,04	0,00	6,50	41,20	0,05	1,40	0,70	0,13
ТТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
	Итого завтрак:	670	18,33	18,58	76,65	544,98	14,20	318,69	94,09	3,65
Обед										
9.11/1995	Консервы овощные закусочные (лечо)	100	1,17	3,17	9,30	69,70	32,57	25,72	17,48	0,70
24/2022	Суп картофельный с горохом	250	5,13	11,12	28,56	197,50	4,69	58,90	28,51	2,13
ТТК	Щицель из говядины с соусом томатным	100	14,69	17,93	13,57	255,18	1,50	244,60	28,65	3,18
ТТК	Каша гречневая	180	7,57	4,45	32,28	207,24	0,00	12,36	120,00	4,03
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
ТТК	Напиток из плодов шиповника	200	0,51	0,21	10,24	54,57	150,00	9,09	2,55	0,46
	Итого обед:	890	33,43	37,44	120,31	912,99	188,76	366,47	221,79	12,16
	Всего:	1560	51,76	56,02	196,96	1457,97	202,96	685,16	315,88	15,81
День 8										
Завтрак										
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
Завтрак										
54-153/2022	Икра свекольная	100	1,65	3,41	10,03	149,26	12,08	32,13	21,96	1,31
592/2022	Плов из птицы	220	22,38	17,38	41,30	322,48	12,65	215,47	101,53	1,96
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
ТТК	Чай с молоком и сахаром	200	1,45	1,25	9,39	54,93	0,65	60,21	7,00	0,07
	Итого завтрак:	590	30,50	22,72	90,42	672,87	25,38	326,91	160,79	5,45
Обед										
ТТК	Салат из капусты с растительным маслом	100	1,55	3,08	6,19	59,67	37,68	41,12	14,85	0,53
ТТК	Щи зеленые	250	2,45	4,80	28,81	143,75	80,00	128,79	51,60	1,24
444/2022	Рыба запеченная	100	24,10	8,80	9,18	162,20	0,59	48,28	65,86	1,02
643/2022	Пюре картофельное	180	3,87	3,45	34,08	226,80	31,14	175,06	32,99	1,92
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
ТТК	Яблоки фаршированные творогом	120	13,00	7,05	23,83	215,16	7,32	225,00	22,21	2,04
ТТК	Компот из ягод	200	0,20	0,08	8,45	36,73	40,00	7,41	6,20	0,28
	Итого обед:	1020	50,19	27,94	140,24	990,51	196,73	644,76	224,01	9,14
	Всего:	1610	80,69	50,66	230,66	1663,38	222,11	971,67	384,80	14,59

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					Энергетическая ценность, ккал.
День 9										
Завтрак										
7.30/2014	Яйра из кабачков (консервы)	100	1,90	8,90	7,70	119,00	41,00	43,16	0,70	
399/2022	Макарон, запеченные с сыром	180	15,00	17,76	44,08	375,36	258,00	18,82	1,24	
23/2022	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	4,60	6,60	0,38	
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	6,60	11,40	0,90	
749/2022	Фрукт свежий(яблоко)**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	9,00	2,20	
859/2022	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	14,00	8,00	2,80	
	Итого завтрак:	620	21,14	27,66	98,30	715,16	340,20	96,98	8,22	
Обед										
ТТК	Овощи натуральные консервированные (огурцы)*	100	0,80	0,10	1,70	13,00	23,00	14,00	0,60	
ТТК	Борщ с капустой и картофелем	250	1,60	6,50	10,83	132,57	34,36	18,98	0,90	
ТТК	"Ежик" куриные с соусом	100	18,67	18,52	18,51	236,92	253,71	72,86	2,51	
ТТК	Каша пшеничная	180	8,06	1,44	47,30	246,24	28,80	87,84	2,44	
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	0,00	18,33	66,33	18,21	12,00	0,82	
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	9,20	13,20	0,76	
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80	6,60	11,40	0,90	
	Итого обед:	890	34,24	27,12	123,03	823,86	373,88	230,28	8,93	
	ВСЕГО:	1510	55,38	54,78	221,33	1539,02	714,08	327,26	17,15	
День 10										
Завтрак										
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.
Завтрак										
ТТК	Каша пшеничная с курагой	200	16,00	10,00	48,88	336,00	8,00	335,29	56,29	2,94
18/2022	Масло (порциями)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	1,20	0,00	0,02
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
ТТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43
749/2022	Фрукт свежий(яблоко)**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20
	Итого завтрак:	550	19,49	18,97	85,43	579,73	18,05	364,38	80,69	6,35
Обед										
62/2015	Салат из моркови с сахаром	100	1,17	6,80	10,20	47,46	4,50	24,42	34,20	0,64
ТТК	Рассольник ленинградский	250	4,37	7,58	35,73	179,50	13,12	73,62	11,55	0,43
ТТК	Филлолы с соусом	100	12,17	4,05	15,81	160,29	2,24	247,20	24,72	3,56
ТТК	Рис припущенный	180	4,39	13,69	46,20	234,72	0,00	5,42	31,02	0,63
23/2022	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
ТТК	Кисель яблочный	200	0,20	0,10	26,80	108,80	19,40	20,90	3,72	0,14
	Итого обед:	900	27,32	32,90	164,44	876,97	39,26	390,66	135,51	7,51
	Всего:	1450	46,81	51,87	249,87	1456,70	57,31	755,04	216,20	13,86
	ВСЕГО за 10 дней:	14930	546,35	543,83	2131,81	14871,74	1288,51	7529,92	2810,79	148,87
	СРЕДНЕ ЗА 1 ДЕНЬ:	1493	54,64	54,38	213,18	1487,17	128,85	752,99	281,08	14,89

*Овощи натуральные - допускается использование иных овощей; ** Фрукт свежий - допускается выдача иных фруктов; *** Кисломолочный продукт - допускается использование иного кисломолоч. продукта;