



УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала
ООО НИИ "Специпитание"

Д.С. Сафарин/



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Петровская Д.В.

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 общее образование, получающих основное общее и среднее общее образование, для школ Красногвардейского района 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. Кучма, 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 ППТУ), 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. Титов, Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения Первый заместитель исполнительного директора В.И.Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НИИ 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. Шарфетдинов, 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 Шарфетдинов Х.Х., д.м.н., профессор Конь И.Д., 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 заводящих производством. Том 1, 2, М. А. Самсонов, 1995/96 г.

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. / Сборник технических нормативов ФГАУ НИЗД 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. Никиток, В.В. Чернигов и др. - М.:2022. — 698 с.

Красногвардейский район 2025г.

Основное меню завтрак, обед для детей 5-11 классов

Неделя 1												
День 1												
№, 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.						
Завтрак												
7.30/2014	Икра из кабачков (консервы)	60	0,96	3,78	4,44	54,48	10,20	12,60	3,12	0,06		
22/6/2016	Макароны, запеченные с сыром	200	16,66	19,73	48,99	417,07	0,09	286,67	20,91	1,37		
18/2016	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38		
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90		
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20		
54-3-ти/2021	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	7,20	30,31	2,85	5,49	3,04	0,47		
	Итого завтрак:	600	20,92	24,32	86,95	630,66	23,14	331,96	54,07	5,38		
Обед												
70/2015	Овощи натуральные консервированные (отруцы)*	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60		
132/2016	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,55	19,27	150,85	11,50	61,25	38,26	2,50		
327/2022	Карпаса тушеная с мясом	250	7,31	10,53	17,30	195,43	91,45	108,20	44,25	1,83		
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,80	5,84	33,00	0,96		
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35		
	Итого обед:	870	20,16	17,16	115,23	701,86	108,75	217,39	159,81	8,00		
	Всего:	1470	41,08	41,48	202,18	1332,51	131,89	549,35	213,88	13,38		
День 2												
№, 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.						
Завтрак												
268/2016	Каша рисовая молочная жидкая	250	15,80	8,50	39,50	258,50	14,50	258,90	45,80	1,25		
13/2016	Масло (подсолнечн)	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	1,20	0,00	0,02		
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	11,50	16,50	0,95		
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35		
12.10/2014	Печенье сахарное	15	1,13	1,47	11,16	62,10	0,00	4,35	3,00	0,32		
418/2016	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	144,94	33,52	0,50		
	Итого завтрак:	555	27,63	22,68	100,96	682,12	15,80	430,79	115,92	4,39		
Обед												
70/2015	Овощи натуральные консервированные (помидоры*)	100	1,10	0,11	1,60	16,00	10,00	14,00	20,00	0,90		
131/2010	Свекольник со сметаной	250	2,34	4,75	17,23	121,34	16,99	44,05	30,49	1,51		
ТТК	Шницель рубленый куриный с соусом	100	18,59	11,38	15,17	174,90	1,21	1,25	2,04	0,08		
ТТК	Каша пшеничная	180	8,06	1,44	47,30	246,24	0,00	30,56	87,95	2,46		
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90		
457/2016	Компот из яблод	200	0,20	0,08	8,45	36,73	40,00	7,41	6,20	0,28		
	Итого обед:	890	34,65	18,32	116,11	724,01	68,20	113,07	171,28	6,89		
	Всего:	1445	62,28	41,00	217,07	1406,13	84,00	543,86	287,20	11,28		

День 3												
№, 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.						
Завтрак												
70/2015	Овоши натуральные консервированные (огурцы)*	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00	13,80	8,40	0,36		
ТТК/673	Тертые рыбные с соусом	90	9,05	14,38	8,55	140,94	1,21	1,55	2,04	0,08		
354/2016	Пюре картофельное	150	3,23	2,88	28,99	145,99	25,95	45,59	32,99	1,22		
18/2016	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38		
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35		
11.17/2010	Напиток из плодов шиповника	200	0,51	0,21	10,24	54,57	150,00	9,09	2,55	0,46		
Итого завтрак:		550	16,77	18,05	68,66	448,50	180,16	84,53	69,68	3,85		
Обед												
8.9/2011	Икра свекольная	100	1,95	8,43	11,57	130,08	14,60	37,58	25,17	1,50		
157/20216	Шн из свежей капусты	250	1,91	4,18	8,34	79,50	29,55	53,54	20,96	0,74		
255/2015	Печень по-строгановски	100	13,97	16,89	18,95	205,23	26,51	169,58	16,73	5,28		
203/2017	Макароны отварные	180	6,54	6,94	36,54	234,85	0,00	14,57	9,77	1,00		
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35		
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,80	5,84	33,00	0,96		
Итого обед:		900	30,55	37,41	152,35	992,25	71,46	300,21	135,93	11,58		
Всего:		1450	47,32	55,47	221,01	1440,75	251,62	384,74	205,61	15,43		
День 4												
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал.	Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.		
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.							
Завтрак												
428/2022	Запеканка из творога с яблоком	150	20,26	12,25	33,13	327,97	5,83	18,01	15,33	1,56		
Пром.	Молоко стученное с сахаром	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,20	61,40	6,80	0,04		
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43		
18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	6,90	9,90	0,57		
19/2016	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,00	16,50	28,50	2,25		
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20		
Итого завтрак:		550	27,68	15,19	92,48	626,00	16,08	121,50	71,73	7,05		
Обед												
67/2017	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	0,72	125,10	9,62	31,20	19,52	0,82		
122/2016	Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,39	17,18	118,93	16,78	25,39	26,56	1,00		
605/2022	Ежики куриные с соусом	100	4,91	11,71	9,48	165,61	2,38	23,62	14,96	3,79		
341/2016	Каша гречневая	180	7,61	5,89	34,33	220,50	0,00	15,06	120,13	4,04		
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,20	22,80	1,80		
451/2016	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,08	0,08	8,95	37,33	2,00	3,41	1,80	0,46		
Итого обед:		910	22,15	32,87	103,69	831,07	30,77	121,08	218,97	12,67		
Всего:		1460	49,83	48,06	196,16	1457,07	46,85	242,58	290,70	19,72		

День 5											
№, 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											
19/2016	Каша жидкая молочная геркулесовая	250	6,72	10,06	26,78	225,27	4,20	139,03	53,86	1,25	
13/2016	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	0,00	2,40	0,05	0,02	
21/2022	Сыр порлирки	10	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07	88,00	3,50	0,10	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,00	13,42	22,80	1,80	
41/2016	Каша с молоком	200	3,58	2,58	14,71	100,06	1,17	123,20	29,60	1,00	
Итого завтрак:		550	18,38	23,64	74,66	591,43	5,44	375,25	123,01	4,93	
Обед											
70/2015	Овощи натуральные консервированные (огурцы)*	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60	
101/2011	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,75	19,99	62,85	24,65	1,11	
331/2016	Плов из птицы	240	24,42	8,18	45,06	351,80	5,00	26,64	110,75	2,14	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35	
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	0,00	18,33	66,33	26,00	18,21	12,00	0,82	
Итого обед:		860	32,79	13,89	105,72	681,08	55,99	149,80	191,70	6,78	
Всего:		1410	51,17	37,53	180,38	1272,51	61,43	525,05	314,71	11,71	
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											
210/2016	Омлет натуральный	150	13,92	16,23	2,62	220,75	0,59	117,97	19,90	2,86	
13/2016	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	0,00	2,40	0,05	0,02	
12.10/2014	Печенье сахарное	30	2,25	2,94	22,32	124,20	0,00	8,70	12,00	0,53	
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	11,50	16,50	0,95	
19/2016	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,00	16,50	28,50	2,25	
403/2016	Яйlocks	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20	
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43	
Итого завтрак:		590	23,75	27,82	83,16	690,48	10,64	175,76	88,15	9,34	
Обед											
70/2015	Овощи натуральные консервированные (помидоры*)	100	1,10	0,11	1,60	16,00	10,00	14,00	20,00	0,90	
157/20216	Щи из свежей капусты	250	1,91	4,18	8,34	79,50	29,55	53,54	20,96	0,74	
ТТК	Шницель мясной с соусом	100	14,69	17,93	13,57	255,18	1,19	286,96	51,90	1,36	
203/2017	Макаронь отварные	180	6,54	6,94	36,54	234,85	0,00	14,57	9,77	1,00	
18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	6,90	9,90	0,57	
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90	
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	0,00	18,33	66,33	26,00	18,21	12,00	0,82	
Итого обед:		880	28,59	29,63	99,81	757,16	66,74	400,78	135,93	6,28	
Всего:		1470	52,34	57,45	182,97	1447,64	77,38	576,54	224,08	15,62	

День 7											
№, 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	Каша жидкая молочная геркулесовая	250	11,50	12,58	39,29	324,95	4,20	173,79	67,33	1,56	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
5.14/2014	Кисломолочный продукт	200	5,40	5,00	21,60	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	
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43	
	Итого завтрак:	700	19,98	17,90	94,05	583,97	6,50	339,58	102,18	3,01	
Обед											
70/2015	Овощи натуральные консервированные (огурцы)*	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	23,00	14,00	0,60	
131/2010	Секольник со сметаной	250	2,34	4,75	17,23	121,34	16,99	44,05	30,49	1,51	
471/2022	Фришболы с соусом	100	20,05	9,44	11,57	110,56	2,43	295,43	35,51	1,02	
ТТК	Каша пшеничная	180	8,06	1,44	47,30	246,24	0,00	30,56	87,95	2,46	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35	
451/2016	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,08	0,08	8,95	37,33	2,00	3,41	1,80	0,46	
	Итого обед:	900	36,35	16,49	116,45	674,67	26,42	415,55	200,05	8,16	
	Всего:	1600	56,33	34,39	210,50	1258,64	32,92	755,13	302,22	11,18	
День 8											
№, 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											
9.118	Овощные консервы (Лечо)*	60	0,70	1,90	5,60	41,80	19,54	28,89	10,49	0,42	
331/2016	Плов из птицы	200	20,35	15,80	37,55	293,17	4,17	22,20	92,29	1,78	
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	11,50	16,50	0,95	
19/2016	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,00	16,50	28,50	2,25	
378/2017	Чай с молоком	200	1,40	1,25	14,79	75,34	2,63	117,76	2,23	0,33	
	Итого завтрак:	560	29,55	19,95	99,24	614,81	26,34	196,85	150,01	5,73	
Обед											
67/2017	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	0,72	125,10	9,62	31,20	19,52	0,82	
132/2016	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,55	19,27	150,85	11,50	61,25	38,26	2,50	
524/2022	Голубцы ленивые	240	20,42	22,34	21,61	371,06	70,98	166,84	56,96	2,98	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35	
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	0,00	18,33	66,33	26,00	18,21	12,00	0,82	
	Итого обед:	860	33,46	38,57	89,62	859,54	118,10	296,60	157,04	9,22	
	Всего:	1420	63,02	58,52	188,87	1474,35	144,44	493,45	307,05	14,95	

День 9													
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевая ценность					Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.		
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая							
Завтрак													
7.30/2014	Икра из кабачков (консервы)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	11,00	24,60	9,00	0,42			
22/6/2016	Макароны, запеченные с сыром	200	16,66	19,73	48,99	417,07	0,09	286,67	20,91	1,37			
18/2016	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38			
19/2016	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90			
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20			
484/2016	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00	14,00	8,00	2,80			
	Итого завтрак:	600	22,04	25,87	100,13	702,07	25,09	352,47	64,91	8,07			
Обед													
54-83	Салат из капусты	100	1,67	10,17	9,67	135,83	38,50	45,00	16,67	0,60			
12/2/2016	Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,39	17,18	118,93	16,78	25,39	26,56	1,00			
29/2/2022	Запеканка картофельная с мясом птицы	240	8,12	22,57	25,01	378,00	6,22	60,02	130,91	4,72			
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76			
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35			
457/2016	Компот из ягод	200	0,20	0,08	8,45	36,73	40,00	7,41	6,20	0,28			
	Итого обед:	860	17,49	37,89	90,00	815,69	101,49	156,92	210,64	8,71			
	ВСЕГО:	1460	39,53	63,76	190,12	1517,76	126,58	509,39	275,54	16,78			
День 10													
№, рецептура													
Завтрак	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевая ценность					Вит. С, мг.	Са, мг.	Мг, мг.	Fe, мг.		
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая							
198/2016	Каша пшенная молотая с курткой	250	15,25	18,78	49,99	422,50	2,53	212,66	69,16	1,71			
13/2016	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	0,00	2,40	0,05	0,02			
18/2016	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	4,60	6,60	0,38			
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,05	2,69	2,20	0,43			
403/2016	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	16,00	9,00	2,20			
	Итого завтрак:	580	17,25	26,59	76,74	610,53	12,58	238,35	87,01	4,74			
Обед													
62/2015	Салат из моркови с сахаром	100	1,17	0,08	10,20	47,47	4,50	24,42	34,20	0,65			
137/2016	Суп крестьянский	250	2,74	6,48	13,66	126,38	23,65	41,04	30,19	0,96			
406/2022	Паста сливочная	240	20,48	23,78	37,72	446,66	20,56	169,63	61,31	1,78			
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76			
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35			
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,75	0,00	18,33	66,33	26,00	18,21	12,00	0,82			
	Итого обед:	860	30,16	31,02	109,60	833,04	74,71	272,40	168,00	6,32			
	Всего:	1440	47,41	57,61	186,35	1443,57	87,28	510,75	255,01	11,06			
	ВСЕГО за 10 дней:	14585	506,60	490,93	1974,91	13992,04	1044,23	5059,37	2670,68	140,35			
	СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:	1459	50,66	49,09	197,49	1399,20	104,42	505,94	267,07	14,04			

Овоши натуральные - допускается использование иных овощей .

*Овощи натуральные - допускается использование иных овощей ;