

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ «Ключи Булакская  
СОШ» Рябцева Е.Д.

Приказ № 68 от 28 августа 2024 г.

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ  
МЕНЮ**

**осенне–зимнего сезона**

***МКОУ «Ключи-Булакская СОШ»***

**на 2024-2025 учебный год**

День 1

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/30	0,86	0,81	1,71	7,76	2,91	0,02	0,01	2,2	0	0,62	9,8	3,47	0,02	0,86	0,002	0,0007	0,01
№ 210*	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/180/6	17,28	30,78	3,26	311,17	0,31	0,12	0,63	366	3,9	128	124	20	3,26	127	0,009	0,0062	0,9
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	47,81	1,11	0,03	0,01	8,4	0,1	16	18	12,9	0,34	2,43	0,007	0,0008	0,07
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	44	6,5	0,35	29	0,002	0,0011	0,01
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/125	0,5	0,25	14,37	61,25	45	0,1	0,04	0	0	20	14	13,8	0,37	98	0,008	0	0,03
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>25,84</b>	<b>33,83</b>	<b>66,82</b>	<b>596,88</b>	<b>49,3</b>	<b>0,36</b>	<b>0,75</b>	<b>377</b>	<b>4</b>	<b>186</b>	<b>256</b>	<b>60</b>	<b>5,19</b>	<b>285</b>	<b>0,037</b>	<b>0,0088</b>	<b>1,16</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/100	2,05	2,9	9,78	73,6	1,21	0,01	0,04	14	0	9,36	50	0,2	0,4	1,13	0,021	0,013	0,01
№ 95**	Суп с рыбными консервами	1/250	8,58	8,4	14,32	167,25	0,36	0,1	0,14	15	3,3	170	52	9,85	1,26	7,5	0,003	0,0025	0,03
№ 259*	Жаркое по-домашнему	1/180/100	25,9	28,92	27,61	471,8	3,13	0,18	0,26	0	1,1	197	274	21,6	2,81	162	0,004	0,0046	0,7
№ 389*	Сок яблочный	1/200	1	0	20,2	84,8	2	0,02	0,02	0	0	14	14	8	1,08	120	0,007	0	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	61	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3
	<b>Итого обед:</b>		<b>45,82</b>	<b>41,41</b>	<b>119,74</b>	<b>1033,89</b>	<b>6,7</b>	<b>0,45</b>	<b>0,54</b>	<b>29</b>	<b>4,3</b>	<b>421</b>	<b>517</b>	<b>53,5</b>	<b>7,24</b>	<b>371</b>	<b>0,05</b>	<b>0,0216</b>	<b>1,18</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>71,66</b>	<b>75,24</b>	<b>186,56</b>	<b>1630,77</b>	<b>56</b>	<b>0,81</b>	<b>1,28</b>	<b>406</b>	<b>8,3</b>	<b>608</b>	<b>773</b>	<b>114</b>	<b>12,4</b>	<b>657</b>	<b>0,087</b>	<b>0,0304</b>	<b>2,34</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 2

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 3*	Бутерброд с сыром	1/50/15	6,24	5,56	15,41	161	0,1	0,04	0,08	53,6	0,65	85,5	89,2	12,94	0,46	46,2	0,002	0,004	0,11
№ 120*	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным	1/180/6	3,93	3,4	12,92	108	0,58	0,06	0,01	14,2	0,3	81,4	26,5	7,2	0,46	122	0,006	0,0008	0,12
№ 377*	Чай с лимоном, с сахаром	1/180	0,11	0,018	13,68	45,8	2,54	0	0	0	0,15	12,8	3,96	2,16	0,32	1,97	0	0	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47,4	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15
№ 389*	Сок абрикосовый	1/200	1	0	25,4	105,6	2,9	0,04	0,08	0	0	20	36	20	0,04	70	0,004	0	0
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>13,26</b>	<b>9,338</b>	<b>77,43</b>	<b>472,39</b>	<b>6,12</b>	<b>0,19</b>	<b>0,2</b>	<b>67,7</b>	<b>1,1</b>	<b>210</b>	<b>203</b>	<b>45,67</b>	<b>2,13</b>	<b>268</b>	<b>0,021</b>	<b>0,0048</b>	<b>0,46</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	1,7	25	0,35	0,02	0,1	0	0	23	24	14	0,06	1	0,003	0	0,02
№ 98*	Суп крестьянский с крупой, со сметаной	1/250/10	2,17	12,4	9,01	137,05	1,12	0,05	0,05	16,9	1,16	49,5	19,9	4,31	0,06	7	0,003	0,0006	0,01
№ 234*	Биточки рыбные	1/120	13,9	14,72	13,08	215,59	0,31	0,06	0,15	44,4	6,6	397	164	13,89	1,42	150	0,012	0,011	0,92
№ 366**	Соус томатный	1/40	0,46	1,68	3,2	29,8	0,095	0,01	0,01	9,6	0,03	6,35	8,89	0,6	0,02	0,16	0	0	0
№ 310 *	Картофель отварной с маслом сливочным	1/180/6	3,42	5,17	27,61	170,82	1,32	0,18	0,11	0	0,06	77,6	95,7	35,18	0,02	150	0,009	0	0
№ 388*	Напиток из плодов шиповника	1/180	0,61	0,25	18,68	79,38	40	0,01	0,05	0	0	19,2	3,09	3,09	0,57	9,3	0,008	0	0,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	60,9	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66,4	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3
№ 338 *	Фрукт Банан	1/125	1,87	0,62	26,25	120	12,5	0,05	0,06	0	0	10	35	52,5	0,75	105	0,006	0	0,18
	<b>Итого обед:</b>		<b>31,52</b>	<b>36,13</b>	<b>147,36</b>	<b>1014,08</b>	<b>55,7</b>	<b>0,52</b>	<b>0,6</b>	<b>70,9</b>	<b>7,85</b>	<b>613</b>	<b>477</b>	<b>137,4</b>	<b>4,58</b>	<b>503</b>	<b>0,056</b>	<b>0,0131</b>	<b>1,69</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>44,78</b>	<b>45,468</b>	<b>224,79</b>	<b>1486,47</b>	<b>61,82</b>	<b>0,71</b>	<b>0,79</b>	<b>139</b>	<b>8,95</b>	<b>823</b>	<b>681</b>	<b>183,1</b>	<b>6,71</b>	<b>771</b>	<b>0,077</b>	<b>0,018</b>	<b>2,14</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 3

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/50/12	2,91	4,29	18,45	168,64	0	0,04	0,03	50	0,14	10,4	27,9	5,2	0,4	38	0,001	0,001	0,1
№ 223*	Запеканка из творога с повидлом	1/180/20	22,7	17,49	50,4	330	0,84	0,1	0,54	55	4,1	184	147	23,8	1,2	164	0,009	0,0074	0,4
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	34	0,03	0	0	0	0	1,99	2,52	1,26	0,3	0,6	0	0	0,06
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47,4	3,37	0,9	29	0,009	0	0,15
Пром. выпуск	Крендель сахарный	1/50	1,54	1,57	17,87	105	0	0,06	0,05	0	0	4,7	3,5	2,2	0,1	13	0,001	0,0001	0,02
№ 386*	Кисломолочный напиток (Ряженка)	1/270	7,82	6,74	11,34	137,7	0,8	0,05	0,03	48	0,36	335	248	37,8	0,3	98	0,002	0,0022	0,07
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>37,01</b>	<b>30,47</b>	<b>121,58</b>	<b>827,33</b>	<b>1,67</b>	<b>0,3</b>	<b>0,67</b>	<b>152</b>	<b>4,6</b>	<b>546</b>	<b>477</b>	<b>73,6</b>	<b>3</b>	<b>343</b>	<b>0,022</b>	<b>0,0107</b>	<b>0,8</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 57**	Икра кабачковая пром.производства для детского питания	1/100	1,2	4,71	7,7	77,5	0,83	0,03	0,05	0	0	40	37,5	15	0,1	1,5	0,004	0	0,02
№ 82*	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	2,5	11,26	16,35	137,05	0,67	0,06	0,06	17	1,05	63,4	29,6	3,76	0,1	6	0,005	0,0006	0,03
№ 294*	Котлеты рубленые из курицы	1/120	16,94	18,08	15,81	253,99	0,97	0,24	0,2	58	0,9	205	86,4	8,37	1,5	127	0,002	0,004	0,37
№ 367**	Соус томатный с овощами	1/40	0,58	2,83	5,03	47,96	0,09	0,01	0,01	17	0,04	9,44	14,7	0,39	0	0,8	0	0	0,01
№ 305*	Рис припущенный	1/180	4,35	5,14	43,99	239,94	0	0,03	0,02	0	0,06	2,89	72,7	22,8	0	48	0,002	0,0006	0,01
№ 358*	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	1/180	0,38	0,1	34,75	141,84	1,99	0,01	0,01	0	0	38,6	16,7	4,37	0	37	0,004	0	0,01
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	60,9	9,1	0,5	41	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66,4	4,74	1,2	40	0,012	0	0,3
	<b>Итого обед:</b>		<b>34,24</b>	<b>43,31</b>	<b>171,46</b>	<b>1134,72</b>	<b>4,55</b>	<b>0,5</b>	<b>0,43</b>	<b>92</b>	<b>2,05</b>	<b>390</b>	<b>385</b>	<b>68,5</b>	<b>3,5</b>	<b>301</b>	<b>0,032</b>	<b>0,0067</b>	<b>0,84</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>71,25</b>	<b>73,78</b>	<b>293,04</b>	<b>1962,05</b>	<b>6,22</b>	<b>0,8</b>	<b>1,11</b>	<b>244</b>	<b>6,65</b>	<b>937</b>	<b>862</b>	<b>142</b>	<b>6,4</b>	<b>644</b>	<b>0,054</b>	<b>0,0174</b>	<b>1,64</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 4

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
<b>Завтрак</b>																			
№ 14*	Масло порционно	1/12	0,096	2,69	0,15	51,6	0,24	0	0,01	48	0,14	2,88	3,6	0	0,02	3,6	0,001	0	0,01
№15*	Сыр порционно	1/15	3,9	3,99	0	51,49	0,1	0	0,05	32	0,75	75	45	8,25	0,11	15	0,0007	0,0028	0,03
№ 175*	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	1/180/6	4,96	7,94	35,55	245,44	0,78	0,08	0,11	45	0,28	85,4	104	30,4	0,68	127	0,01	0,001	0,17
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,67	3,18	15,82	96,74	1,42	0,05	0,02	22	0,1	107	112	19,2	0,43	9,47	0,001	0,001	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0,0022	0,0011	0,01
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47,4	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15
№ 389*	Сок вишневый	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	2,8	0,02	0,04	0	0	14	36	12	0,06	100	0,004	0	0
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>19,956</b>	<b>19,06</b>	<b>108,49</b>	<b>714,56</b>	<b>5,34</b>	<b>0,25</b>	<b>0,29</b>	<b>146</b>	<b>1,27</b>	<b>306</b>	<b>392</b>	<b>79,8</b>	<b>2,5</b>	<b>312</b>	<b>0,0279</b>	<b>0,0058</b>	<b>0,46</b>
<b>Обед</b>																			
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/100	2,8	2,7	5,7	25,86	5,82	0,06	0,04	7,3	0	2,06	32,5	11,6	0,07	2,86	0,008	0,0023	0,02
№ 112*	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	2,56	2,77	15,68	109	1,07	0,09	0,05	0	0	29,5	20,2	11,3	0,1	4,81	0,003	0,0006	0,03
№ 263*	Рагу из говядины	1/180/100	21,09	31,51	19,84	302,97	2,54	0,15	0,18	0	1,01	200	288	33,4	2,52	163	0,0035	0,0052	0,63
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,59	0,081	28,81	119,52	0,65	0,01	0,02	0	0	29,2	21,1	15,7	0,4	207	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	60,9	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66,4	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/125	0,5	0,5	12,25	58,75	10,5	0,04	0,03	0	0	20	13,8	11,3	2,08	148	0,007	0	0,03
	<b>Итого обед:</b>		<b>35,83</b>	<b>38,75</b>	<b>130,11</b>	<b>852,54</b>	<b>20,6</b>	<b>0,48</b>	<b>0,39</b>	<b>7,3</b>	<b>1,01</b>	<b>312</b>	<b>503</b>	<b>97,1</b>	<b>6,86</b>	<b>605</b>	<b>0,0435</b>	<b>0,0096</b>	<b>1,22</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>55,786</b>	<b>57,81</b>	<b>238,6</b>	<b>1567,1</b>	<b>25,9</b>	<b>0,73</b>	<b>0,69</b>	<b>154</b>	<b>2,28</b>	<b>618</b>	<b>895</b>	<b>177</b>	<b>9,36</b>	<b>917</b>	<b>0,0714</b>	<b>0,0154</b>	<b>1,68</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 5

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
<b>Завтрак</b>																			
№ 3*	Бутерброд с сыром	1/50/15	6,24	8,16	15,41	161	0,1	0,04	0,08	54	0,7	85,5	89	12,9	0,5	46	0,002	0,004	0,11
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3,6	0,28	63	0	0,03	0,02	100	2,5	22	77	4,8	1	56	0,008	0,0042	0,45
№ 182*	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	1/180/6	3	10,83	37,4	250,76	0,98	0,16	0,02	49	0,3	105	111	51,3	1,5	126	0,001	0,0008	0,36
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	2,84	2,41	18,82	80,54	1,17	0,04	0,01	18	0,1	73,2	81	12,6	0,1	13	0,007	0,0009	0,03
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47	3,37	0,9	29	0,009	0	0,15
№ 338 *	Фрукт Банан	1/125	1,87	0,62	26,25	120	12,5	0,05	0,06	0	0	10	35	52,5	0,8	105	0,006	0	0,18
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>21,01</b>	<b>25,98</b>	<b>108,18</b>	<b>727,29</b>	<b>14,8</b>	<b>0,37</b>	<b>0,22</b>	<b>221</b>	<b>3,5</b>	<b>307</b>	<b>440</b>	<b>137</b>	<b>4,6</b>	<b>375</b>	<b>0,033</b>	<b>0,01</b>	<b>1,28</b>
<b>Обед</b>																			
№ 70*	Помидор соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	3,5	20	0,5	0,02	0,02	0	0	10	35	15	0,1	0,9	0,004	0	0,02
№ 88*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/250/10	2,46	7,43	10,82	151,8	2,02	0,07	0,06	17	1,1	87,9	24	9,62	0,1	5,8	0,003	0,0007	0,02
№ 290*	Курица, тушенная в соусе	1/120	13,98	13,99	4,21	199,2	0,81	0,05	0,1	36	1	156	95	20,3	0,8	121	0,001	0,0045	0,2
№ 309*	Макаронные изделия отварные с маслом	1/180/6	6,61	5,41	31,72	202,14	0	0,07	0,03	0	0,1	5,83	45	25,3	0	36	0,01	0,001	0
№ 389*	Сок персиковый	1/200	0,6	0,2	30,4	125,8	0,8	0,02	0,02	0	0	20	36	14	0,1	240	0,004	0	0,02
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	61	9,1	0,5	41	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66	4,74	1,2	40	0,012	0	0,3
	<b>Итого обед:</b>		<b>32,74</b>	<b>22,91</b>	<b>128,48</b>	<b>935,38</b>	<b>4,13</b>	<b>0,36</b>	<b>0,31</b>	<b>53</b>	<b>2,2</b>	<b>311</b>	<b>362</b>	<b>98,1</b>	<b>2,8</b>	<b>485</b>	<b>0,037</b>	<b>0,0077</b>	<b>0,67</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>53,75</b>	<b>48,89</b>	<b>236,66</b>	<b>1662,67</b>	<b>18,9</b>	<b>0,72</b>	<b>0,52</b>	<b>274</b>	<b>5,7</b>	<b>617</b>	<b>802</b>	<b>236</b>	<b>7,4</b>	<b>860</b>	<b>0,07</b>	<b>0,0176</b>	<b>1,95</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 6  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																			
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/50/12	2,91	4,29	18,45	168,64	0	0,04	0,03	49,6	0,14	10,4	27,9	5,2	0,42	38,3	0,001	0,001	0,1	
№ 224*	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	1/180/20	16,34	17,76	58,88	314,56	1,63	0,13	0,51	88,9	4,04	182	155	19	1,36	135	0,009	0,0082	0,48	
№ 377*	Чай с лимоном, с сахаром	1/180	0,11	0,018	13,68	45,8	2,54	0	0	0	0,15	12,8	3,96	2,16	0,32	1,97	0	0	0,08	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47,4	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15	
Пром. выпуск	Пряник	1/30	1,97	0,7	8,43	95	1,27	0,09	0,02	0	0	6,6	3,5	2	0,07	19,3	0,001	0,001	0,02	
№ 386*	Кисломолочный напиток (Кефир)	1/270	9,36	6,74	10,8	99	1,88	0,1	0,05	54	0,36	324	243	37,8	0,26	105	0,002	0,0024	0,07	
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>32,67</b>	<b>29,87</b>	<b>120,26</b>	<b>774,99</b>	<b>7,32</b>	<b>0,41</b>	<b>0,63</b>	<b>192</b>	<b>4,69</b>	<b>540</b>	<b>480</b>	<b>69,5</b>	<b>3,28</b>	<b>328</b>	<b>0,022</b>	<b>0,0126</b>	<b>0,89</b>	
	<b>Обед</b>																			
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/100	2,05	2,9	9,78	73,6	1,21	0,01	0,04	14	0	9,36	49,8	0,2	0,4	1,13	0,021	0,013	0,01	
№ 102*	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,48	5,26	16,52	148,25	0,82	0,22	0,07	0	0	42,7	63,1	23,1	0,08	4,77	0,003	0,0009	0,02	
№ 268*	Биточки рубленые из говядины с маслом сливочным	1/120/6	16,03	26,13	13,9	334,46	0,36	0,1	0,16	48,4	1,04	185	204	24,2	1,82	129	0,003	0,0084	0,45	
№ 321*	Капуста тушеная	1/180	3,7	5,82	12,93	135,18	12,9	0,04	0,09	0	0,06	99,8	72,3	37,2	0,03	128	0,002	0	0,01	
№ 348*	Компот из кураги	1/180	0,7	0,041	24,86	103,32	0,54	0,01	0,03	0	0	29,1	19,7	15,8	0,43	232	0,006	0	0,1	
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	60,9	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66,4	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3	
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/125	0,5	0,25	14,37	61,25	45	0,1	0,04	0	0	20	13,8	13,8	0,37	98	0,008	0	0,03	
	<b>Итого обед:</b>		<b>36,75</b>	<b>41,59</b>	<b>140,19</b>	<b>1092,5</b>	<b>60,8</b>	<b>0,61</b>	<b>0,5</b>	<b>62,4</b>	<b>1,1</b>	<b>417</b>	<b>550</b>	<b>128</b>	<b>4,82</b>	<b>673</b>	<b>0,058</b>	<b>0,0238</b>	<b>1,02</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>69,42</b>	<b>71,46</b>	<b>260,45</b>	<b>1867,49</b>	<b>68,1</b>	<b>1,02</b>	<b>1,13</b>	<b>255</b>	<b>5,79</b>	<b>956</b>	<b>1030</b>	<b>198</b>	<b>8,1</b>	<b>1001</b>	<b>0,08</b>	<b>0,0364</b>	<b>1,92</b>	

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 7

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 14*	Масло порционно	1/12	0,096	2,69	0,15	51,6	0,24	0	0,012	48	0,14	2,88	3,6	0	0,02	3,6	0,001	0	0,006
№ 15*	Сыр порционно	1/15	3,9	3,99	0	51,49	0,1	0	0,054	31,5	0,75	75	45	8,25	0,11	15	0,0007	0,0028	0,025
№ 182*	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	1/180/6	3,1	7,86	36,68	246,02	0,98	0,05	0,013	49	0,33	86,23	32,8	25,5	0,42	127	0,0084	0,001	0,096
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,67	3,18	15,82	96,74	1,42	0,05	0,016	22	0,1	107	112	19,2	0,43	9,47	0,001	0,001	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0,0022	0,0011	0,008
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,024	0	0	10,5	47,4	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/125	0,5	0,5	12,25	58,75	10,5	0,04	0,025	0	0	20	13,8	11,3	2,08	148	0,007	0	0,034
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>17,2</b>	<b>19,08</b>	<b>99,07</b>	<b>673,49</b>	<b>13,2</b>	<b>0,24</b>	<b>0,174</b>	<b>150</b>	<b>1,32</b>	<b>313,1</b>	<b>298</b>	<b>74</b>	<b>4,25</b>	<b>360</b>	<b>0,0293</b>	<b>0,0058</b>	<b>0,419</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	1,7	25	0,35	0,02	0,1	0	0	23	24	14	0,06	1	0,003	0	0,015
№ 96*	Рассолник ленинградский со	1/250/10	2,71	8,82	17,4	156,8	0,87	0,1	0,071	16,9	1,31	80,3	19,2	11,7	0,09	5,15	0,005	0,0007	0,022
№ 229*	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/120	11,7	5,94	4,56	126	4,47	0,06	0,06	6,98	6,84	358,9	195	58,2	1,02	150	0,01	0,0116	0,61
№ 128*	Картофельное пюре	1/180	3,72	10,98	21,57	207,42	6,96	0,17	0,136	60	0,12	85,98	104	32,9	0,06	164	0,001	0,0004	0,014
№ 389*	Сок виноградный	1/200	0,6	0,4	32,6	136,4	2	0,04	0,022	0	0	40	24	18	0,08	100	0,004	0	0,02
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,042	0	0	16,1	60,9	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,033	0	0	14,7	66,4	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3
	<b>Итого обед:</b>		<b>27,82</b>	<b>27,43</b>	<b>125,66</b>	<b>888,06</b>	<b>14,7</b>	<b>0,53</b>	<b>0,464</b>	<b>83,9</b>	<b>8,27</b>	<b>619</b>	<b>494</b>	<b>149</b>	<b>3</b>	<b>501</b>	<b>0,038</b>	<b>0,0142</b>	<b>1,091</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>45,02</b>	<b>46,51</b>	<b>224,73</b>	<b>1561,55</b>	<b>27,9</b>	<b>0,76</b>	<b>0,638</b>	<b>234</b>	<b>9,59</b>	<b>932,1</b>	<b>792</b>	<b>223</b>	<b>7,26</b>	<b>861</b>	<b>0,0673</b>	<b>0,02</b>	<b>1,51</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 8

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 3*	Бутерброд с сыром	1/50/15	6,24	8,16	15,41	161	0,1	0,04	0,08	53,6	0,65	85,5	89	12,9	0,46	46,2	0,002	0,004	0,11
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3,6	0,28	63	0	0,03	0,02	100	2,53	22	77	4,8	1	56	0,008	0,0042	0,45
№ 181*	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	1/180/6	2,76	9,06	35,8	246,02	0,98	0,07	0,01	49	0,32	89,4	40	17,2	0,42	123	0,009	0,001	0,1
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	34	0,03	0	0	0	0	1,99	2,5	1,26	0,25	0,6	0	0	0,06
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15
№ 389*	Сок апельсиновый	1/200	0,2	0,2	23,1	103	40	0,08	0,3	0	0	8	11	11	0,03	106	0,008	0	0,02
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>16,323</b>	<b>21,398</b>	<b>98,11</b>	<b>659,01</b>	<b>41,1</b>	<b>0,26</b>	<b>0,44</b>	<b>203</b>	<b>3,5</b>	<b>217</b>	<b>267</b>	<b>50,5</b>	<b>3,01</b>	<b>360</b>	<b>0,036</b>	<b>0,0092</b>	<b>0,89</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 57**	Икра кабачковая пром.производства для детского питания	1/100	1,2	4,71	7,7	77,5	0,83	0,03	0,05	0	0	40	38	15	0,07	1,5	0,004	0	0,02
№ 101*	Суп картофельный с крупой	1/250	1,47	2,71	12,11	85,75	0,75	0,09	0,06	0	0	26,7	18	10,3	0,09	6,41	0,003	0,0008	0,02
№ 261*	Печень, тушенная в соусе	1/120	15,19	11,71	4,57	190,8	10,6	0,22	1,68	2564	10,2	355	267	17,8	5,66	120	0,01	0,0192	1,41
№ 304*	Рис отварной	1/180	4,38	6,44	44,01	251,64	0	0,03	0,02	0	0,06	1,63	73	19,6	0,06	48,7	0,002	0,0006	0,02
№ 348*	Компот из изюма	1/180	0,31	0,068	26,86	109,98	0	0,07	0,02	0	0	18,3	17	7,3	0,4	113	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	61	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3
№ 338 *	Фрукт Банан	1/125	1,87	0,62	26,25	120	12,5	0,05	0,06	0	0	10	35	52,5	0,75	105	0,006	0	0,18
	<b>Итого обед:</b>		<b>32,71</b>	<b>27,448</b>	<b>169,33</b>	<b>1072,11</b>	<b>24,7</b>	<b>0,62</b>	<b>1,96</b>	<b>2564</b>	<b>10,3</b>	<b>482</b>	<b>576</b>	<b>136</b>	<b>8,72</b>	<b>475</b>	<b>0,046</b>	<b>0,0221</b>	<b>2,15</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>49,033</b>	<b>48,846</b>	<b>267,44</b>	<b>1731,12</b>	<b>65,8</b>	<b>0,88</b>	<b>2,4</b>	<b>2767</b>	<b>13,8</b>	<b>699</b>	<b>842</b>	<b>187</b>	<b>11,7</b>	<b>835</b>	<b>0,082</b>	<b>0,0313</b>	<b>3,04</b>

\* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 9

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F	
<b>Завтрак</b>																				
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/50/12	2,91	4,29	18,45	168,64	0	0,04	0,03	49,6	0,14	10,4	27,9	5,2	0,42	38,3	0,001	0,001	0,1	
№ 216**	Макаронны запеченные с сыром	1/180	9,8	11,92	30,69	300,96	0,19	0,07	0,1	104	0,24	97,7	61,9	6,28	1,1	62,9	0,002	0,0028	0,27	
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	47,81	1,11	0,03	0,01	8,37	0,1	16	17,7	12,9	0,34	2,43	0,007	0,0008	0,07	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47,4	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15	
Пром. выпуск	Печенье овсяное	1/30	1,87	0,71	9,43	65	0,27	0,09	0,03	0	0	7,3	4	4,3	0,06	18,3	0	0,001	0,02	
№ 386*	Кисломолочный напиток (Биойогурт)	1/270	5,42	4,34	13,2	111	4,28	0,48	0,05	30	0,36	240	183	25,8	0,14	106	0,002	0,0021	0,36	
<b>Итого завтрак:</b>			<b>23,25</b>	<b>22,75</b>	<b>95,1</b>	<b>745,4</b>	<b>5,85</b>	<b>0,76</b>	<b>0,23</b>	<b>192</b>	<b>0,84</b>	<b>382</b>	<b>342</b>	<b>57,8</b>	<b>2,91</b>	<b>256</b>	<b>0,021</b>	<b>0,0076</b>	<b>0,96</b>	
<b>Обед</b>																				
№ 70*	Помидор соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	3,5	20	0,5	0,02	0,02	0	0	10	35	15	0,08	0,93	0,004	0	0,02	
№ 108*	Суп картофельный с клецками	1/250	3,55	4,58	18,78	144,25	2	0,1	0,08	21,1	1,75	70,9	72,2	25,4	0,12	4,32	0,005	0,001	0,03	
№ 260*	Гуляш из говядины	1/80/40	17,46	20,11	3,46	265,2	1,1	0,04	0,12	0	1,17	146	185	26,4	3,67	134	0,004	0,006	0,91	
№ 302*	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	10,3	7,3	46,36	292,5	0	0,24	0,13	0	0,06	65,8	245	163	3,07	191	0,002	0,0008	0,76	
№ 348*	Компот из чернослива	1/180	0,31	0,09	21,24	88,56	0,4	0	0,014	0	0	18,3	11,2	15,5	0,4	117	0,007	0	0,1	
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	60,9	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66,4	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3	
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/125	0,5	0,25	14,37	61,25	45	0,1	0,04	0	0	20	13,8	13,8	0,37	98	0,008	0	0,2	
<b>Итого обед:</b>			<b>41,21</b>	<b>33,62</b>	<b>155,54</b>	<b>1108,2</b>	<b>49</b>	<b>0,63</b>	<b>0,46</b>	<b>21,1</b>	<b>2,98</b>	<b>362</b>	<b>690</b>	<b>273</b>	<b>9,4</b>	<b>626</b>	<b>0,044</b>	<b>0,0093</b>	<b>2,43</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>64,46</b>	<b>56,37</b>	<b>250,64</b>	<b>1853,6</b>	<b>54,9</b>	<b>1,39</b>	<b>0,69</b>	<b>213</b>	<b>3,82</b>	<b>744</b>	<b>1031</b>	<b>331</b>	<b>12,3</b>	<b>882</b>	<b>0,065</b>	<b>0,017</b>	<b>3,38</b>	

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 10

Сезон: Осень-Зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
<b>Завтрак</b>																			
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/30	0,86	0,81	1,71	7,76	2,91	0,02	0,01	2,2	0	0,62	9,75	3,47	0,02	0,86	0,0022	0,0007	0,01
№ 210*	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/180/6	17,28	30,78	3,26	311,17	0,31	0,12	0,63	366	3,9	127,8	124	20	3,26	127	0,009	0,0062	0,9
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	2,84	2,41	18,82	80,54	1,17	0,04	0,01	18	0,1	73,2	81	12,6	0,12	13,1	0,007	0,0009	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0,0022	0,0011	0,01
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,05	0,02	0	0	10,5	47,4	3,37	0,85	28,5	0,009	0	0,15
Пром. выпуск	Зефир	1/30	1,87	0,75	19,43	75	0,27	0,09	0,03	0	0	6,3	5	7,3	0,08	29,3	0,001	0,0009	0,02
№ 386*	Кисломолочный напиток (Снежок)	1/270	5,22	4,3	12	111	4,28	0,36	0,02	18	0,24	216	159	13,8	0,12	106	0,002	0,002	0,03
<b>Итого завтрак:</b>			<b>34</b>	<b>39,91</b>	<b>89,39</b>	<b>754,36</b>	<b>8,94</b>	<b>0,72</b>	<b>0,76</b>	<b>405</b>	<b>4,24</b>	<b>445,9</b>	<b>469,6</b>	<b>67,04</b>	<b>4,8</b>	<b>334</b>	<b>0,0324</b>	<b>0,0118</b>	<b>1,14</b>
<b>Обед</b>																			
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	1,7	25	0,35	0,02	0,1	0	0	23	24	14	0,06	1	0,003	0	0,02
№ 99*	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	2,28	11,22	14,56	144,8	1,62	0,08	0,06	16,9	1,18	86	24,27	20,75	0,08	4,65	0,002	0,0008	0,02
№ 291*	Плов из курицы	1/250	19,06	11,77	40,2	343,5	1,77	0,12	0,15	21,9	1,15	196,8	197,3	60,78	2,21	195	0,0012	0,0037	0,55
№ 358*	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	1/180	0,38	0,1	34,75	141,84	1,99	0,01	0,01	0	0	38,59	16,65	4,37	0,02	37,4	0,004	0	0,01
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,04	0	0	16,1	60,9	9,1	0,49	40,6	0,003	0,0015	0,11
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,76	0,49	14,02	72,78	0	0,06	0,03	0	0	14,7	66,36	4,74	1,2	39,9	0,012	0	0,3
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/125	0,5	0,5	12,25	58,75	10,5	0,04	0,03	0	0	20	13,75	11,25	2,08	148	0,007	0	0,03
<b>Итого обед:</b>			<b>31,31</b>	<b>24,88</b>	<b>151,29</b>	<b>950,33</b>	<b>16,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,42</b>	<b>38,8</b>	<b>2,33</b>	<b>395,2</b>	<b>403,2</b>	<b>125</b>	<b>6,13</b>	<b>466</b>	<b>0,0322</b>	<b>0,006</b>	<b>1,03</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>65,31</b>	<b>64,79</b>	<b>240,68</b>	<b>1704,69</b>	<b>25,2</b>	<b>1,12</b>	<b>1,18</b>	<b>443</b>	<b>6,57</b>	<b>841,1</b>	<b>872,8</b>	<b>192</b>	<b>10,9</b>	<b>800</b>	<b>0,0646</b>	<b>0,0178</b>	<b>2,17</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
<b>НОРМА завтраки 20-25%</b>	<b>18-22,5</b>	<b>18,-23</b>	<b>76,6-95,75</b>	<b>544-680</b>	<b>14-17,5</b>	<b>0,28-0,35</b>	<b>0,32-0,4</b>	<b>180-225</b>	<b>2-2,5</b>	<b>240-300</b>	<b>240-300</b>	<b>60-75</b>	<b>3,6-4,5</b>	<b>240-300</b>	<b>0,02-0,025</b>	<b>0,01-0,0125</b>	<b>0,8-1</b>
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтраки 20-25%</i>	22,5	23	95,75	680	17,5	0,35	0,4	225	2,5	300	300	75	4,5	300	0,025	0,0125	1
<b>НОРМА обеды 30-35%</b>	<b>27-31,5</b>	<b>27,6-32,2</b>	<b>114,9-134,05</b>	<b>816-952</b>	<b>21-24,5</b>	<b>0,42-0,49</b>	<b>0,48-0,56</b>	<b>270-315</b>	<b>3-3,5</b>	<b>360-420</b>	<b>360-420</b>	<b>90-105</b>	<b>5,4-6,3</b>	<b>360-420</b>	<b>0,03-0,035</b>	<b>0,015-0,0175</b>	<b>1,2-1,4</b>
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней обеды 30-35%</i>	31,5	32,2	134,05	952	24,5	0,49	0,56	315	3,5	420	420	105	6,3	420	0,035	0,0175	1,4
<b>Итого норма завтраки и обеды 50-60%</b>	<b>45-54</b>	<b>46-55,2</b>	<b>191,5-229,8</b>	<b>1360-1632</b>	<b>35-42</b>	<b>0,7-0,84</b>	<b>0,8-0,96</b>	<b>450-540</b>	<b>5-6</b>	<b>600-720</b>	<b>600-720</b>	<b>150-180</b>	<b>9-10,8</b>	<b>600-720</b>	<b>0,05-0,06</b>	<b>0,025-0,03</b>	<b>2-2,4</b>
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтраки и обеды 50- 60%</i>	54	55,2	229,8	1632	42	0,84	0,96	540	6	720	720	180	10,8	720	0,06	0,03	2,4

День 1  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/30	0,86	0,81	1,71	7,76	2,91	0,02	0,01	2,2	0	0,62	9,75	3,47	0,02	0,86	0	0,0007	0,005
№ 210*	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/150/5	14,4	25,65	2,72	259,31	0,26	0,1	0,53	305	3,3	106,5	103	16,7	2,72	106	0,01	0,0052	0,75
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	47,81	1,11	0,03	0,01	8,37	0,1	15,99	17,7	12,9	0,34	2,43	0,01	0,0008	0,065
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,02	0	0	9,2	34,8	5,2	0,28	23,2	0	0,0009	0,007
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	31,6	2,25	0,57	19	0,01	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/125	0,5	0,25	14,37	61,25	45	0,1	0,04	0	0	20	13,8	13,8	0,37	98	0,01	0	0,028
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>21,51</b>	<b>28,48</b>	<b>58,11</b>	<b>504,31</b>	<b>49,3</b>	<b>0,32</b>	<b>0,63</b>	<b>316</b>	<b>3,4</b>	<b>159,3</b>	<b>211</b>	<b>54,2</b>	<b>4,3</b>	<b>249</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0076</b>	<b>0,995</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/60	1,23	1,74	5,87	44,16	0,73	0,01	0,03	8,4	0	5,62	29,9	0,12	0,02	0,68	0,01	0,008	0,006
№ 95**	Суп с рыбными консервами	1/200	6,87	6,72	11,46	133,8	0,29	0,08	0,12	12	2,6	136,2	41,2	7,88	1,01	6	0	0,002	0,025
№ 259*	Жаркое по-домашнему	1/150/90	22,2	24,79	23,67	404,4	2,72	0,16	0,23	0	0,9	168,6	235	18,5	2,41	139	0	0,004	0,6
№ 389*	Сок яблочный	1/200	1	0	20,2	84,8	2	0,02	0,02	0	0	14	14	8	1,08	120	0,01	0	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0	0,0011	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44,2	3,16	0,8	26,6	0,01	0	0,2
	<b>Итого обед:</b>		<b>37,09</b>	<b>34,08</b>	<b>94,7</b>	<b>832,58</b>	<b>5,74</b>	<b>0,36</b>	<b>0,45</b>	<b>20,4</b>	<b>3,5</b>	<b>345,7</b>	<b>408</b>	<b>44,2</b>	<b>5,67</b>	<b>321</b>	<b>0,04</b>	<b>0,0151</b>	<b>0,941</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>58,6</b>	<b>62,56</b>	<b>152,81</b>	<b>1336,89</b>	<b>55</b>	<b>0,68</b>	<b>1,08</b>	<b>336</b>	<b>6,9</b>	<b>505,1</b>	<b>619</b>	<b>98,4</b>	<b>9,98</b>	<b>570</b>	<b>0,07</b>	<b>0,0227</b>	<b>1,936</b>

\* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 2  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 3*	Бутерброд с сыром	1/40/10	4,8	4,28	11,86	124	0,08	0,03	0,06	41,2	0,5	65,8	69	9,96	0,36	35,5	0,002	0,0032	0,09
№ 120*	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным	1/150/5	3,28	2,84	10,77	90	0,49	0,05	0,01	11,8	0,3	67,8	22	6	0,39	101	0,005	0,0007	0,097
№ 377*	Чай с лимоном, с сахаром	1/180	0,11	0,018	13,68	45,8	2,54	0	0	0	0,2	12,8	4	2,16	0,32	1,97	0	0	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	32	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 389*	Сок абрикосовый	1/200	1	0	25,4	105,6	2,9	0,04	0,08	0	0	20	36	20	0,04	70	0,004	0	0,003
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>10,51</b>	<b>7,378</b>	<b>68,39</b>	<b>400,06</b>	<b>6,01</b>	<b>0,16</b>	<b>0,17</b>	<b>53</b>	<b>0,9</b>	<b>173</b>	<b>162</b>	<b>40,4</b>	<b>1,68</b>	<b>228</b>	<b>0,017</b>	<b>0,0039</b>	<b>0,41</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	1,02	15	0,21	0,01	0,06	0	0	13,8	14	8,4	0,04	0,6	0,002	0	0,009
№ 98*	Суп крестьянский с крупой, со сметаной	1/200/10	1,74	9,92	7,21	109,64	0,9	0,04	0,04	13,5	0,9	39,6	16	3,45	0,05	5,6	0,002	0,0005	0,011
№ 234*	Биточки рыбные	1/100	11,59	12,27	10,9	179,66	0,26	0,05	0,13	37	5,5	331	136	11,6	1,19	125	0,01	0,0098	0,772
№ 366**	Соус томатный	1/40	0,46	1,68	3,2	29,8	0,1	0,01	0,01	9,6	0	6,35	8,9	0,6	0,02	0,16	0	0	0,004
№ 310 *	Картофель отварной с маслом сливочным	1/150/5	2,85	4,31	23,01	142,35	1,1	0,15	0,09	0	0,1	64,6	80	29,3	0,02	125	0,008	0	0,003
№ 388*	Напиток из плодов шиповника	1/180	0,61	0,25	18,68	79,38	40	0,01	0,05	0	0	19,2	3,1	3,09	0,57	9,3	0,008	0	0,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	44	6,5	0,35	29	0,002	0,0011	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44	3,16	0,8	26,6	0,008	0	0,2
№ 338 *	Фрукт Банан	1/125	1,87	0,62	26,25	120	12,5	0,05	0,06	0	0	10	35	52,5	0,75	105	0,006	0	0,18
	<b>Итого обед:</b>		<b>25,39</b>	<b>29,94</b>	<b>123,77</b>	<b>841,25</b>	<b>55,1</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>60,1</b>	<b>6,5</b>	<b>505</b>	<b>381</b>	<b>119</b>	<b>3,78</b>	<b>426</b>	<b>0,047</b>	<b>0,0114</b>	<b>1,399</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>35,9</b>	<b>37,32</b>	<b>192,16</b>	<b>1241,31</b>	<b>61,1</b>	<b>0,58</b>	<b>0,66</b>	<b>113</b>	<b>7,4</b>	<b>679</b>	<b>544</b>	<b>159</b>	<b>5,46</b>	<b>654</b>	<b>0,064</b>	<b>0,0153</b>	<b>1,809</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 3  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
<b>Завтрак</b>																			
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/40/10	2,36	3,49	14,89	136	0	0,03	0	40	0,1	8,4	23	4,2	0,4	31	0,001	0,0009	0,08
№ 223*	Запеканка из творога с повидлом	1/150/20	18,92	14,58	42	275	0,7	0,09	0,5	46	3,4	153	123	20	1	137	0,008	0,0062	0,34
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	34	0	0	0	0	2	2,5	1,3	0,3	0,6	0	0	0	0,06
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0	0	7	32	2,3	0,6	19	0,006	0	0	0,14
Пром. выпуск	Крендель сахарный	1/50	1,54	1,57	17,87	105	0	0,06	0,1	0	4,7	3,5	2,2	0,1	13	0,001	0,0001	0,02	
№ 386*	Кисломолочный напиток (Ряженка)	1/225	6,52	5,62	9,45	114,75	0,7	0,05	0	40	0,3	279	207	32	0,2	82	0,002	0,0019	0,06
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>30,723</b>	<b>25,52</b>	<b>104,39</b>	<b>699,41</b>	<b>1,4</b>	<b>0,26</b>	<b>0,6</b>	<b>126</b>	<b>3,8</b>	<b>454</b>	<b>390</b>	<b>61</b>	<b>2,4</b>	<b>282</b>	<b>0,018</b>	<b>0,0091</b>	<b>0,69</b>
<b>Обед</b>																			
№ 57**	Икра кабачковая пром.производства для детского питания	1/60	0,72	2,83	4,62	46,5	0,5	0,02	0	0	0	24	23	9	0	0,9	0,002	0	0,01
№ 82*	Борщ с капустой и картофелем со	1/200/10	2	9,01	13,08	109,64	0,5	0,05	0	14	0,8	51	24	3	0,1	4,8	0,004	0,0005	0,02
№ 294*	Котлеты рубленые из курицы	1/100	14,12	15,07	13,18	211,66	0,8	0,2	0,2	48	0,8	171	72	7	1,3	106	0,001	0,0034	0,31
№ 367**	Соус томатный с овощами	1/40	0,58	2,83	5,03	47,96	0,1	0,01	0	17	0	9,4	15	0,4	0	0,8	0	0	0,01
№ 305*	Рис припущенный	1/150	3,63	4,29	36,66	199,95	0	0,02	0	0	0,1	2,4	61	19	0	40	0,002	0,0005	0,01
№ 358*	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	1/180	0,38	0,1	34,75	141,84	2	0,01	0	0	0	39	17	4,4	0	37	0,004	0	0,01
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0	0	0	12	44	6,5	0,4	29	0,002	0,0011	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0	0	0	9,8	44	3,2	0,8	27	0,008	0	0,2
	<b>Итого обед:</b>		<b>27,22</b>	<b>34,96</b>	<b>140,82</b>	<b>922,97</b>	<b>3,9</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>79</b>	<b>1,7</b>	<b>317</b>	<b>298</b>	<b>52</b>	<b>2,6</b>	<b>246</b>	<b>0,024</b>	<b>0,0055</b>	<b>0,64</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>57,943</b>	<b>60,48</b>	<b>245,21</b>	<b>1622,38</b>	<b>5,3</b>	<b>0,65</b>	<b>0,9</b>	<b>204</b>	<b>5,5</b>	<b>772</b>	<b>688</b>	<b>114</b>	<b>5</b>	<b>528</b>	<b>0,042</b>	<b>0,0146</b>	<b>1,33</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 4  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 14*	Масло порционно	1/10	0,08	2,25	0,13	43	0,21	0	0,01	40	0,12	2,4	3	0	0,02	3	0,0008	0	0,005
№15*	Сыр порционно	1/10	2,63	2,66	0	34,33	0,07	0	0,04	21	0,5	50	30	5,5	0,07	10	0,0005	0,0019	0,017
№ 175*	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	1/150/5	4,14	6,62	29,63	204,54	0,65	0,07	0,1	37,36	0,24	71,14	86,9	25,4	0,57	105	0,009	0,0008	0,14
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,67	3,18	15,82	96,74	1,42	0,05	0,02	21,96	0,1	107	112	19,2	0,43	9,47	0,001	0,001	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,02	0	0	9,2	34,8	5,2	0,28	23,2	0,0018	0,0009	0,007
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	31,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 389*	Сок вишневый	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	2,8	0,02	0,04	0	0	14	36	12	0,06	100	0,004	0	0,001
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>16,4</b>	<b>15,75</b>	<b>94,38</b>	<b>607,19</b>	<b>5,15</b>	<b>0,21</b>	<b>0,24</b>	<b>120,3</b>	<b>0,96</b>	<b>260,7</b>	<b>334</b>	<b>69,5</b>	<b>2</b>	<b>270</b>	<b>0,0231</b>	<b>0,0046</b>	<b>0,41</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/60	1,72	1,62	3,42	15,52	5,82	0,03	0,02	4,4	0	1,24	19,5	6,94	0,04	1,72	0,0048	0,0014	0,011
№ 112*	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/200	2,05	2,22	12,55	87,2	0,86	0,07	0,04	0	0	23,6	16,2	9,04	0,08	3,85	0,0026	0,0005	0,02
№ 263*	Рагу из говядины	1/150/90	18,08	27,01	17,01	259,69	2,18	0,13	0,16	0	0,87	171,4	247	28,7	2,16	140	0,003	0,0045	0,54
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,59	0,081	28,81	119,52	0,65	0,01	0,02	0	0	29,23	21,1	15,7	0,4	207	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0,0022	0,0011	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44,2	3,16	0,8	26,6	0,0084	0	0,2
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/125	0,5	0,5	12,25	58,75	10,5	0,04	0,03	0	0	20	13,8	11,3	2,08	148	0,007	0	0,034
	<b>Итого обед:</b>		<b>28,73</b>	<b>32,26</b>	<b>107,54</b>	<b>706,1</b>	<b>20</b>	<b>0,38</b>	<b>0,32</b>	<b>4,4</b>	<b>0,87</b>	<b>266,8</b>	<b>405</b>	<b>81,3</b>	<b>5,91</b>	<b>555</b>	<b>0,035</b>	<b>0,0075</b>	<b>0,985</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>45,13</b>	<b>48,01</b>	<b>201,92</b>	<b>1313,29</b>	<b>25,2</b>	<b>0,59</b>	<b>0,56</b>	<b>124,7</b>	<b>1,83</b>	<b>527,5</b>	<b>739</b>	<b>151</b>	<b>7,91</b>	<b>825</b>	<b>0,0581</b>	<b>0,0121</b>	<b>1,395</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 5  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 3*	Бутерброд с сыром	1/40/10	4,8	4,28	11,86	124	0,1	0,03	0,06	41	0,5	66	68,8	9,96	0,4	35,5	0,002	0,0032	0,09
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3,6	0,28	63	0	0,03	0,02	100	2,53	22	76,8	4,8	1	56	0,008	0,0042	0,45
№ 182*	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	1/150/5	2,5	7,03	31,17	208,97	0,8	0,14	0,01	41	0,21	88	92,3	42,7	1,2	105	0,009	0,0007	0,3
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	2,84	2,41	18,82	80,54	1,2	0,04	0,01	18	0,1	73	81	12,6	0,1	13,1	0,007	0,0009	0,03
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	31,6	2,25	0,6	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Банан	1/125	1,87	0,62	26,25	120	13	0,05	0,06	0	0	10	35	52,5	0,8	105	0,006	0	0,18
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>18,41</b>	<b>18,18</b>	<b>95,06</b>	<b>631,17</b>	<b>15</b>	<b>0,32</b>	<b>0,19</b>	<b>200</b>	<b>3,34</b>	<b>266</b>	<b>385</b>	<b>125</b>	<b>4</b>	<b>334</b>	<b>0,038</b>	<b>0,009</b>	<b>1,19</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Помидор соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,01	0,01	0	0	6	21	9	0	0,56	0,002	0	0,01
№ 88*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/200/10	1,97	5,95	8,66	121,44	1,6	0,05	0,05	14	0,9	70	19,2	7,7	0,1	4,66	0,003	0,0005	0,02
№ 290*	Курица, тушенная в соусе	1/100	11,65	11,66	3,51	166	0,7	0,04	0,09	30	0,86	130	79	16,9	0,7	101	0,001	0,0038	0,17
№ 309*	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	1/150/5	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,06	0,03	0	0,05	4,9	37,2	21,1	0	30,3	0,008	0,0009	0
№ 389*	Сок персиковый	1/200	0,6	0,2	30,4	125,8	0,8	0,02	0,02	0	0	20	36	14	0,1	240	0,004	0	0,02
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	12	43,5	6,5	0,4	29	0,002	0,0011	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44,2	3,16	0,8	26,6	0,008	0	0,2
	<b>Итого обед:</b>		<b>26</b>	<b>18,7</b>	<b>104,61</b>	<b>759,11</b>	<b>3,4</b>	<b>0,28</b>	<b>0,25</b>	<b>44</b>	<b>1,81</b>	<b>253</b>	<b>280</b>	<b>78,4</b>	<b>2</b>	<b>432</b>	<b>0,028</b>	<b>0,0063</b>	<b>0,5</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>44,41</b>	<b>36,88</b>	<b>199,67</b>	<b>1390,28</b>	<b>18</b>	<b>0,6</b>	<b>0,44</b>	<b>244</b>	<b>5,15</b>	<b>519</b>	<b>666</b>	<b>203</b>	<b>6,1</b>	<b>766</b>	<b>0,066</b>	<b>0,0154</b>	<b>1,69</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 6  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/40/10	2,36	3,49	14,89	136	0	0,03	0,02	40	0,12	8,4	22,5	4,2	0,35	31	0,001	0,0009	0,08
№ 224*	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	1/150/20	13,62	14,8	49,07	262,14	1,36	0,11	0,43	74,1	3,37	152	129	15,8	1,14	112	0,008	0,0069	0,4
№ 377*	Чай с лимоном, с сахаром	1/180	0,11	0,018	13,68	45,8	2,54	0	0	0	0,15	12,8	3,96	2,16	0,32	2	0	0	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
Пром. выпуск	Пряник	1/30	1,97	0,7	8,43	95	1,27	0,09	0,02	0	0	6,6	3,5	2	0,07	19	0,001	0,001	0,02
№ 386*	Кисломолочный напиток (Кефир)	1/225	6,52	5,62	9	82,5	1,57	0,09	0,04	45	0,3	270	203	31,5	0,22	88	0,002	0,002	0,06
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>25,9</b>	<b>24,868</b>	<b>101,75</b>	<b>656,1</b>	<b>6,74</b>	<b>0,35</b>	<b>0,53</b>	<b>159</b>	<b>3,94</b>	<b>450</b>	<b>383</b>	<b>57,9</b>	<b>2,67</b>	<b>271</b>	<b>0,018</b>	<b>0,0108</b>	<b>0,77</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/60	1,23	1,74	5,87	44,16	0,73	0,01	0,03	8,4	0	5,62	29,9	0,12	0,02	0,7	0,013	0,008	0,01
№ 102*	Суп картофельный с бобовыми	1/200	4,39	4,21	13,22	118,6	0,66	0,18	0,06	0	0	34,1	50,5	18,5	0,06	3,8	0,003	0,0008	0,02
№ 268*	Биточки рубленые из говядины с маслом сливочным	1/100/5	13,36	21,78	11,59	278,64	0,3	0,08	0,14	40,3	0,87	154	170	20,2	1,52	107	0,003	0,007	0,38
№ 321*	Капуста тушеная	1/150	3,09	4,85	10,78	112,65	10,7	0,04	0,06	0	0,05	83,2	60,2	31	0,02	106	0,002	0	0,01
№ 348*	Компот из кураги	1/180	0,7	0,041	24,86	103,32	0,54	0,01	0,03	0	0	29,1	19,7	15,8	0,43	232	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0,002	0,0011	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44,2	3,16	0,8	27	0,008	0	0,2
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/125	0,5	0,25	14,37	61,25	45	0,1	0,04	0	0	20	13,8	13,8	0,37	98	0,008	0	0,03
	<b>Итого обед:</b>		<b>29,06</b>	<b>33,701</b>	<b>114,19</b>	<b>884,04</b>	<b>58</b>	<b>0,51</b>	<b>0,39</b>	<b>48,7</b>	<b>0,92</b>	<b>348</b>	<b>432</b>	<b>109</b>	<b>3,58</b>	<b>604</b>	<b>0,045</b>	<b>0,0169</b>	<b>0,82</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>54,96</b>	<b>58,569</b>	<b>215,94</b>	<b>1540,14</b>	<b>64,7</b>	<b>0,87</b>	<b>0,92</b>	<b>208</b>	<b>4,86</b>	<b>797</b>	<b>815</b>	<b>167</b>	<b>6,25</b>	<b>875</b>	<b>0,063</b>	<b>0,0276</b>	<b>1,59</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 7  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 14*	Масло порционнo	1/10	0,08	2,25	0,13	43	0,2	0	0,01	40	0,1	2,4	3	0	0	3	0,0008	0	0,01
№15*	Сыр порционнo	1/10	2,63	2,66	0	34,33	0,1	0	0,04	21	0,5	50	30	5,5	0,1	10	0,0005	0,0019	0,02
№ 182*	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	1/150/5	2,59	6,55	30,57	205,02	0,8	0,04	0,01	41	0,3	72	27,3	21,2	0,4	106	0,007	0,0008	0,08
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,67	3,18	15,82	96,74	1,4	0,05	0,02	22	0,1	107	112	19,2	0,4	9,5	0,001	0,001	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,02	0	0	9,2	34,8	5,2	0,3	23	0,0018	0,0009	0,01
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	31,6	2,25	0,6	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/125	0,5	0,5	12,25	58,75	11	0,04	0,03	0	0	20	13,8	11,3	2,1	148	0,007	0	0,03
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>13,95</b>	<b>15,78</b>	<b>84,77</b>	<b>566,02</b>	<b>13</b>	<b>0,2</b>	<b>0,14</b>	<b>124</b>	<b>1</b>	<b>267</b>	<b>253</b>	<b>64,6</b>	<b>3,8</b>	<b>318</b>	<b>0,0241</b>	<b>0,0046</b>	<b>0,38</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	1,02	15	0,2	0,01	0,06	0	0	14	14,4	8,4	0	0,6	0,002	0	0,01
№ 96*	Рассольник ленинградский со сметаной	1/200/10	2,17	7,06	13,92	125,44	0,7	0,08	0,06	14	1,1	64	15,4	9,34	0,1	4,1	0,0042	0,0006	0,02
№ 229*	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/100	9,75	4,95	3,8	105	3,7	0,05	0,05	5,8	5,7	299	162	48,5	0,9	125	0,01	0,0097	0,51
№ 128*	Картофельное пюре	1/150	3,1	9,15	17,98	172,85	5,8	0,14	0,11	50	0,1	72	87	27,4	0,1	137	0,0016	0,0003	0,01
№ 389*	Сок виноградный	1/200	0,6	0,4	32,6	136,4	2	0,04	0,02	0	0	40	24	18	0,1	100	0,004	0	0,02
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	12	43,5	6,5	0,4	29	0,0022	0,0011	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44,2	3,16	0,8	27	0,0084	0	0,2
	<b>Итого обед:</b>		<b>21,89</b>	<b>22,45</b>	<b>102,82</b>	<b>720,11</b>	<b>12</b>	<b>0,42</b>	<b>0,36</b>	<b>69</b>	<b>6,9</b>	<b>510</b>	<b>391</b>	<b>121</b>	<b>2,2</b>	<b>422</b>	<b>0,0324</b>	<b>0,0117</b>	<b>0,85</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>35,84</b>	<b>38,23</b>	<b>187,59</b>	<b>1286,13</b>	<b>25</b>	<b>0,62</b>	<b>0,49</b>	<b>193</b>	<b>7,9</b>	<b>778</b>	<b>643</b>	<b>186</b>	<b>6</b>	<b>740</b>	<b>0,0565</b>	<b>0,0163</b>	<b>1,23</b>

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 8  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																			
№ 3*	Бутерброд с сыром	1/40/10	4,8	4,28	11,86	124	0,08	0,03	0,06	41,2	0,5	65,8	68,8	9,96	0,36	36	0,002	0,0032	0,09	
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3,6	0,28	63	0	0,03	0,02	100	2,53	22	76,8	4,8	1	56	0,008	0,0042	0,45	
№ 181*	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	1/150/5	2,3	7,55	29,84	205,02	0,82	0,06	0,01	40,9	0,27	74,5	33,3	14,3	0,35	102	0,008	0,0009	0,08	
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	34	0,03	0	0	0	0	1,99	2,52	1,26	0,25	0,6	0	0	0,06	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	31,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14	
№ 389*	Сок апельсиновый	1/200	0,2	0,2	23,1	103	40	0,08	0,3	0	0	8	11	11	0,03	106	0,008	0	0,02	
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>13,763</b>	<b>15,888</b>	<b>85,26</b>	<b>563,68</b>	<b>40,9</b>	<b>0,23</b>	<b>0,41</b>	<b>182</b>	<b>3,3</b>	<b>179</b>	<b>224</b>	<b>43,6</b>	<b>2,56</b>	<b>320</b>	<b>0,032</b>	<b>0,0083</b>	<b>0,84</b>	
	<b>Обед</b>																			
№ 57**	Икра кабачковая пром.производства для детского питания	1/60	0,72	2,83	4,62	46,5	0,5	0,02	0,03	0	0	24	22,5	9	0,04	0,9	0,002	0	0,01	
№ 101*	Суп картофельный с крупой	1/200	1,18	2,17	9,69	68,6	0,6	0,07	0,04	0	0	21,4	14,8	8,22	0,07	5,1	0,003	0,0007	0,02	
№ 261*	Печень, тушенная в соусе	1/100	12,66	9,76	3,81	159	8,86	0,19	1,4	2137	8,5	296	223	14,8	4,72	100	0,01	0,016	1,18	
№ 304*	Рис отварной	1/150	3,65	5,37	36,68	209,7	0	0,03	0,02	0	0,05	1,36	60,9	16,3	0,05	41	0,002	0,0005	0,01	
№ 348*	Компот из изюма	1/180	0,31	0,068	26,86	109,98	0	0,07	0,02	0	0	18,3	17,4	7,3	0,4	113	0,006	0	0,1	
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0,002	0,0011	0,08	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44,2	3,16	0,8	27	0,008	0	0,2	
№ 338 *	Фрукт Банан	1/125	1,87	0,62	26,25	120	12,5	0,05	0,06	0	0	10	35	52,5	0,75	105	0,006	0	0,18	
	<b>Итого обед:</b>		<b>26,18</b>	<b>21,648</b>	<b>141,41</b>	<b>879,2</b>	<b>22,5</b>	<b>0,51</b>	<b>1,62</b>	<b>2137</b>	<b>8,55</b>	<b>392</b>	<b>462</b>	<b>118</b>	<b>7,18</b>	<b>420</b>	<b>0,039</b>	<b>0,0183</b>	<b>1,78</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>39,943</b>	<b>37,536</b>	<b>226,67</b>	<b>1442,88</b>	<b>63,4</b>	<b>0,74</b>	<b>2,03</b>	<b>2319</b>	<b>11,9</b>	<b>571</b>	<b>686</b>	<b>161</b>	<b>9,74</b>	<b>740</b>	<b>0,071</b>	<b>0,0266</b>	<b>2,62</b>	

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 9  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/40/10	2,36	3,49	14,89	136	0	0,03	0,02	40	0,12	8,4	22,5	4,2	0,35	30,9	0,001	0,0009	0,08
№ 216**	Макаронны запеченные с сыром	1/150	8,17	9,94	25,58	250,8	0,16	0,06	0,09	86,4	0,2	81,4	51,6	5,24	0,92	52,4	0,002	0,0024	0,23
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	47,81	1,11	0,03	0,01	8,37	0,1	16	17,7	12,9	0,34	2,43	0,007	0,0008	0,065
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	31,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
Пром. выпуск	Печенье овсяное	1/30	1,87	0,71	9,43	65	0,27	0,09	0,03	0	0	7,3	4	4,3	0,06	18,3	0	0,001	0,015
№ 386*	Кисломолочный напиток (Биоiogурт)	1/225	4,52	3,62	11	92,5	3,57	0,4	0,04	25	0,3	200	153	21,5	0,12	88,1	0,002	0,0018	0,3
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>19,51</b>	<b>19,13</b>	<b>80,89</b>	<b>626,77</b>	<b>5,11</b>	<b>0,64</b>	<b>0,2</b>	<b>160</b>	<b>0,72</b>	<b>320</b>	<b>280</b>	<b>50,4</b>	<b>2,36</b>	<b>211</b>	<b>0,017</b>	<b>0,0068</b>	<b>0,83</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Помидор соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,01	0,01	0	0	6	21	9	0,05	0,56	0,002	0	0,012
№ 108*	Суп картофельный с клецками	1/200	2,84	3,67	15,03	115,4	1,6	0,08	0,06	16,8	1,4	56,7	57,8	20,3	0,09	3,46	0,004	0,0009	0,02
№ 260*	Гуляш из говядины	1/70/30	14,55	16,79	2,89	221	0,92	0,03	0,1	0	0,98	122	154	22	3,06	112	0,003	0,005	0,76
№ 302*	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	8,59	6,09	38,64	243,75	0	0,2	0,11	0	0,05	54,8	204	136	2,56	160	0,002	0,0007	0,64
№ 348*	Компот из чернослива	1/180	0,31	0,09	21,24	88,56	0,4	0	0,014	0	0	18,3	11,2	15,5	0,4	117	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	11,5	43,5	6,5	0,35	29	0,002	0,0011	0,001
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44,2	3,16	0,8	26,6	0,008	0	0,08
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/125	0,5	0,25	14,37	61,25	45	0,1	0,04	0	0	20	13,8	13,8	0,37	98	0,008	0	0,2
	<b>Итого обед:</b>		<b>33,06</b>	<b>27,78</b>	<b>127,77</b>	<b>907,38</b>	<b>48,2</b>	<b>0,52</b>	<b>0,37</b>	<b>16,8</b>	<b>2,43</b>	<b>299</b>	<b>550</b>	<b>226</b>	<b>7,68</b>	<b>546</b>	<b>0,037</b>	<b>0,0077</b>	<b>1,813</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>52,57</b>	<b>46,91</b>	<b>208,66</b>	<b>1534,15</b>	<b>53,3</b>	<b>1,17</b>	<b>0,57</b>	<b>177</b>	<b>3,15</b>	<b>619</b>	<b>829</b>	<b>276</b>	<b>10</b>	<b>757</b>	<b>0,054</b>	<b>0,0145</b>	<b>2,643</b>

\* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

День 10  
Сезон: Осень-Зима  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В1	В2	А	Д	Ca	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F	
	<b>Завтрак</b>																			
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/30	0,86	0,81	1,71	7,76	2,91	0,02	0,01	2,2	0	0,6	9,8	3,5	0	0,9	0,002	0,0007	0,005	
№ 210*	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/150/5	14,4	25,65	2,72	259,31	0,26	0,1	0,53	305	3,3	107	103	17	2,7	106	0,009	0,0052	0,75	
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	2,84	2,41	18,82	80,54	1,17	0,04	0,01	18	0,1	73	81	13	0,1	13	0,007	0,0009	0,03	
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,02	0	0	9,2	35	5,2	0,3	23	0,002	0,0009	0,007	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	0,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,02	0	0	7	32	2,3	0,6	19	0,006	0	0,14	
Пром. выпуск	Зефир	1/30	1,87	0,75	19,43	75	0,27	0,09	0,03	0	0	6,3	5	7,3	0,1	29	0,001	0,0009	0,019	
№ 386*	Кисломолочный напиток (Снежок)	1/225	4,35	3,62	10	92,5	3,57	0,3	0,02	15	0,2	180	133	12	0,1	89	0,002	0,0017	0,025	
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>27,8</b>	<b>33,88</b>	<b>78,68</b>	<b>643,29</b>	<b>8,18</b>	<b>0,62</b>	<b>0,64</b>	<b>341</b>	<b>3,6</b>	<b>383</b>	<b>398</b>	<b>59</b>	<b>3,9</b>	<b>279</b>	<b>0,029</b>	<b>0,0103</b>	<b>0,976</b>	
	<b>Обед</b>																			
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	1,02	15	0,21	0,01	0,06	0	0	14	14	8,4	0	0,6	0,002	0	0,009	
№ 99*	Суп из овощей со сметаной	1/200/10	1,83	8,98	11,65	115,84	1,3	0,07	0,05	14	1	69	19	17	0,1	3,7	0,002	0,0006	0,015	
№ 291*	Плов из курицы	1/200	15,25	9,42	32,16	274,8	1,42	0,1	0,12	18	0,9	157	158	49	1,8	156	0,001	0,003	0,44	
№ 358*	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	1/180	0,38	0,1	34,75	141,84	1,99	0,01	0,01	0	0	39	17	4,4	0	37	0,004	0	0,005	
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,03	0	0	12	44	6,5	0,4	29	0,002	0,0011	0,08	
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/28	1,84	0,33	9,35	48,52	0	0,04	0,02	0	0	9,8	44	3,2	0,8	27	0,008	0	0,2	
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/125	0,5	0,5	12,25	58,75	10,5	0,04	0,03	0	0	20	14	11	2,1	148	0,007	0	0,034	
	<b>Итого обед:</b>		<b>24,23</b>	<b>19,89</b>	<b>125,33</b>	<b>771,65</b>	<b>15,4</b>	<b>0,31</b>	<b>0,32</b>	<b>31</b>	<b>1,9</b>	<b>320</b>	<b>310</b>	<b>99</b>	<b>5,1</b>	<b>401</b>	<b>0,026</b>	<b>0,0047</b>	<b>0,783</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>52,03</b>	<b>53,77</b>	<b>204,01</b>	<b>1414,94</b>	<b>23,6</b>	<b>0,93</b>	<b>0,96</b>	<b>372</b>	<b>5,5</b>	<b>703</b>	<b>708</b>	<b>158</b>	<b>9</b>	<b>681</b>	<b>0,055</b>	<b>0,0151</b>	<b>1,759</b>	

\* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

\*\* - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки	Жиры	Углеводы		С	В I	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
<b>НОРМА завтраки 20-25%</b>	<b>15,4-19,25</b>	<b>15,8-19,75</b>	<b>67-83,75</b>	<b>470-587,5</b>	<b>12-15</b>	<b>0,24-0,3</b>	<b>0,28-0,35</b>	<b>140-175</b>	<b>2-2,5</b>	<b>220-275</b>	<b>220-275</b>	<b>50-62,5</b>	<b>2,4-3</b>	<b>220-275</b>	<b>0,02-0,025</b>	<b>0,006-0,0075</b>	<b>0,6-0,75</b>
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтраки 20-25%</i>	19,25	19,75	83,75	587,5	15	0,3	0,35	175	2,5	275	275	62,5	3	275	0,025	0,0075	0,75
<b>НОРМА обеды 30-35%</b>	<b>23,1-26,95</b>	<b>23,7-27,65</b>	<b>100,5-117,25</b>	<b>705-822,5</b>	<b>18-21</b>	<b>0,36-0,42</b>	<b>0,42-0,49</b>	<b>210-245</b>	<b>3-3,5</b>	<b>330-385</b>	<b>330-385</b>	<b>75-87,5</b>	<b>3,6-4,2</b>	<b>330-385</b>	<b>0,03-0,035</b>	<b>0,009-0,0105</b>	<b>0,9-1,05</b>
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней обеды 30-35%</i>	26,95	27,65	117,25	822,5	21	0,42	0,49	245	3,5	385	385	87,5	4,2	385	0,035	0,0105	1,05
<b>Итого норма завтраки и обеды 50-60%</b>	<b>38,5-46,2</b>	<b>39,5-47,4</b>	<b>167,5-201</b>	<b>1175-1410</b>	<b>30-36</b>	<b>0,6-0,72</b>	<b>0,7-0,84</b>	<b>350-420</b>	<b>5-6</b>	<b>550-660</b>	<b>550-660</b>	<b>125-150</b>	<b>6-7,2</b>	<b>550-660</b>	<b>0,05-0,06</b>	<b>0,015-0,018</b>	<b>1,5-1,8</b>
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтраки и обеды 50-60%</i>	46,2	47,4	201	1410	36	0,72	0,84	420	6	660	660	150	7,2	660	0,06	0,018	1,8