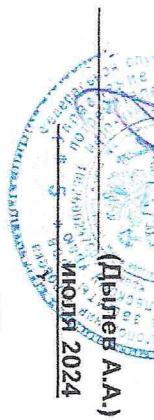
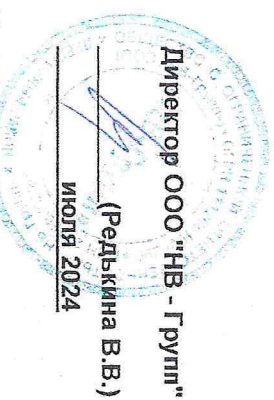


**СОГЛАСОВАНО:**

Начальник межрайонного территориального  
отдела управления Федеральной службы по  
надзору в сфере защиты прав потребителей и  
благополучия человека по СК №4

  
(Дылев А.А.)  
Июль 2024

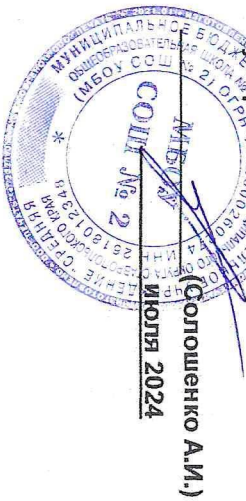
**УТВЕРЖДАЮ:**

  
Директор ООО "НВ - Групп"  
(Редькина В.В.)  
Июль 2024

**Перспективное десятидневное меню для обучающихся 7-11 лет  
на осенний и зимний период 2024г.**

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МБОУ СОШ №2 ст.  
Суворовская

  
(Солошенко А.И.)  
Июль 2024

**Перспективное десятидневное меню для обучающихся 7-11 лет на осенний и зимний период 2024-2025гг.**

№ рецепта	Принём пищи, наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)																
		7-11лет	Белки	Жиры	Углевод		В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe													
<b>Понедельник: 1 неделя.</b>																										
<b>Завтрак</b>																										
№15 сб. 2017г.	Сыр Российский (порциями)	15	6,96	8,85	0	108	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3													
№14 сб. 2017г.	Масло (порциями) сливочное 72,5% м.д.ж.	5	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	3	3	0	0,02													
№173 сб. 2017г.	Каша вязкая молочная из овсяной крупы "Геркулес"	220/5	8,71	13,74	39,42	317,43	0,19	1	57,41	156,74	246,17	74,19	1,81													
№379 сб. 2017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13													
	Хлеб пшеничный	60	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33													
	<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>14,16</b>	<b>16,66</b>	<b>70,13</b>	<b>488,53</b>	<b>0,26</b>	<b>2,3</b>	<b>77,41</b>	<b>288,52</b>	<b>336,17</b>	<b>88,19</b>	<b>2,27</b>													
<b>Обед</b>																										
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или солёные** (помидоры)	60	0,67	0,06	2,1	12	0,01	6,3	0	6	21	9	0,48													
№101 сб. 2017г.	Суп картофельный с круглой (рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88													
№268 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	13,5	19,8	11,7	281,45	0,07	0,28	36,65	35,3	154,47	45,64	2,29													
№203 сб. 2017г.	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,64	5,98	31,47	202,24	0,06	0	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84													
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2													
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17													
№349 сб. 2017г.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	32,48	23,44	17,46	0,7													
	<b>ИТОГО:</b>	<b>805</b>	<b>25,94</b>	<b>29,16</b>	<b>109,25</b>	<b>813,44</b>	<b>0,32</b>	<b>15,56</b>	<b>66,17</b>	<b>127,53</b>	<b>293,71</b>	<b>103,29</b>	<b>6,56</b>													
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>40,1</b>	<b>45,82</b>	<b>179,38</b>	<b>1301,97</b>	<b>0,58</b>	<b>17,86</b>	<b>143,58</b>	<b>416,05</b>	<b>629,88</b>	<b>191,48</b>	<b>8,83</b>													
<b>Вторник: 1 неделя.</b>																										
<b>Завтрак</b>																										
№291 сб. 2017г.	Плов из птицы	90/150	21,62	10,74	43,74	358,4	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24													
№376 сб. 2017г.	Чай* с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28													
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33													
№338 сб. 2017г.	Фрукты свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64													
	<b>ИТОГО:</b>	<b>590</b>	<b>24,45</b>	<b>11,48</b>	<b>85,26</b>	<b>545,3</b>	<b>0,25</b>	<b>19,87</b>	<b>33,6</b>	<b>79,61</b>	<b>243,2</b>	<b>76,92</b>	<b>5,49</b>													
<b>Обед</b>																										
№75 сб. 2017г.	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	0,02	3,4	0	35,53	36,55	18,09	1,02													
№82 сб. 2017г.	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	250/10	1,8	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0	49,73	54,6	26,13	1,23													
№315 сб. 2015г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15	10,61	6,81	15,04	164	0,06	15,03	22	45,2	133,1	33	1,23													
№125 сб. 2017г.	Картофель отварной	150/5	2,98	5,85	20,65	155	0,16	21,29	29,52	20,16	82,36	30	1,21													
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2													
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17													
№491 сб. 2021г.	Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,1	10,7	44	0,01	16,5	0	7,5	6,4	6,1	0,29													



	<b>ИТОГО:</b>	<u>860</u>	<u>20,51</u>	<u>18,26</u>	<u>90,9</u>	<u>677,13</u>	<u>0,37</u>	<u>66,9</u>	<u>51,52</u>	<u>172,62</u>	<u>313,01</u>	<u>113,32</u>	<u>6,35</u>
	<b>ВСЕГО:</b>		<u>44,96</u>	<u>29,74</u>	<u>176,16</u>	<u>1222,43</u>	<u>0,62</u>	<u>86,77</u>	<u>85,12</u>	<u>252,23</u>	<u>556,21</u>	<u>190,24</u>	<u>11,84</u>
	<b>Среда: 1 неделя.</b>												
	<i>Возрастная категория - взрослые/пожилые</i>												
	<b>Завтрак</b>												
№229 сб. 2017г.	Рыба, тушенная в томате с овощами	180/90	17,55	8,91	6,84	189	0,09	6,71	10,48	70,33	291,94	87,35	1,53
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	150/5	3,41	10,07	19,78	190,14	0,16	19,58	55	45,82	95,73	30,14	1,13
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	<b>ИТОГО:</b>	<u>565</u>	<u>23,37</u>	<u>19,24</u>	<u>56,58</u>	<u>511,64</u>	<u>0,28</u>	<u>29,12</u>	<u>65,48</u>	<u>136,35</u>	<u>392,07</u>	<u>119,89</u>	<u>3,35</u>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	60	1,21	0,06	12,33	54,72	0,26	2,53	0	27,92	36,55	19,35	0,6
№102 сб. 2017г.	Суп картофельный с бобовыми	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88
№295 сб. 2017г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	13,67	26,2	13,1	348,8	0,09	0,92	82,1	49,96	87,76	18,72	0,16
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	150/5	8,88	6,3	39,93	251,88	0,22	0	0	15,31	210,72	140,35	4,71
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8
	<b>ИТОГО:</b>	<u>805</u>	<u>30,23</u>	<u>35,79</u>	<u>117,53</u>	<u>925,15</u>	<u>0,75</u>	<u>15,7</u>	<u>82,1</u>	<u>148,39</u>	<u>405,01</u>	<u>209,2</u>	<u>10,52</u>
	<b>ВСЕГО:</b>		<u>53,6</u>	<u>55,03</u>	<u>174,11</u>	<u>1436,79</u>	<u>1,03</u>	<u>44,82</u>	<u>147,58</u>	<u>284,74</u>	<u>797,08</u>	<u>329,09</u>	<u>13,87</u>
	<b>Четверг: 1 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№15 сб. 2017 г.	Сыр Российский (порциями)	15	6,96	8,85	0	108	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
№224 сб. 2017г.	Запеканка из творога с морковью молоком стуженным)	200/20	22,91	21,72	71,97	575,14	0,14	1,76	95,86	377,33	386,76	59,31	1,48
№382 сб. 2017г.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4	152,22	124,56	21,34	0,48
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Биойогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке)	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6
	<b>ИТОГО:</b>	<u>590</u>	<u>39,98</u>	<u>37,48</u>	<u>118,06</u>	<u>965,12</u>	<u>0,48</u>	<u>15,56</u>	<u>198,56</u>	<u>572,95</u>	<u>691,32</u>	<u>94,45</u>	<u>3,19</u>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или соленья** (помидоры)	60	0,67	0,06	2,1	12	0,01	6,3	0	6	21	9	0,48
№88 сб. 2017г.	Ши из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,9	89,75	0,058	15,78	0	49,25	49	22,13	0,83
№290/331 сб. 2017г.	Бройлер-цыпленок, тушенный в соусе сметанно томатном	90/50	17,65	20,37	3,5	268,15	0,01	1,2	0	28,35	200,4	28,64	3,98
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшениной крупы)	150/5	6,53	4,65	40,15	228,63	0,13	0	0	24,85	164,27	35,36	2,78
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№342 сб. 2017г.	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95
	<b>ИТОГО:</b>	<u>855</u>	<u>30,28</u>	<u>30,71</u>	<u>101,39</u>	<u>812,33</u>	<u>0,288</u>	<u>24,18</u>	<u>0</u>	<u>137,13</u>	<u>439,07</u>	<u>100,27</u>	<u>10,39</u>



	ВСЕГО:		70,26	68,19	219,45	1777,45	0,768	39,74	198,56	710,08	1130,39	194,72	13,58
<b>Пятница: 1 неделя.</b>													
<b>Завтрак</b>													
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,8	0,02	5,76	0	19,2	0	0	0,48
	Омлет с сыром	120	14,34	23,54	2,04	278	0,08	0,26	290,4	209,2	149,8	17,46	2,2
№211 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№338 сб. 2017г.	Фрукты свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	<b>ИТОГО:</b>	<b>530</b>	<b>17,95</b>	<b>27,1</b>	<b>48,38</b>	<b>513,7</b>	<b>0,17</b>	<b>20,85</b>	<b>290,4</b>	<b>267,8</b>	<b>167,4</b>	<b>30,66</b>	<b>6,01</b>
<b>Обед</b>													
	Овощи натуральные свежие или солёные ** (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	6	0,01	2,1	0	13,8	14,4	8,4	0,36
№70 сб. 2017г.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	29,2	67,58	27,28	1,13
№103 сб. 2017г.	Тефтели 1-й вариант	90/30	9,12	10,1	12,06	176,23	0,07	0,88	40,22	45,27	110,03	22,28	0,99
№278 сб. 2017г.	Рис припущенный	150/5	3,76	4,44	37,89	206,62	0,025	0	0	2,5	62,62	19,64	0,53
№305 сб. 2017г.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115	0,002	1,8	0	15,92	5,98	1,54	0,04
	<b>ИТОГО:</b>	<b>835</b>	<b>19,65</b>	<b>18,06</b>	<b>112,08</b>	<b>721,3</b>	<b>0,287</b>	<b>13,03</b>	<b>40,22</b>	<b>121,19</b>	<b>260,61</b>	<b>79,14</b>	<b>4,42</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>37,6</b>	<b>45,16</b>	<b>160,46</b>	<b>1235</b>	<b>0,457</b>	<b>33,88</b>	<b>330,62</b>	<b>388,99</b>	<b>428,01</b>	<b>109,8</b>	<b>10,43</b>
<b>Понедельник: 2 неделя.</b>													
<b>Завтрак</b>													
	Сыр Российский (порциями)	15	6,96	8,85	0	108	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
№15 сб. 2017г.	Масло (порциями) сливочное 72,5% м.д.ж.	5	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	3	3	0	0,02
№14 сб. 2017г.	Каша жидкая молочная (из рисовой крупы)	200/10/10	6	3,6	52,8	268	0,06	1,17	58	130,39	138,14	30,12	0,5
№182 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
№377 сб. 2017г.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Печенье (1 шт. в индивидуальной упаковке)	30	2,25	4,8	20,7	135	0,04	0	0	6	0	0	0,35
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>17,70</b>	<b>24,76</b>	<b>103,59</b>	<b>709,50</b>	<b>0,28</b>	<b>4,21</b>	<b>176,00</b>	<b>185,99</b>	<b>295,54</b>	<b>43,02</b>	<b>1,86</b>
<b>Обед</b>													
	Овощи натуральные свежие или солёные* (помидоры)	60	0,67	0,06	2,1	12	0,01	6,3	0	6	21	9	0,48
№70 сб. 2017г.	Суп из овощей (со сметаной)	250/10	1,59	4,99	9,15	95,25	0,07	10,38	0	34,85	49,25	20,75	0,78
№99 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	13,5	19,8	11,7	281,45	0,07	0,28	36,65	35,3	154,47	45,64	2,29
№268 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)	150/5	6,53	4,65	40,15	228,63	0,13	0	0	24,85	164,27	35,36	2,78
№302 сб. 2017г.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2







№131 сб. 2017 г.	Горох овощной отварной (консервированный)	30/1,5	0,93	1,32	1,95	23,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
№210 сб. 2017г.	Омлет натуральный	150	13,48	24	2,55	280	0,1	0,25	313,75	99,65	218,25	15,6	2,55							
№379 сб. 2017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13							
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33							
	Биойогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке)	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>536,5</b>	<b>23,61</b>	<b>31,37</b>	<b>48,96</b>	<b>567,38</b>	<b>0,27</b>	<b>13,55</b>	<b>334,05</b>	<b>242,43</b>	<b>338,25</b>	<b>32,9</b>	<b>3,61</b>							
	<b>Обед</b>																			
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или соленые ** (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	6	0,01	2,1	0	13,8	14,4	8,4	0,36							
№82 сб. 2017г.	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	250/10	1,8	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0	49,73	54,6	26,13	1,23							
№291 сб. 2017г.	Плов из птицы	90/150	21,62	10,74	43,74	358,4	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24							
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2							
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17							
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115	0,002	1,8	0	15,92	5,98	1,54	0,04							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>810</b>	<b>27,5</b>	<b>16,34</b>	<b>99,34</b>	<b>682,35</b>	<b>0,312</b>	<b>22,42</b>	<b>33,6</b>	<b>137,26</b>	<b>302,18</b>	<b>100,79</b>	<b>5,24</b>							
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>51,11</b>	<b>47,71</b>	<b>148,3</b>	<b>1249,73</b>	<b>0,582</b>	<b>35,97</b>	<b>367,65</b>	<b>379,69</b>	<b>640,43</b>	<b>133,69</b>	<b>8,85</b>								
	<b>Пятница: 2 недели.</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
№347 сб. 2021г.	Коглеты "Школьные"	90	13,77	9,9	11,97	191,7	0,13	0	27	45	122,4	18,9	1,87							
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из ячневой крупы)	150/5	8,88	6,3	39,93	251,88	0,22	0	0	15,31	210,72	140,35	4,71							
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36							
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33							
№338 сб. 2017г.	Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>595</b>	<b>25,54</b>	<b>16,94</b>	<b>93,62</b>	<b>632,48</b>	<b>0,42</b>	<b>14,83</b>	<b>27</b>	<b>99,71</b>	<b>350,72</b>	<b>172,45</b>	<b>9,91</b>							
	<b>Обед</b>																			
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,8	0,02	5,76	0	19,2	0	0	0,48							
№103 сб. 2017г.	Супл картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	29,2	67,58	27,28	1,13							
№289 сб. 2017г.	Рагу из птицы	90/150	17,57	14,6	20,85	285,26	0,123	16,05	28,8	39,2	120,52	49,37	2,51							
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2							
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17							
№388 сб. 2017г.	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	0,01	100	0	21,34	3,44	3,44	0,63							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>800</b>	<b>25,16</b>	<b>21,06</b>	<b>83,55</b>	<b>637,71</b>	<b>0,333</b>	<b>130,06</b>	<b>28,8</b>	<b>123,44</b>	<b>191,54</b>	<b>80,09</b>	<b>6,12</b>							
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>50,7</b>	<b>50,7</b>	<b>38</b>	<b>177,17</b>	<b>1270,19</b>	<b>0,753</b>	<b>144,89</b>	<b>55,8</b>	<b>223,15</b>	<b>542,26</b>	<b>252,54</b>	<b>16,03</b>							
	<b>Всего за 10 дней</b>	<b>487,21</b>	<b>483,08</b>	<b>1823,83</b>	<b>13940,41</b>	<b>7</b>	<b>489,11</b>	<b>1926,13</b>	<b>3959,6</b>	<b>6871,51</b>	<b>2020,95</b>	<b>118,73</b>								
	<b>Итого за 1 день пищевых веществ:</b>	<b>48,721</b>	<b>48,308</b>	<b>182,383</b>	<b>1394,041</b>	<b>0,7</b>	<b>48,911</b>	<b>192,613</b>	<b>395,96</b>	<b>687,151</b>	<b>202,095</b>	<b>11,873</b>								
	Проводится ежедневная С-витаминизация третьих блюд																			

\*-можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

\*\* - овощи подаются свежие или соленые в зависимости от сезона

При составлении использовать:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет оздоровительных учреждений Пермь 2012г. Под ред. А.Я. Перевалов  
 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт г. Москва 2017 г. Под ред М.П. Мозильный  
 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий Пермь 2021г. под ред. А.Я. Перевалов

	Всего за 10 дней завтраки	235,23	225,43	781,31	6182,68	2,98	136,58	1406,32	2520,90	3711,31	925,18	47,56
	Итого за 1 день пищевых веществ завтраки:	23,52	22,54	78,13	618,27	0,30	13,66	140,63	252,09	371,13	92,52	4,76
	Всего за 10 дней завтраки + обеды	487,21	483,08	1823,83	13940,41	7,00	489,11	1926,13	3959,63	6871,51	2020,95	118,73
	Итого за 1 день пищевых веществ обеды:	48,72	48,31	182,38	1394,04	0,70	48,91	192,61	395,96	687,15	202,10	11,87