

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «Мамырская СОШ»  
Приказ № \_\_\_\_\_ от 01 сентября 2022  
\_\_\_\_\_ Е. А. Зайченко



**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ  
МЕНЮ возраст 7-11 лет  
МКОУ «Мамырская СОШ»  
на 2022-2023 учебный год**

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	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/60	1,72	1,62	3,42	15,52	5,82	0,034	0,024	4,4	0	1,24	19,5	6,94	0,044	1,72	0,0048	0,0014	0,011
№ 210*	Омлет натуральный	1/150	10,4	11,65	2,72	259,31	0,26	0,05	0,53	305,4	1,9	86,52	103,3	16,67	2,92	95,53	0,0009	0,0052	0,75
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	47,81	1,11	0,03	0,013	8,37	0,1	15,99	17,69	12,89	0,34	2,43	0,007	0,0008	0,065
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,021	0	0	8,05	20,45	4,55	0,24	20,3	0,0015	0,0008	0,006
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/100	0,4	0,2	11,49	49	36	0,08	0,03	0	0	16	11,04	11	0,29	78,4	0,0064	0	0,022
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>545</b>	<b>17,87</b>	<b>15,19</b>	<b>54,52</b>	<b>488,13</b>	<b>43,2</b>	<b>0,259</b>	<b>0,634</b>	<b>318,2</b>	<b>2</b>	<b>134,8</b>	<b>193,6</b>	<b>54,3</b>	<b>4,404</b>	<b>217,4</b>	<b>0,0266</b>	<b>0,0081</b>	<b>0,994</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/60	1,23	1,74	5,87	44,16	0,73	0,006	0,025	8,4	0	5,62	12,88	0,12	0,024	0,68	0,013	0,008	0,006
№ 95**	Суп с рыбными консервами	1/200	6,87	6,72	11,46	133,8	0,29	0,08	0,116	12	2,6	136,2	41,22	7,88	1,01	6	0,0026	0,002	0,025
№ 259*	Жаркое по-домашнему	1/150/90	12,2	14,79	23,67	404,4	2,72	0,16	0,13	0	0,91	168,6	205,1	18,54	2,41	139,1	0,001	0,004	1,6
№ 348*	Компот из кураги	1/180	0,7	0,041	24,86	103,32	0,54	0,014	0,027	0	0	29,08	19,71	15,8	0,43	132,2	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
	<b>Итого обед:</b>	<b>740</b>	<b>25,48</b>	<b>23,931</b>	<b>91,86</b>	<b>813,86</b>	<b>4,28</b>	<b>0,33</b>	<b>0,338</b>	<b>20,4</b>	<b>3,51</b>	<b>355,7</b>	<b>323,9</b>	<b>49,79</b>	<b>4,724</b>	<b>320,2</b>	<b>0,0304</b>	<b>0,0149</b>	<b>1,878</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>43,35</b>	<b>39,121</b>	<b>146,38</b>	<b>1301,99</b>	<b>47,5</b>	<b>0,589</b>	<b>0,972</b>	<b>338,6</b>	<b>5,51</b>	<b>490,5</b>	<b>517,5</b>	<b>104,1</b>	<b>9,128</b>	<b>537,6</b>	<b>0,057</b>	<b>0,023</b>	<b>2,872</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: 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	1/35/10	4,2	3,7	10,37	108,5	0,07	0,028	0,056	36,05	0,43	57,54	40,2	8,71	0,31	31,1	0,0014	0,0028	0,078
№ 120*	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным	1/150/5	3,28	2,84	10,77	90	0,49	0,054	0,011	11,8	0,25	67,8	22,12	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	0,15	12,78	3,96	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 389*	Сок абрикосовый	1/180	0,9	0	23,4	95,04	10,6	0,039	0,069	0	0	18	32,4	18	0,04	63	0,0036	0	0,0026
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>580</b>	<b>9,81</b>	<b>6,798</b>	<b>64,9</b>	<b>374</b>	<b>13,7</b>	<b>0,151</b>	<b>0,152</b>	<b>47,85</b>	<b>0,83</b>	<b>163,12</b>	<b>120,3</b>	<b>37,1</b>	<b>1,63</b>	<b>216</b>	<b>0,016</b>	<b>0,0035</b>	<b>0,3976</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	1,02	15	0,21	0,012	0,06	0	0	13,8	14,4	1,4	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	0,042	0,037	13,52	0,93	39,62	15,95	3,45	0,05	5,6	0,0024	0,0005	0,011
№ 234*	Биточки рыбные	1/100	11,59	12,27	10,9	179,66	0,26	0,054	0,126	36,98	5,5	230,58	136,4	11,6	2,19	94,8	0,01	0,0098	0,772
№ 366**	Соус томатный	1/40	0,46	1,68	3,2	29,8	0,095	0,008	0,007	9,6	0,03	6,35	8,89	0,6	0,02	0,16	0	0	0,004
№ 310 *	Картофель отварной	1/150	2,85	4,31	23,01	142,35	1,1	0,15	0,094	0	0,05	64,64	79,72	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	3,09	3,09	0,57	9,3	0,008	0	0,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Банан	1/100	1,49	0,49	21	96	10	0,04	0,048	0	0	8	28	42	0,6	84	0,0048	0	0,14
	<b>Итого обед:</b>	<b>900</b>	<b>23,7</b>	<b>29,62</b>	<b>111,02</b>	<b>780,01</b>	<b>52,57</b>	<b>0,386</b>	<b>0,462</b>	<b>60,1</b>	<b>6,51</b>	<b>398,39</b>	<b>331,4</b>	<b>98,9</b>	<b>4,33</b>	<b>362</b>	<b>0,043</b>	<b>0,0112</b>	<b>1,226</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>33,51</b>	<b>36,42</b>	<b>175,92</b>	<b>1154,01</b>	<b>66,27</b>	<b>0,537</b>	<b>0,614</b>	<b>108</b>	<b>7,34</b>	<b>561,51</b>	<b>451,7</b>	<b>136</b>	<b>5,95</b>	<b>578</b>	<b>0,059</b>	<b>0,0147</b>	<b>1,6236</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	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/35/10	2,06	3,05	13,02	119	0	0,029	0,018	35	0,1	7,3	19,68	3,67	0,3	27,03	0,0008	0,0008	0,07
№ 223*	Запеканка из творога со сгущенным молоком	1/150/20	8,92	14,58	32	245	0,7	0,09	0,25	45,5	3,02	123,4	102,73	19,83	0,96	126,8	0,008	0,0062	0,337
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	34	0,027	0	0	0	0	1,99	2,52	1,26	0,25	0,6	0	0	0,062
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 386*	Кисломолочный напиток (Ряженка)	1/190	5,5	4,74	7,98	96,69	0,56	0,038	0,024	33,77	0,25	135	94,8	26,6	0,18	69,24	0,0016	0,0016	0,046
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>605</b>	<b>17,863</b>	<b>22,628</b>	<b>73,18</b>	<b>529,35</b>	<b>1,287</b>	<b>0,187</b>	<b>0,308</b>	<b>114,3</b>	<b>3,37</b>	<b>274,7</b>	<b>241,33</b>	<b>53,61</b>	<b>2,26</b>	<b>242,7</b>	<b>0,0164</b>	<b>0,0077</b>	<b>0,655</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 57**	Икра кабачковая пром.производства для детского питания	1/60	0,72	2,83	4,62	46,5	0,5	0,015	0,03	0	0	24	22,5	5	0,04	0,9	0,0024	0	0,01
№ 82*	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/200/10	2	9,01	13,08	109,64	0,54	0,048	0,049	13,52	0,84	50,7	23,68	3,01	0,1	4,82	0,0042	0,0005	0,024
№ 294*	Котлеты рубленые из курицы	1/100	14,12	15,07	13,18	211,66	0,81	0,2	0,17	18,42	0,75	170,9	72	6,98	1,25	105,8	0,0014	0,0034	0,31
№ 367**	Соус томатный с овощами	1/40	0,58	2,83	5,03	47,96	0,094	0,011	0,014	16,64	0,04	9,44	14,69	0,39	0,03	0,8	0	0	0,006
№ 305*	Рис припущенный	1/150	3,63	4,29	36,66	199,95	0	0,024	0,019	0	0,05	2,41	60,6	19	0,02	40,24	0,0017	0,0005	0,005
№ 358*	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	1/180	0,38	0,1	34,75	141,84	1,99	0,005	0,01	0	0	38,59	16,65	4,37	0,02	37,37	0,004	0	0,005
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
	<b>Итого обед:</b>	<b>800</b>	<b>25,91</b>	<b>34,77</b>	<b>133,32</b>	<b>885,73</b>	<b>3,934</b>	<b>0,373</b>	<b>0,332</b>	<b>48,58</b>	<b>1,68</b>	<b>312,2</b>	<b>255,09</b>	<b>46,2</b>	<b>2,31</b>	<b>232,1</b>	<b>0,0215</b>	<b>0,0053</b>	<b>0,507</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>43,773</b>	<b>57,398</b>	<b>206,5</b>	<b>1415,08</b>	<b>5,221</b>	<b>0,56</b>	<b>0,64</b>	<b>162,9</b>	<b>5,05</b>	<b>586,9</b>	<b>496,42</b>	<b>99,81</b>	<b>4,57</b>	<b>474,8</b>	<b>0,0379</b>	<b>0,013</b>	<b>1,162</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	Са	Р	Mg	Fe	К	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	0,003	0,036	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	164,54	0,65	0,068	0,095	37,36	0,24	71,14	86,9	25,37	0,57	105,4	0,0009	0,0008	0,14
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,67	3,18	15,82	96,74	1,42	0,05	0,016	21,96	0,1	107	112	19,2	0,43	9,47	0,001	0,001	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,021	0	0	8,05	20,5	4,55	0,24	20,3	0,0015	0,0008	0,0061
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 389*	Сок вишневый	1/180	1,26	0,36	20,52	90,36	12,52	0,019	0,039	0	0	12,6	32,4	10,8	0,054	90	0,0036	0	0,0008
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>590</b>	<b>15,86</b>	<b>15,66</b>	<b>89,68</b>	<b>545,46</b>	<b>14,87</b>	<b>0,205</b>	<b>0,233</b>	<b>120,3</b>	<b>0,96</b>	<b>258,2</b>	<b>306</b>	<b>67,67</b>	<b>1,954</b>	<b>257,2</b>	<b>0,0143</b>	<b>0,0045</b>	<b>0,4089</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/60	1,72	1,62	3,42	15,52	5,82	0,034	0,024	4,4	0	1,24	19,5	6,94	0,044	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	0,074	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	18,65	2,16	139,7	0,003	0,0045	0,87
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,59	0,081	28,81	119,52	0,65	0,014	0,021	0	0	29,23	21,1	15,71	0,4	206,8	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,4	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/100	0,4	0,4	9,8	47	8,4	0,029	0,02	0	0	16	11	9,04	1,66	118	0,005	0	0,027
	<b>Итого обед:</b>	<b>840</b>	<b>27,32</b>	<b>31,97</b>	<b>97,59</b>	<b>657,11</b>	<b>17,91</b>	<b>0,351</b>	<b>0,305</b>	<b>4,4</b>	<b>0,87</b>	<b>257,7</b>	<b>360</b>	<b>66,83</b>	<b>5,194</b>	<b>512,2</b>	<b>0,0302</b>	<b>0,0073</b>	<b>1,175</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>43,18</b>	<b>47,63</b>	<b>187,27</b>	<b>1202,57</b>	<b>32,78</b>	<b>0,556</b>	<b>0,538</b>	<b>124,7</b>	<b>1,83</b>	<b>515,9</b>	<b>666</b>	<b>134,5</b>	<b>7,148</b>	<b>769,4</b>	<b>0,0445</b>	<b>0,0118</b>	<b>1,5839</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	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 3*	Бутерброд с сыром	1/35/10	4,2	3,7	10,37	108,5	0,07	0,028	0,056	36,05	0,43	57,5	40,2	8,71	0,31	31,08	0,0014	0,0028	0,078
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3,6	0,28	63	0	0,03	0,018	100	2,53	22	36,8	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	0,82	0,14	0,014	40,86	0,21	87,8	72,26	42,73	1,22	105,33	0,0009	0,0007	0,3
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	2,84	2,41	18,82	80,54	1,17	0,039	0,014	18	0,1	73,2	81	12,6	0,12	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Банан	1/100	1,49	0,49	21	96	10	0,04	0,048	0	0	8	28	42	0,6	84	0,0048	0	0,14
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>540</b>	<b>17,43</b>	<b>17,47</b>	<b>88,32</b>	<b>591,67</b>	<b>12,1</b>	<b>0,307</b>	<b>0,166</b>	<b>194,9</b>	<b>3,27</b>	<b>256</b>	<b>279,9</b>	<b>113,1</b>	<b>3,82</b>	<b>308,51</b>	<b>0,0281</b>	<b>0,0077</b>	<b>1,138</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Помидор соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,012	0,012	0	0	6	21	9	0,048	0,56	0,0023	0	0,012
№ 88*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/200/10	1,97	5,95	8,66	121,44	1,62	0,054	0,049	13,52	0,9	70,3	19,2	7,7	0,066	4,66	0,0025	0,0005	0,016
№ 290*	Курица, тушенная в соусе	1/100	11,65	11,66	3,51	166	0,68	0,04	0,09	15,1	0,86	130	79	16,9	0,7	101,16	0,001	0,0038	0,17
№ 309*	Макаронные изделия отварные	1/150	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,055	0,025	0	0,05	4,86	37,17	21,12	0,01	30,3	0,008	0,0009	0,002
№ 389*	Сок персиковый	1/180	0,54	0,18	27,36	113,22	0,72	0,019	0,019	0	0	18	32,4	12,6	0,054	106	0,0036	0	0,013
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
	<b>Итого обед:</b>	<b>760</b>	<b>24,63</b>	<b>18,49</b>	<b>94,07</b>	<b>709,29</b>	<b>3,32</b>	<b>0,25</b>	<b>0,235</b>	<b>28,62</b>	<b>1,81</b>	<b>246</b>	<b>233,7</b>	<b>74,77</b>	<b>1,728</b>	<b>284,88</b>	<b>0,0252</b>	<b>0,0061</b>	<b>0,36</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>42,06</b>	<b>35,96</b>	<b>182,39</b>	<b>1300,96</b>	<b>15,4</b>	<b>0,557</b>	<b>0,401</b>	<b>223,5</b>	<b>5,08</b>	<b>501</b>	<b>513,6</b>	<b>187,9</b>	<b>5,548</b>	<b>593,39</b>	<b>0,0533</b>	<b>0,0139</b>	<b>1,498</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	Ca	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/35/10	2,06	3,05	13,02	119	0	0,029	0,018	35	0,1	7,3	19,68	3,67	0,3	27,03	0,0008	0,0008	0,07
№ 224*	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	1/150/20	8,92	14,8	29,07	262,14	1,36	0,011	0,43	74,07	3	151,6	108,9	15,8	1,14	92,4	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	12,78	3,96	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
Пром. выпуск	Пряник	1/20	1,31	0,46	5,62	63,33	0,84	0,06	0,013	0	0	4,4	2,33	1,33	0,046	12,86	0,0006	0,0006	0,001
№ 386*	Кисломолочный напиток (Кефир)	1/190	5,5	4,74	7,6	69,66	1,32	0,07	0,032	38	0,25	128	91	26,6	0,18	73,88	0,0016	0,0016	0,046
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>625</b>	<b>19,22</b>	<b>23,308</b>	<b>75,67</b>	<b>594,59</b>	<b>6,06</b>	<b>0,2</b>	<b>0,509</b>	<b>147,1</b>	<b>3,5</b>	<b>311,1</b>	<b>247,4</b>	<b>51,8</b>	<b>2,556</b>	<b>227,1</b>	<b>0,017</b>	<b>0,0109</b>	<b>0,737</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/60	1,23	1,74	5,87	44,16	0,73	0,006	0,025	8,4	0	5,62	12,88	0,12	0,024	0,68	0,013	0,008	0,006
№ 102*	Суп картофельный с бобовыми	1/200	4,39	4,21	13,22	118,6	0,66	0,18	0,058	0	0	34,14	50,48	18,5	0,064	3,82	0,0027	0,0025	0,016
№ 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	20,32	0,87	154,2	169,9	20,2	1,52	77,22	0,003	0,007	0,38
№ 321*	Капуста тушеная	1/150	3,09	4,85	10,78	112,65	7,74	0,04	0,055	0	0,05	83,17	60,21	31	0,021	106,4	0,0016	0	0,005
№ 348*	Компот из кураги	1/180	0,7	0,041	24,86	103,32	0,54	0,014	0,027	0	0	29,08	19,71	15,8	0,43	132,2	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338*	Фрукт Апельсин	1/100	0,4	0,2	11,49	49	36	0,08	0,03	0	0	16	11,04	11	0,29	78,4	0,0064	0	0,022
	<b>Итого обед:</b>	<b>855</b>	<b>27,65</b>	<b>33,461</b>	<b>103,81</b>	<b>834,55</b>	<b>46</b>	<b>0,47</b>	<b>0,375</b>	<b>28,72</b>	<b>0,92</b>	<b>338,5</b>	<b>369,2</b>	<b>104</b>	<b>3,199</b>	<b>440,9</b>	<b>0,0405</b>	<b>0,0184</b>	<b>0,676</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>46,87</b>	<b>56,769</b>	<b>179,48</b>	<b>1429,14</b>	<b>52</b>	<b>0,67</b>	<b>0,884</b>	<b>175,8</b>	<b>4,42</b>	<b>649,5</b>	<b>616,6</b>	<b>156</b>	<b>5,755</b>	<b>668,1</b>	<b>0,0575</b>	<b>0,0293</b>	<b>1,413</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	Ca	Р	Mg	Fe	К	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	0,003	0,036	21	0,5	50	30	5,5	0,07	10	0,0005	0,0019	0,017
№ 182*	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	1/150/5	2,59	6,55	30,57	205,02	0,82	0,042	0,011	40,9	0,28	71,86	27,32	21,22	0,35	75,95	0,007	0,0008	0,08
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,67	3,18	15,82	96,74	1,42	0,05	0,016	22	0,1	107	112,1	19,2	0,43	9,47	0,001	0,001	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,021	0	0	8,05	20,45	4,55	0,24	20,3	0,0015	0,0008	0,0061
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/100	0,4	0,4	9,8	47	8,4	0,029	0,02	0	0	16	11,04	9,04	1,66	118	0,005	0	0,027
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>13,45</b>	<b>15,63</b>	<b>79,9</b>	<b>542,58</b>	<b>10,92</b>	<b>0,189</b>	<b>0,13</b>	<b>124</b>	<b>1</b>	<b>262,3</b>	<b>225,5</b>	<b>61,76</b>	<b>3,34</b>	<b>255,7</b>	<b>0,0218</b>	<b>0,0045</b>	<b>0,3751</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	1,02	15	0,21	0,012	0,06	0	0	13,8	14,4	1,4	0,036	0,6	0,002	0	0,009
№ 96*	Рассольник ленинградский со сметаной	1/200/10	2,17	7,06	13,92	125,44	0,7	0,08	0,057	13,5	1,05	64,24	15,38	9,34	0,074	4,12	0,0042	0,0006	0,018
№ 229*	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/100	9,75	4,95	3,8	105	3,73	0,05	0,05	5,82	4,8	299,1	162,2	28,53	1,001	95,21	0,01	0,0097	0,51
№ 128*	Картофельное пюре	1/150	3,1	9,15	17,98	172,85	5,8	0,142	0,114	50	0,1	71,65	87,02	27,4	0,05	136,6	0,0016	0,0003	0,012
№ 389*	Сок виноградный	1/180	0,54	0,36	29,34	122,76	1,8	0,03	0,019	0	0	36	21,6	16,2	0,072	90	0,0036	0	0,018
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
	<b>Итого обед:</b>	<b>760</b>	<b>20,52</b>	<b>22,22</b>	<b>92,06</b>	<b>669,23</b>	<b>12,24</b>	<b>0,384</b>	<b>0,34</b>	<b>69,3</b>	<b>5,95</b>	<b>501</b>	<b>345,6</b>	<b>90,32</b>	<b>2,083</b>	<b>368,7</b>	<b>0,0292</b>	<b>0,0115</b>	<b>0,714</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>33,97</b>	<b>37,85</b>	<b>171,96</b>	<b>1211,81</b>	<b>23,16</b>	<b>0,573</b>	<b>0,47</b>	<b>193</b>	<b>6,95</b>	<b>763,3</b>	<b>571,1</b>	<b>152,1</b>	<b>5,423</b>	<b>624,4</b>	<b>0,051</b>	<b>0,0159</b>	<b>1,0891</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	1/35/10	4,2	3,7	10,37	108,5	0,07	0,028	0,056	36,05	0,43	57,54	40,2	8,71	0,31	31,08	0,001	0,0028	0,078
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3,6	0,28	63	0	0,03	0,018	100	2,53	22	36,8	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	0,056	0,011	40,86	0,27	74,46	33,27	14,3	0,35	72,44	0,008	0,0009	0,08
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	34	0,027	0	0	0	0	1,99	2,52	1,26	0,25	0,6	0	0	0,062
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 389*	Сок яблочный	1/180	0,9	0	18,18	76,32	11,8	0,019	0,019	0	0	12,6	12,6	7,2	0,97	108	0,006	0	0,027
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>620</b>	<b>13,863</b>	<b>15,108</b>	<b>78,85</b>	<b>521,5</b>	<b>12,72</b>	<b>0,163</b>	<b>0,12</b>	<b>176,9</b>	<b>3,23</b>	<b>175,6</b>	<b>147</b>	<b>38,52</b>	<b>3,45</b>	<b>287,1</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0079</b>	<b>0,837</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 57**	Икра кабачковая пром.производства для детского питания	1/60	0,72	2,83	4,62	46,5	0,5	0,015	0,03	0	0	24	22,5	5	0,042	0,9	0,002	0	0,01
№ 101*	Суп картофельный с крупой	1/200	1,18	2,17	9,69	68,6	0,6	0,072	0,044	0	0	21,36	14,78	8,22	0,07	5,13	0,003	0,0007	0,017
№ 261*	Печень, тушенная в соусе	1/100	12,66	9,76	3,81	159	3,86	0,19	1,04	2137	4,5	295,6	223,3	14,8	4,72	100,3	0,01	0,016	1,18
№ 304*	Рис отварной	1/150	3,65	5,37	36,68	209,7	0	0,025	0,019	0	0,05	1,36	60,94	16,33	0,052	40,57	0,002	0,0005	0,013
№ 348*	Компот из изюма	1/180	0,31	0,068	26,86	109,98	0	0,068	0,019	0	0	18,28	17,42	7,3	0,4	112,6	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	5,2	0,28	23,2	0,002	0,0009	0,007
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Банан	1/100	1,49	0,49	21	96	10	0,04	0,048	0	0	8	28	42	0,6	84	0,005	0	0,14
	<b>Итого обед:</b>	<b>850</b>	<b>24,49</b>	<b>21,328</b>	<b>128,66</b>	<b>817,96</b>	<b>14,96</b>	<b>0,48</b>	<b>1,24</b>	<b>2137</b>	<b>4,55</b>	<b>384,8</b>	<b>411,9</b>	<b>101,1</b>	<b>6,734</b>	<b>385,7</b>	<b>0,035</b>	<b>0,0181</b>	<b>1,607</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>38,353</b>	<b>36,436</b>	<b>207,51</b>	<b>1339,46</b>	<b>27,68</b>	<b>0,643</b>	<b>1,36</b>	<b>2314</b>	<b>7,78</b>	<b>560,4</b>	<b>558,9</b>	<b>139,6</b>	<b>10,18</b>	<b>672,8</b>	<b>0,065</b>	<b>0,026</b>	<b>2,444</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	Ca	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	<b>Завтрак</b>																		
№ 1*	Бутерброд с маслом сливочным	1/35/10	2,06	3,05	13,02	119	0	0,029	0,018	35	0,1	7,3	19,68	3,67	0,3	27,03	0,0008	0,0008	0,07
№ 216**	Макароны запеченные с сыром	1/150	8,17	6,94	25,58	220,8	0,16	0,06	0,009	86,4	0,2	81,4	51,56	5,24	0,92	52,44	0,0015	0,0024	0,23
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	47,81	1,11	0,03	0,013	8,37	0,1	15,99	17,69	12,89	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
Пром. выпуск	Печенье овсяное	1/20	1,24	0,47	6,28	43,3	0,18	0,06	0,016	0	0	4,86	2,66	2,86	0,04	12,2	0	0,0006	0,01
№ 386*	Кисломолочный напиток (Бийогурут)	1/190	3,81	4,74	9,28	78,11	3,01	0,33	0,032	21,1	0,25	138,9	98,77	18,15	0,1	74,39	0,0016	0,0015	0,25
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>605</b>	<b>17,87</b>	<b>16,57</b>	<b>74,15</b>	<b>543,68</b>	<b>4,46</b>	<b>0,539</b>	<b>0,104</b>	<b>151</b>	<b>0,65</b>	<b>255,4</b>	<b>211,96</b>	<b>45,06</b>	<b>2,27</b>	<b>187,5</b>	<b>0,0169</b>	<b>0,006</b>	<b>0,765</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Помидор соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,012	0,012	0	0	6	21	9	0,05	0,56	0,0023	0	0,012
№ 108*	Суп картофельный с клецками	1/200	2,84	3,67	15,03	115,4	1,6	0,084	0,06	16,8	1,4	56,72	57,78	20,28	0,09	3,46	0,0042	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	121,8	154,15	22,03	3,06	75,2	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	54,82	203,92	95,82	2,56	159,5	0,0016	0,0007	0,64
№ 348*	Компот из чернослива	1/180	0,31	0,09	21,24	88,56	0,4	0,003	0,014	0	0	18,28	11,21	15,5	0,4	117,2	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Апельсин	1/100	0,4	0,2	11,49	49	36	0,08	0,03	0	0	16	11,04	11	0,29	78,4	0,0064	0	0,022
	<b>Итого обед:</b>	<b>850</b>	<b>31,65</b>	<b>27,54</b>	<b>117,39</b>	<b>857,89</b>	<b>39,22</b>	<b>0,479</b>	<b>0,352</b>	<b>16,8</b>	<b>2,43</b>	<b>289,8</b>	<b>504,07</b>	<b>181,1</b>	<b>7,3</b>	<b>476,5</b>	<b>0,0323</b>	<b>0,0075</b>	<b>1,701</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>49,52</b>	<b>44,11</b>	<b>191,54</b>	<b>1401,57</b>	<b>43,68</b>	<b>1,018</b>	<b>0,456</b>	<b>168</b>	<b>3,08</b>	<b>545,3</b>	<b>716,03</b>	<b>226,1</b>	<b>9,57</b>	<b>664</b>	<b>0,0492</b>	<b>0,0135</b>	<b>2,466</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: 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	1/60	1,72	1,62	3,42	15,52	5,82	0,034	0,024	4,4	0	1,24	19,5	6,94	0,04	1,72	0,0048	0,0014	0,011
№ 210*	Омлет натуральный	1/150	10,4	11,65	2,72	259,31	0,26	0,05	0,53	305,4	1,9	86,52	103,3	16,67	2,92	95,53	0,0009	0,0052	0,75
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	2,84	2,41	18,82	80,54	1,17	0,039	0,014	18	0,1	73,2	81	12,6	0,12	13,1	0,007	0,0009	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,021	0	0	8,05	20,45	4,55	0,24	20,3	0,0015	0,0008	0,0061
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,66	0	0,03	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
Пром. выпуск	Зефир	1/20	1,24	0,5	12,95	50	0,18	0,06	0,016	0	0	4,2	3,33	4,86	0,05	19,53	0,0006	0,0006	0,012
№ 386*	Кисломолочный напиток (Снежок)	1/190	3,67	4,72	8,44	78,11	3,01	0,25	0,015	12,66	0,16	152	92,31	9,71	0,08	74,73	0,0016	0,014	0,021
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>655</b>	<b>23,95</b>	<b>21,49</b>	<b>69,93</b>	<b>599,97</b>	<b>10,44</b>	<b>0,498</b>	<b>0,636</b>	<b>340,4</b>	<b>2,16</b>	<b>332,2</b>	<b>341,49</b>	<b>57,58</b>	<b>4,03</b>	<b>243,9</b>	<b>0,0224</b>	<b>0,0139</b>	<b>0,9701</b>
	<b>Обед</b>																		
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/60	0,48	0,06	1,02	15	0,21	0,012	0,06	0	0	13,8	14,4	1,4	0,04	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	0,066	0,049	13,52	0,95	68,8	19,42	16,6	0,06	3,72	0,0018	0,0006	0,015
№ 291*	Плов из курицы	1/200	15,25	9,42	32,16	274,8	1,42	0,1	0,12	17,52	0,92	157,5	157,8	18,63	1,77	106,3	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	0,0054	0,01	0	0	38,59	16,65	4,37	0,02	37,37	0,004	0	0,005
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,16	0,4	19,32	93,52	0	0,04	0,024	0	0	9,2	23,37	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	0,016	0	0	7	21,6	2,25	0,57	19	0,006	0	0,14
№ 338 *	Фрукт Яблоко	1/100	0,4	0,4	9,8	47	8,4	0,029	0,02	0	0	16	11,04	9,04	1,66	118	0,005	0	0,027
	<b>Итого обед:</b>	<b>810</b>	<b>22,82</b>	<b>19,6</b>	<b>115,38</b>	<b>722,66</b>	<b>13,32</b>	<b>0,2824</b>	<b>0,299</b>	<b>31,04</b>	<b>1,87</b>	<b>310,8</b>	<b>264,28</b>	<b>57,49</b>	<b>4,4</b>	<b>308,2</b>	<b>0,0216</b>	<b>0,0045</b>	<b>0,643</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>46,77</b>	<b>41,09</b>	<b>185,31</b>	<b>1322,63</b>	<b>23,76</b>	<b>0,7804</b>	<b>0,935</b>	<b>371,5</b>	<b>4,03</b>	<b>643,1</b>	<b>605,77</b>	<b>115,1</b>	<b>8,43</b>	<b>552,1</b>	<b>0,044</b>	<b>0,0185</b>	<b>1,6131</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	Мg	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>	16,7186	16,9852	74,91	533,093	12,9704	0,2698	0,2992	173,461	2,097	242,291	231,48	58,054	2,9708	244,349	0,0209	0,007472	0,7278
<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>	25,417	26,2931	108,516	774,829	20,7719	0,37858	0,42782	244,504	3,01	339,458	339,87	87,047	4,1998	369,144	0,03089	0,010477	1,0487
<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>	42,1356	43,2783	183,426	1307,922	33,7423	0,64838	0,72702	417,965	5,107	581,749	571,34	145,101	7,1706	613,493	0,05179	0,017949	1,7765