

**«Утверждаю»**  
**Директор МБОУ «Торбеевская средняя**  
**общеобразовательная школа № 1»**  
**Е.И. Лисюшкина**  
**«27» февраля 2025 года**



## **ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**питания обучающихся**  
**МБОУ «Торбеевская средняя общеобразовательная школа №1»**  
**2024 -2025 учебный год**

**весенний рацион**  
**(с 1 марта по 31 мая)**

**1 ДЕНЬ**  
7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	6,8	29,1	200,9	0,2	0	0	3,4	0,1	15,3	88,9	133,1	3,1	13
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0	11,5	47,1	0	0,1	0	0	0	21,9	9,9	12,6	1,3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (поштучно)	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	0	0,6	0	16	8	11	2,2	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>13,4</b>	<b>20,1</b>	<b>70,6</b>	<b>519,3</b>	<b>0,3</b>	<b>10,2</b>	<b>0,07</b>	<b>4,9</b>	<b>0,1</b>	<b>195,4</b>	<b>125,3</b>	<b>267,3</b>	<b>7,6</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	100	1,0	6,1	3,7	75,2	0,0	16,7	0,1	2,7	0	18,5	16,2	34,3	1,0	26.1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	9,7	9,5	18,8	199,1	0,3	4,8	0,2	4,1	0	45,1	36,6	112,3	2,5	34
СОСИСКА ДЕТСКАЯ	80	8,96	19,52	0,32	212,8	0,16	0	0	0,32	0	28,8	16	129,6	1,6	54.1
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,9	11,5	44,6	321,9	0,2	0	0,1	5,5	0,2	26,3	146,0	218,3	5	41
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0	18,5	1,8	0	0	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>908</b>	<b>36,54</b>	<b>47,34</b>	<b>132,3</b>	<b>1102,7</b>	<b>0,85</b>	<b>21,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,68</b>	<b>0,2</b>	<b>147,34</b>	<b>242,22</b>	<b>578,26</b>	<b>13,02</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>49,94</b>	<b>67,44</b>	<b>202,9</b>	<b>1622,0</b>	<b>1,15</b>	<b>31,7</b>	<b>0,47</b>	<b>19,58</b>	<b>0,3</b>	<b>342,74</b>	<b>367,52</b>	<b>845,56</b>	<b>20,62</b>	

12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	6,8	29,1	200,9	0,2	0	0	3,4	0,1	15,3	88,9	133,1	3,1	13
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0	11,5	47,1	0	0,1	0	0	0	21,9	9,9	12,6	1,3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (поштучно)	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	0	0,6	0	16	8	11	2,2	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>13,4</b>	<b>20,1</b>	<b>70,6</b>	<b>519,3</b>	<b>0,3</b>	<b>10,2</b>	<b>0,07</b>	<b>4,9</b>	<b>0,1</b>	<b>195,4</b>	<b>125,3</b>	<b>267,3</b>	<b>7,6</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	100	1,0	6,1	3,7	75,2	0,0	16,7	0,1	2,7	0	18,5	16,2	34,3	1,0	6.1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	9,7	9,5	18,8	199,1	0,3	4,8	0,2	4,1	0	45,1	36,6	112,3	2,5	11
СОСИСКА ДЕТСКАЯ	80	8,96	19,52	0,32	212,8	0,16	0	0	0,32	0	28,8	16	129,6	1,6	31.1
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,9	11,5	44,6	321,9	0,2	0	0,1	5,5	0,2	26,3	146,0	218,3	5	18
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0	18,5	1,8	0	0	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>908</b>	<b>36,54</b>	<b>47,34</b>	<b>132,3</b>	<b>1102,7</b>	<b>0,85</b>	<b>21,5</b>	<b>0,4</b>	<b>14,68</b>	<b>0,2</b>	<b>147,34</b>	<b>242,22</b>	<b>578,26</b>	<b>13,02</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>49,94</b>	<b>67,44</b>	<b>202,9</b>	<b>1622,0</b>	<b>1,15</b>	<b>31,7</b>	<b>0,47</b>	<b>19,58</b>	<b>0,3</b>	<b>342,74</b>	<b>367,52</b>	<b>845,56</b>	<b>20,62</b>	

**2 ДЕНЬ 7-11 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг		
<b>ЗАВТРАК</b>																
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	24,4	0,9	277,4	0,1	0	0,4	5,3	2,5	59,8	12,2	191,8	2,4	19	
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	25	0,8	0,1	1,6	10	0	2,5	0	0,3	0	5	5,3	15,5	0,2	10	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,3	0	12,5	51,1	0	0	0	0	0	7,9	5,6	10,4	0,2	57	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21	
ПЕЧЕНЬЕ	60	4,44	5,64	43,96	244,2	0,08	0	0	0	0	15,6	18,0	50,4	0,84	28	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>25,74</b>	<b>37,4</b>	<b>79,16</b>	<b>807,0</b>	<b>0,28</b>	<b>2,6</b>	<b>0,47</b>	<b>6,5</b>	<b>2,5</b>	<b>230,5</b>	<b>59,6</b>	<b>378,7</b>	<b>4,64</b>		
<b>ОБЕД</b>																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	5,2	11,2	96,5	0	5,3	0	2,4	0	26,6	15,3	28,9	1,4	25	
БОРЩ С МЯСОМ	250	6,7	10,2	15,2	178,3	0,1	12,7	0,3	2,4	0	62,8	37,0	101,2	2,0	38	
РЫБА ОТВАРНАЯ	100	9,3	3,6	6,9	97,1	0,1	1,1	0,8	0,4	0	53,5	38,9	130,0	0,8	54	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3	5,5	24,3	158,4	0,2	12,3	0	0,3	0,1	22,4	32,3	82,7	1,5	45	
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИ-	200	0,3	0,1	32,9	132,8	0	0,5	0	0	0	13,7	3,6	10,7	0,7	61	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>928</b>	<b>27,38</b>	<b>25,32</b>	<b>135,98</b>	<b>879,4</b>	<b>0,59</b>	<b>31,9</b>	<b>1,1</b>	<b>7,56</b>	<b>0,1</b>	<b>199,14</b>	<b>152,72</b>	<b>437,26</b>	<b>9,32</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>53,12</b>	<b>62,72</b>	<b>215,14</b>	<b>1686,4</b>	<b>0,87</b>	<b>34,5</b>	<b>1,57</b>	<b>14,06</b>	<b>2,6</b>	<b>429,64</b>	<b>212,32</b>	<b>815,96</b>	<b>13,96</b>		

**12-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг		
<b>ЗАВТРАК</b>																
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	24,4	0,9	277,4	0,1	0	0,4	5,3	2,5	59,8	12,2	191,8	2,4	19	
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	25	0,8	0,1	1,6	10	0	2,5	0	0,3	0	5	5,3	15,5	0,2	10	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,3	0	12,5	51,1	0	0	0	0	0	7,9	5,6	10,4	0,2	57	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21	
ПЕЧЕНЬЕ	60	4,44	5,64	43,96	244,2	0,08	0	0	0	0	15,6	18,0	50,4	0,84	28	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>25,74</b>	<b>37,4</b>	<b>79,16</b>	<b>807,0</b>	<b>0,28</b>	<b>2,6</b>	<b>0,47</b>	<b>6,5</b>	<b>2,5</b>	<b>230,5</b>	<b>59,6</b>	<b>378,7</b>	<b>4,64</b>		
<b>ОБЕД</b>																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	5,2	11,2	96,5	0	5,3	0	2,4	0	26,6	15,3	28,9	1,4	5	
БОРЩ С МЯСОМ	250	6,7	10,2	15,2	178,3	0,1	12,7	0,3	2,4	0	62,8	37,0	101,2	2,0	15	
РЫБА ОТВАРНАЯ	100	9,3	3,6	6,8	96,8	0,1	1,1	0,8	0,4	0	53,4	38,9	129,9	0,8	31	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3	5,5	24,3	158,4	0,2	12,3	0	0,3	0,1	22,4	32,3	82,7	1,5	22	
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ	200	0,3	0,1	32,9	132,8	0	0,5	0	0	0	13,7	3,6	10,7	0,7	36	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>928</b>	<b>27,38</b>	<b>25,32</b>	<b>135,98</b>	<b>879,4</b>	<b>0,59</b>	<b>31,9</b>	<b>1,1</b>	<b>7,56</b>	<b>0,1</b>	<b>199,14</b>	<b>152,72</b>	<b>437,26</b>	<b>9,32</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>53,12</b>	<b>62,72</b>	<b>215,14</b>	<b>1686,4</b>	<b>0,87</b>	<b>34,5</b>	<b>1,57</b>	<b>14,06</b>	<b>2,6</b>	<b>429,64</b>	<b>212,32</b>	<b>815,96</b>	<b>13,96</b>		

**3 ДЕНЬ**  
7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,3	5,5	31,1	189,9	0,1	0	0	1,2	0,1	14,5	7,6	34,2	0,4	14
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,4	0	11,7	49,7	0	1,3	0	0	0	24,7	10,7	14,1	1,4	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	22
ГРУША (поштучно)	100	0,4	0,3	10,3	47	0	5	0	0,4	0	19	12	16	2	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>11,7</b>	<b>10,4</b>	<b>73,2</b>	<b>435,9</b>	<b>0,2</b>	<b>6,4</b>	<b>0</b>	<b>2,4</b>	<b>0,1</b>	<b>199,4</b>	<b>48,8</b>	<b>172,9</b>	<b>4,8</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	4,7	9,5	7,10	133,5	0	3,4	0	2,2	0	159,6	21,8	107,2	1,3	25.1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	6,6	9,4	23,9	205,5	0,1	4,8	0,2	2,4	0	30,5	29,8	98,6	1,4	35
БЕФСТРОГАНОВ	80	12,5	18,3	4,7	234,9	0	1,2	0	2,8	0	24,3	16,2	117,0	1,7	47
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНО-КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	150	5,6	4,7	35,9	208,5	0,1	0	0	1,2	0,1	16,2	8,0	43,3	1,1	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>878</b>	<b>36,48</b>	<b>42,72</b>	<b>137,98</b>	<b>1083,0</b>	<b>0,39</b>	<b>10,0</b>	<b>0,2</b>	<b>10,76</b>	<b>0,1</b>	<b>261,54</b>	<b>104,32</b>	<b>451,36</b>	<b>8,72</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>48,18</b>	<b>53,12</b>	<b>211,18</b>	<b>1518,9</b>	<b>0,59</b>	<b>16,4</b>	<b>0,2</b>	<b>13,16</b>	<b>0,2</b>	<b>460,94</b>	<b>153,12</b>	<b>624,26</b>	<b>13,52</b>	

**12-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,3	5,5	31,1	189,9	0,1	0	0	1,2	0,1	14,5	7,6	34,2	0,4	14
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,4	0	11,7	49,7	0	1,3	0	0	0	24,7	10,7	14,1	1,4	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	22
ГРУША (поштучно)	100	0,4	0,3	10,3	47	0	5	0	0,4	0	19	12	16	2	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>11,7</b>	<b>10,4</b>	<b>73,2</b>	<b>435,9</b>	<b>0,2</b>	<b>6,4</b>	<b>0</b>	<b>2,4</b>	<b>0,1</b>	<b>199,4</b>	<b>48,8</b>	<b>172,9</b>	<b>4,8</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	4,7	9,5	7,10	133,5	0	3,4	0	2,2	0	159,6	21,8	107,2	1,3	5.1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	6,6	9,4	23,9	205,5	0,1	4,8	0,2	2,4	0	30,5	29,8	98,6	1,4	12
БЕФСТРОГАНОВ	100	15,6	23,0	5,9	293,5	0	1,6	0	3,4	0	30,0	20,3	146,3	2,0	24
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	6,7	5,7	43,1	250,1	0,1	0	0	1,4	0,1	19,3	9,6	51,8	1,3	19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>928</b>	<b>40,68</b>	<b>48,42</b>	<b>146,38</b>	<b>1183,2</b>	<b>0,39</b>	<b>10,4</b>	<b>0,2</b>	<b>11,56</b>	<b>,1</b>	<b>270,34</b>	<b>110,02</b>	<b>489,16</b>	<b>9,22</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>52,38</b>	<b>58,82</b>	<b>219,58</b>	<b>1619,1</b>	<b>0,59</b>	<b>16,8</b>	<b>0,2</b>	<b>13,96</b>	<b>0,2</b>	<b>469,74</b>	<b>158,82</b>	<b>662,06</b>	<b>14,02</b>	

**4 ДЕНЬ**  
7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	200	43,3	8,5	33,1	386,8	0,1	0,4	0	2,6	0,1	211,4	46,8	332,7	1,3	20
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1	0,6	19,8	88,7	0	0	0	0	0	9,5	16,3	23,6	0,8	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
ЗЕФИР	50	0,4	0,05	39,9	163,0	0	0	0	0	0	12,5	3,0	6,0	0,07	30
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>47,9</b>	<b>17,65</b>	<b>113,0</b>	<b>808,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,07</b>	<b>3,5</b>	<b>0,1</b>	<b>243,6</b>	<b>79,3</b>	<b>397,9</b>	<b>2,97</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИ-	60	1,1	5,3	4,6	71,4	0	4,2	0,1	0	0	24,6	9	22,2	0,4	65
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕ-	250	6,1	10,6	10,0	157,8	0	12,8	0,2	2,2	0	52,9	25,9	81,4	1,5	39
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	15,5	22,0	49,4	457,3	0,1	1,5	0,3	5,0	0	28,7	46,3	193,4	1,9	40
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С	200	1,2	0,2	27,1	111,1	0	1,6	0	0,3	0	13,2	4,4	4	0,8	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>808</b>	<b>30,88</b>	<b>38,82</b>	<b>136,58</b>	<b>1013,9</b>	<b>0,29</b>	<b>20,1</b>	<b>0,6</b>	<b>9,56</b>	<b>0</b>	<b>139,54</b>	<b>111,22</b>	<b>384,76</b>	<b>7,52</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>78,78</b>	<b>56,47</b>	<b>249,58</b>	<b>1822,1</b>	<b>0,49</b>	<b>20,5</b>	<b>0,67</b>	<b>13,06</b>	<b>0,1</b>	<b>383,14</b>	<b>190,52</b>	<b>782,66</b>	<b>10,49</b>	

12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	200	43,3	8,5	33,1	386,8	0,1	0,4	0	2,6	0,1	211,4	46,8	332,7	1,3	20
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1	0,6	19,8	88,7	0	0	0	0	0	9,5	16,3	23,6	0,8	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
ЗЕФИР	50	0,4	0,05	39,9	163,0	0	0	0	0	0	12,5	3,0	6,0	0,07	30
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>47,9</b>	<b>17,65</b>	<b>113,0</b>	<b>808,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,07</b>	<b>3,5</b>	<b>0,1</b>	<b>243,6</b>	<b>79,3</b>	<b>397,9</b>	<b>2,97</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИ-	60	1,1	5,3	4,6	71,4	0	4,2	0,1	0	0	24,6	9	22,2	0,4	37
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕ-	250	6,1	10,6	10,0	157,8	0	12,8	0,2	2,2	0	52,9	25,9	81,4	1,5	16
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	15,5	22,0	49,4	457,3	0,1	1,5	0,3	5,0	0	28,7	46,3	193,4	1,9	17
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С	200	1,2	0,2	27,1	111,1	0	1,6	0	0,3	0	13,2	4,4	4	0,8	34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>808</b>	<b>30,88</b>	<b>38,82</b>	<b>136,58</b>	<b>1013,9</b>	<b>0,29</b>	<b>20,1</b>	<b>0,6</b>	<b>9,56</b>	<b>0</b>	<b>139,54</b>	<b>111,22</b>	<b>384,76</b>	<b>7,52</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>78,78</b>	<b>56,47</b>	<b>249,58</b>	<b>1822,1</b>	<b>0,49</b>	<b>20,5</b>	<b>0,67</b>	<b>13,06</b>	<b>0,1</b>	<b>383,14</b>	<b>190,52</b>	<b>782,66</b>	<b>10,49</b>	

**5 ДЕНЬ**  
7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,3	10,3	24	222,6	0,1	0	0,1	0,9	0,1	168,8	11,7	110,4	0,9	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,3	0	12,5	51,1	0	0	0	0	0	7,9	5,6	10,4	0,2	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
МАНДАРИН (поштучно)	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	38	0	0,2	0	35	11	17	0,1	4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>12,6</b>	<b>19,0</b>	<b>64,2</b>	<b>481,4</b>	<b>0,3</b>	<b>38</b>	<b>0,17</b>	<b>2,0</b>	<b>0,1</b>	<b>221,9</b>	<b>41,5</b>	<b>173,4</b>	<b>2,0</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,7	13,3	5,1	148,0	0	7,0	0,2	0	0	43,0	15,0	31,0	0,7	66
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕ-	250	6,6	6,9	18,0	160,0	0,1	4,8	0,2	1,6	0	30,9	22,8	81,0	1,4	36
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	16,6	9,2	0	170,1	0,2	12,6	6	3,7	0	12,0	14,1	241,3	5,4	53
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,5	5,6	28,4	178,0	0,2	14,4	0	0,3	0,1	24,7	37,8	96,5	1,7	44
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	32,9	132,8	0	0,5	0	0	0	13,7	3,6	10,7	0,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>888</b>	<b>35,68</b>	<b>35,82</b>	<b>129,88</b>	<b>1005,2</b>	<b>0,69</b>	<b>39,3</b>	<b>6,4</b>	<b>7,66</b>	<b>0,1</b>	<b>144,44</b>	<b>118,92</b>	<b>544,26</b>	<b>12,82</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>48,28</b>	<b>54,82</b>	<b>194,08</b>	<b>1486,6</b>	<b>0,99</b>	<b>77,3</b>	<b>6,57</b>	<b>9,66</b>	<b>0,2</b>	<b>366,34</b>	<b>160,42</b>	<b>717,66</b>	<b>14,82</b>	

**12-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,3	10,3	24	222,6	0,1	0	0,1	0,9	0,1	168,8	11,7	110,4	0,9	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,3	0	12,5	51,1	0	0	0	0	0	7,9	5,6	10,4	0,2	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
МАНДАРИН (поштучно)	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	38	0	0,2	0	35	11	17	0,1	4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>12,6</b>	<b>19,0</b>	<b>64,2</b>	<b>481,4</b>	<b>0,3</b>	<b>38</b>	<b>0,17</b>	<b>2,0</b>	<b>0,1</b>	<b>221,9</b>	<b>41,5</b>	<b>173,4</b>	<b>2,0</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАН-	60	1,7	13,3	5,1	148,0	0	7,0	0,2	0	0	43,0	15,0	31,0	0,7	38
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАР-	250	6,6	6,9	18,0	160,0	0,1	4,8	0,2	1,6	0	30,9	22,8	81,0	1,4	13
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	16,6	9,2	0	170,1	0,2	12,6	6	3,7	0	12,0	14,1	241,3	5,4	30
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,5	5,6	28,4	178,0	0,2	14,4	0	0,3	0,1	24,7	37,8	96,5	1,7	21
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ	200	0,3	0,1	32,9	132,8	0	0,5	0	0	0	13,7	3,6	10,7	0,7	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>888</b>	<b>35,68</b>	<b>35,82</b>	<b>129,88</b>	<b>1005,2</b>	<b>0,69</b>	<b>39,3</b>	<b>6,4</b>	<b>7,66</b>	<b>0,1</b>	<b>144,44</b>	<b>118,92</b>	<b>544,26</b>	<b>12,82</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>48,28</b>	<b>54,82</b>	<b>194,08</b>	<b>1486,6</b>	<b>0,99</b>	<b>77,3</b>	<b>6,57</b>	<b>9,66</b>	<b>0,2</b>	<b>366,34</b>	<b>160,4</b>	<b>717,66</b>	<b>14,82</b>	

**6 ДЕНЬ**  
**7-11 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С	200	5,6	6,7	38,6	237,2	0,2	0	0	1,4	0,1	19,3	38,6	108,0	1,4	15
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0	16,4	67,8	0	1,2	0	0	0	16,1	7,0	9,7	0,9	64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21
ПЕЧЕНЬЕ	60	4,44	5,64	43,96	244,2	0,08	0	0	0	0	15,6	18,0	50,4	0,84	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>	<b>17,04</b>	<b>25,24</b>	<b>119,06</b>	<b>773,5</b>	<b>0,38</b>	<b>1,3</b>	<b>0,07</b>	<b>2,3</b>	<b>0,1</b>	<b>193,2</b>	<b>82,1</b>	<b>278,7</b>	<b>4,14</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	100	1,0	6,1	3,7	75,2	0	16,7	0,1	2,7	0	18,5	16,2	34,3	1,0	26.1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	250	5,0	9,0	11,10	147,10	0,1	8,6	0,2	2,4	0	42,4	24,7	76,0	1,4	37
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	100	13,1	16,1	12,1	246,2	0	0,8	0	0,6	0,2	19,2	18,9	125,0	1,9	48
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИ-	180	9,9	11,5	44,6	321,9	0,2	0	0,1	5,5	0,2	26,3	146,0	218,3	5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	1,2	0,2	27,1	111,1	0	1,6	0	0,3	0	13,2	4,4	4	0,8	59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>928</b>	<b>37,18</b>	<b>43,62</b>	<b>144,08</b>	<b>1117,8</b>	<b>0,49</b>	<b>27,7</b>	<b>0,4</b>	<b>13,56</b>	<b>0,4</b>	<b>139,74</b>	<b>235,82</b>	<b>541,36</b>	<b>13,02</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,22</b>	<b>68,86</b>	<b>263,14</b>	<b>1891,3</b>	<b>0,87</b>	<b>29,0</b>	<b>0,47</b>	<b>15,86</b>	<b>0,5</b>	<b>332,94</b>	<b>317,92</b>	<b>820,06</b>	<b>17,16</b>	

**12-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С	200	5,6	6,7	38,6	237,2	0,2	0	0	1,4	0,1	19,3	38,6	108,0	1,4	15
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0	16,4	67,8	0	1,2	0	0	0	16,1	7,0	9,7	0,9	64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21
ПЕЧЕНЬЕ	60	4,44	5,64	43,96	244,2	0,08	0	0	0	0	15,6	18,0	50,4	0,84	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>	<b>17,04</b>	<b>25,24</b>	<b>119,06</b>	<b>773,5</b>	<b>0,38</b>	<b>1,3</b>	<b>0,07</b>	<b>2,3</b>	<b>0,1</b>	<b>193,2</b>	<b>82,1</b>	<b>278,7</b>	<b>4,14</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	100	1,0	6,1	3,7	75,2	0	16,7	0,1	2,7	0	18,5	16,2	34,3	1,0	6.1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	250	5,0	9,0	11,10	147,10	0,1	8,6	0,2	2,4	0	42,4	24,7	76,0	1,4	14
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	100	13,1	16,1	12,1	246,2	0	0,8	0	0,6	0,2	19,2	18,9	125,0	1,9	25
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИ-	180	9,9	11,5	44,6	321,9	0,2	0	0,1	5,5	0,2	26,3	146,0	218,3	5	18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	1,2	0,2	27,1	111,1	0	1,6	0	0,3	0	13,2	4,4	4	0,8	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>928</b>	<b>37,18</b>	<b>43,62</b>	<b>144,08</b>	<b>1117,8</b>	<b>0,49</b>	<b>27,7</b>	<b>0,4</b>	<b>13,56</b>	<b>0,4</b>	<b>139,74</b>	<b>235,82</b>	<b>541,36</b>	<b>13,02</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,22</b>	<b>68,86</b>	<b>263,14</b>	<b>1891,3</b>	<b>0,87</b>	<b>29,0</b>	<b>0,47</b>	<b>15,86</b>	<b>0,5</b>	<b>332,94</b>	<b>317,92</b>	<b>820,06</b>	<b>17,16</b>	

**7 ДЕНЬ**  
7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕ-КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,6	10,6	32,0	246,0	0,1	0,5	0,1	0,8	0,1	106,1	30,6	126,0	0,7	18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	22
БАНАН (поштучно)	100	1,5	0,5	21	96	0	10	0	0	0	8	42	28	0,6	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>15,6</b>	<b>16,3</b>	<b>92,9</b>	<b>580,0</b>	<b>0,2</b>	<b>10,6</b>	<b>0,1</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>	<b>264,8</b>	<b>107,4</b>	<b>286,2</b>	<b>3,1</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	5,2	11,2	96,5	0	5,3	0	2,4	0	26,6	15,3	28,9	1,4	25
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТА-КАПУСТА ТУШЕНАЯ	250	5,4	8,4	16,4	162,8	0,1	6,8	0,2	2,5	0	54,3	29,5	96,1	1,6	32
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	7,7	12,5	20,1	226,7	0,2	42,6	0,1	0,2	0,1	113,4	42,6	105,8	2,7	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>848</b>	<b>22,18</b>	<b>27,02</b>	<b>112,78</b>	<b>785,7</b>	<b>0,49</b>	<b>56,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,16</b>	<b>0,1</b>	<b>227,04</b>	<b>120,22</b>	<b>327,16</b>	<b>11,12</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>37,78</b>	<b>43,32</b>	<b>205,68</b>	<b>1365,7</b>	<b>0,69</b>	<b>66,9</b>	<b>0,4</b>	<b>8,76</b>	<b>0,2</b>	<b>491,84</b>	<b>227,62</b>	<b>613,36</b>	<b>14,22</b>	

12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕ-КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,6	10,6	32,0	246,0	0,1	0,5	0,1	0,8	0,1	106,1	30,6	126,0	0,7	18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	22
БАНАН (поштучно)	100	1,5	0,5	21	96	0	10	0	0	0	8	42	28	0,6	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>15,6</b>	<b>16,3</b>	<b>92,9</b>	<b>580,0</b>	<b>0,2</b>	<b>10,6</b>	<b>0,1</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>	<b>264,8</b>	<b>107,4</b>	<b>286,2</b>	<b>3,1</b>	
<b>ОБЕД</b>															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	5,2	11,2	96,5	0	5,3	0	2,4	0	26,6	15,3	28,9	1,4	5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТА-КАПУСТА ТУШЕНАЯ	250	5,4	8,4	16,4	162,8	0,1	6,8	0,2	2,5	0	54,3	29,5	96,1	1,6	9
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	7,7	12,5	20,1	226,7	0,2	42,6	0,1	0,2	0,1	113,4	42,6	105,8	2,7	28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>848</b>	<b>22,18</b>	<b>27,02</b>	<b>112,78</b>	<b>785,7</b>	<b>0,49</b>	<b>56,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,16</b>	<b>0,1</b>	<b>227,04</b>	<b>120,22</b>	<b>327,16</b>	<b>11,12</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>37,78</b>	<b>43,32</b>	<b>205,68</b>	<b>1365,7</b>	<b>0,69</b>	<b>66,9</b>	<b>0,4</b>	<b>8,76</b>	<b>0,2</b>	<b>491,84</b>	<b>227,62</b>	<b>613,36</b>	<b>14,22</b>	



**8 ДЕНЬ**  
**7-11 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг		
<b>ЗАВТРАК</b>																
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,7	7,5	27,1	194,3	0,2	0	0	1,3	0,1	24,1	45,6	115,7	1,4	12	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0	11,5	47,1	0	0,1	0	0	0	21,9	9,9	12,6	1,3	63	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21	
ВАФЛИ	35	0,98	1,16	27,06	123,9	0,01	0	0	0	0	5,6	3,5	12,6	0,53	29	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>12,68</b>	<b>21,56</b>	<b>85,86</b>	<b>589,6</b>	<b>0,31</b>	<b>0,2</b>	<b>0,07</b>	<b>202</b>	<b>0,1</b>	<b>193,8</b>	<b>77,5</b>	<b>251,5</b>	<b>4,23</b>		
<b>ОБЕД</b>																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	4,7	9,5	7,1	133,5	0	3,4	0	2,2	0	159,6	21,8	107,2	1,3	25.1	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	6,6	9,4	23,9	205,5	0,1	4,8	0,2	2,4	0	30,5	29,8	98,6	1,4	35	
МЯСО ТУШЕНОЕ	100	1,1	7,9	6,2	99,8	0	1,5	0,1	3,5	0	6,7	6,6	15,1	0,4	50.1	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИ-	180	6,7	5,7	43,1	250,1	0,1	0	0	1,4	0,1	19,3	9,6	51,8	1,3	42	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0	18,5	1,8	0	0	60	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>928</b>	<b>26,08</b>	<b>33,22</b>	<b>145,18</b>	<b>982,6</b>	<b>0,39</b>	<b>9,7</b>	<b>0,3</b>	<b>11,56</b>	<b>0,1</b>	<b>254,74</b>	<b>95,22</b>	<b>356,46</b>	<b>7,32</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>38,76</b>	<b>54,78</b>	<b>231,04</b>	<b>1572,2</b>	<b>0,7</b>	<b>9,9</b>	<b>0,37</b>	<b>137,6</b>	<b>0,2</b>	<b>448,54</b>	<b>172,72</b>	<b>607,96</b>	<b>11,55</b>		

**12-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг		
<b>ЗАВТРАК</b>																
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,7	7,5	26,2	190,6	0,2	0	0	1,3	0,1	28,3	41,1	123,1	1,4	12	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0	11,5	47,1	0	0,1	0	0	0	21,9	9,9	12,6	1,3	63	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	21	
ВАФЛИ	35	0,98	1,16	27,06	123,9	0,01	0	0	0	0	5,6	3,5	12,6	0,53	29	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>12,68</b>	<b>21,56</b>	<b>85,86</b>	<b>589,6</b>	<b>0,31</b>	<b>0,2</b>	<b>0,07</b>	<b>202</b>	<b>0,1</b>	<b>193,8</b>	<b>77,5</b>	<b>251,5</b>	<b>4,23</b>		
<b>ОБЕД</b>																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	4,7	9,5	7,1	133,5	0	3,4	0	2,2	0	159,6	21,8	107,2	1,3	5.1	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	6,6	9,4	23,9	205,5	0,1	4,8	0,2	2,4	0	30,5	29,8	98,6	1,4	12	
МЯСО ТУШЕНОЕ	100	1,1	7,9	6,2	99,8	0	1,5	0,1	3,5	0	6,7	6,6	15,1	0,4	27.1	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,7	5,7	43,1	250,1	0,1	0	0	1,4	0,1	19,3	9,6	51,8	1,3	19	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0	18,5	1,8	0	0	35	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>928</b>	<b>26,08</b>	<b>33,22</b>	<b>145,18</b>	<b>982,6</b>	<b>0,39</b>	<b>9,7</b>	<b>0,3</b>	<b>11,56</b>	<b>0,1</b>	<b>254,74</b>	<b>95,22</b>	<b>356,46</b>	<b>7,32</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>38,76</b>	<b>54,78</b>	<b>231,04</b>	<b>1572,2</b>	<b>0,7</b>	<b>9,9</b>	<b>0,37</b>	<b>137,6</b>	<b>0,2</b>	<b>448,54</b>	<b>172,72</b>	<b>607,96</b>	<b>11,55</b>		

**9 ДЕНЬ**  
7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	24,4	0,9	277,4	0,1	0	0,4	5,3	2,5	59,8	12,2	191,8	2,4	19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,3	0	12,5	51,1	0	0	0	0	0	7,9	5,6	10,4	0,2	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	22
АПЕЛЬСИН (поштучно)	100	0,9	0,2	8,1	43	0	60	0	0,2	0	34	13	23	0,3	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>21,3</b>	<b>29,2</b>	<b>41,6</b>	<b>520,8</b>	<b>0,2</b>	<b>61,1</b>	<b>0,4</b>	<b>6,3</b>	<b>2,5</b>	<b>242,9</b>	<b>49,3</b>	<b>333,8</b>	<b>3,9</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4	0	4,2	0,1	0	0	24,6	9	22,2	0,4	65
БОРЩ С МЯСОМ	250	6,7	10,2	15,2	178,3	0,1	12,7	0,3	2,4	0	62,8	37,0	101,2	2,0	38
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	20,9	24,3	18,5	377,0	0,2	10,3	0,1	2,5	0	28,9	42,2	220,6	2,7	46
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ	200	0,3	0,1	32,9	132,8	0	0,5	0	0	0	13,7	3,6	10,7	0,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>808</b>	<b>35,98</b>	<b>40,62</b>	<b>116,68</b>	<b>975,8</b>	<b>0,49</b>	<b>27,7</b>	<b>0,5</b>	<b>6,96</b>	<b>0</b>	<b>150,14</b>	<b>117,42</b>	<b>438,46</b>	<b>8,72</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>57,28</b>	<b>69,82</b>	<b>158,28</b>	<b>1496,6</b>	<b>0,69</b>	<b>88,8</b>	<b>0,9</b>	<b>13,26</b>	<b>2,5</b>	<b>393,04</b>	<b>166,72</b>	<b>772,26</b>	<b>12,62</b>	

12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергети-	Витамины					Минеральные вещества				№ технологи-
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	24,4	0,9	277,4	0,1	0	0,4	5,3	2,5	59,8	12,2	191,8	2,4	19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,3	0	12,5	51,1	0	0	0	0	0	7,9	5,6	10,4	0,2	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	0	0,1	0	0	0	132	5,3	75	0,2	22
АПЕЛЬСИН (поштучно)	100	0,9	0,2	8,1	43	0	60	0	0,2	0	34	13	23	0,3	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>21,3</b>	<b>29,2</b>	<b>41,6</b>	<b>520,8</b>	<b>0,2</b>	<b>61,1</b>	<b>0,4</b>	<b>6,3</b>	<b>2,5</b>	<b>242,9</b>	<b>49,3</b>	<b>333,8</b>	<b>3,9</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4	0	4,2	0,1	0	0	24,6	9	22,2	0,4	37
БОРЩ С МЯСОМ	250	6,7	10,2	15,2	178,3	0,1	12,7	0,3	2,4	0	62,8	37,0	101,2	2,0	15
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	20,9	24,3	18,5	377,0	0,2	10,3	0,1	2,5	0	28,9	42,2	220,6	2,7	23
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	32,9	132,8	0	0,5	0	0	0	13,7	3,6	10,7	0,7	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>808</b>	<b>35,98</b>	<b>40,62</b>	<b>116,68</b>	<b>975,8</b>	<b>0,49</b>	<b>27,7</b>	<b>0,5</b>	<b>6,96</b>	<b>0</b>	<b>150,14</b>	<b>117,42</b>	<b>438,46</b>	<b>8,72</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>57,28</b>	<b>69,82</b>	<b>158,28</b>	<b>1496,6</b>	<b>0,69</b>	<b>88,8</b>	<b>0,9</b>	<b>13,26</b>	<b>2,5</b>	<b>393,04</b>	<b>166,72</b>	<b>772,26</b>	<b>12,62</b>	

**10 ДЕНЬ**  
7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	0,1	1,6	2,2	23,4	0	0	0	0	0	4,3	0,7	1,2	0	11
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0	16,4	67,8	0	1,2	0	0	0	16,1	7,0	9,7	0,9	64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
ЙОГУРТ	100	2,0	1,5	3,0	48,0	0,03	0,7	0,03	0	0	1,2	14	95	0	27
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>5,6</b>	<b>11,6</b>	<b>41,8</b>	<b>308,9</b>	<b>0,13</b>	<b>1,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>31,8</b>	<b>34,9</b>	<b>141,5</b>	<b>1,7</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,7	13,3	5,1	148,0	0	7,0	0,2	0	0	43,3	15,0	31,0	0,7	66
СУП РЫБНЫЙ	250	6,8	3,0	17,7	125,5	0,1	5,5	0,2	1,6	0	31,6	33,4	99,4	1,2	33
КОТЛЕТА ОСОБАЯ	100	15,8	16,7	13,3	266,3	0,1	0	0	0,6	0	18,2	28,7	159,7	2,5	50
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,4	5,5	46,6	252,9	0,1	0	0	0,4	0,1	11,2	29,6	89,7	0,6	43
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	20,9	84,3	0	0,6	0	0,1	0	10,8	2,9	1,5	0,3	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	8.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>888</b>	<b>35,78</b>	<b>39,32</b>	<b>149,08</b>	<b>1093,3</b>	<b>0,49</b>	<b>13,1</b>	<b>0,4</b>	<b>4,76</b>	<b>0,1</b>	<b>135,24</b>	<b>135,22</b>	<b>478,56</b>	<b>8,22</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>41,38</b>	<b>50,92</b>	<b>190,88</b>	<b>1402,2</b>	<b>0,62</b>	<b>15,0</b>	<b>0,5</b>	<b>5,66</b>	<b>0,1</b>	<b>167,04</b>	<b>170,12</b>	<b>620,0</b>	<b>9,92</b>	

**12-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ технологической карты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>															
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕ-	200	0,1	1,6	2,2	23,4	0	0	0	0	0	4,3	0,7	1,2	0	11
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0	16,4	67,8	0	1,2	0	0	0	16,1	7,0	9,7	0,9	64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	9,2	13,2	33,6	0,8	8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	0	1	0	2	0	22
ЙОГУРТ	100	2,0	1,5	3,0	48,0	0,03	0,7	0,03	0	0	1,2	14	95	0	27
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>5,6</b>	<b>11,6</b>	<b>41,8</b>	<b>308,9</b>	<b>0,13</b>	<b>1,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>31,8</b>	<b>34,9</b>	<b>141,5</b>	<b>1,7</b>	
<b>ОБЕД</b>															
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАН-	60	1,7	13,3	5,1	148,0	0	7,0	0,2	0	0	43,3	15,0	31,0	0,7	38
СУП РЫБНЫЙ	250	6,8	3,0	17,7	125,5	0,1	5,5	0,2	1,6	0	31,6	33,4	99,4	1,2	10
КОТЛЕТА ОСОБАЯ	100	15,8	16,7	13,3	266,3	0,1	0	0	0,6	0	18,2	28,7	159,7	2,5	27
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,4	5,5	46,6	252,9	0,1	0	0	0,4	0,1	11,2	29,6	89,7	0,6	20
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	20,9	84,3	0	0,6	0	0,1	0	10,8	2,9	1,5	0,3	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	1	0	11,5	16,5	42	1	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,18	0,42	20,38	97,90	0,09	0	0	1,06	0	8,64	9,12	41,76	1,92	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>888</b>	<b>35,78</b>	<b>39,32</b>	<b>149,08</b>	<b>1093,3</b>	<b>0,49</b>	<b>13,1</b>	<b>0,4</b>	<b>4,76</b>	<b>0,1</b>	<b>135,24</b>	<b>135,22</b>	<b>478,56</b>	<b>8,22</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>41,38</b>	<b>50,92</b>	<b>190,88</b>	<b>1402,2</b>	<b>0,62</b>	<b>15,0</b>	<b>0,5</b>	<b>5,66</b>	<b>0,1</b>	<b>167,04</b>	<b>170,12</b>	<b>620,06</b>	<b>9,92</b>	