

«СОГЛАСОВАНО»

Директор

МБОУ «Воскресенская СОШ №1»
Аксимова В.С.

2022 года

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор ООО «Максимус»

Аскеров Г.Н.

«Максимус»

2022 года

ПЕРЕЧЕНЬ МЕНЮ

С УЧЕТОМ ПОТРЕБНОСТИ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ И ЭНЕРГИИ

В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

В ВОЗРАСТЕ С 12 ДО 18 ЛЕТ

НА ПЕРИОД УЧЕБНОГО ГОДА 2021-2022 г

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,6	4,6	0	56,3	0	0,4	0	0	147	7,5	87	0,1	15	2011
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	0	0	0	0	4,8	3,3	16,3	0,3		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15	60,5	0	0	0	0	10,3	5,3	7,4	0,7	430	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	53,3	0	4,8	0	0,72	17,28	8,64	11,88	2,4	338	2011
Итого за прием пищи:	360	6,2	5,8	39,7	235,6	0	5,2	0	0,72	179,38	24,74	122,58	3,5		
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,5	6,1	8,2	93,4	0	3,9	0	2,6	32,3	19,2	37,6	1,3	52	2011
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ КУРЫ И СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	2,6	3,3	8,2	73,7	0	11,5	0,2	0,2	38,7	19,6	45,9	1,1	84	2008
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,7	26,7	36,4	467,4	0,1	2,5	0,3	4,5	26	44,7	220,2	2,3	291	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	23,3	92,9	0	0	0	0	0	0	0	0	402	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	785	26,5	36,3	86,7	778,4	0,1	17,9	0,5	7,9	101,5	88,3	325,5	5,7		
Всего за день:		32,7	42,1	126,4	1014	0,1	23,1	0,5	8,62	280,88	113,04	448,08	9,2		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
ВАФЛИ	60	1,6	2	39,9	211,9	0	0	0	0	9,57	5,99	21,54	1,01		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,8	134	0	0	0	0	0	0	0	0	433	2008
Итого за прием пищи:	260	4,5	4,5	64,7	345,9	0	0	0	0	9,57	5,99	21,54	1,01		
Обед															
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	0	1,5	0	0	6,9	4,2	7,2	0,2		2008
СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	250/0/5	6,5	3,7	18,4	132,8	0,3	4,5	0,2	2	35,4	32,6	83,2	2,1	99	2008
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	5,9	5	6,3	92,9	0	0	0	2,1	31,1	21,5	92,3	1	234	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	6,5	24,3	168,5	0,17	5,98	0,05	0,24	56,17	34,66	101,59	1,32	335	2008
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ	200	1	0	14,2	60,1	0	137,6	0	1,6	144	126	72	1,4	389	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	760	19	15,4	74,3	509,2	0,47	149,58	0,25	6,54	278,07	223,76	378,09	7,02		
Всего за день:		23,5	19,9	139	855,1	0,47	149,58	0,25	6,54	287,64	229,75	399,63	8,03		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,5	1,3	0	22,4	0	0	0	0	0	0	0	0	432	2008
ПРЯНИКИ	60	3,5	2,8	45	219,6	0	0	0	0	6,6	5,4	30	0,5		2008
Итого за прием пищи:	260	5	4,1	45	242	0	0	0	0	6,6	5,4	30	0,5		
Обед															
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2	0	3	0	0	6,9	4,2	12,6	0,3		2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	2,9	6,6	12,5	123,5	0	8,3	0,2	2,3	49,9	25,2	55,8	1,5	82	2011
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	70	5,7	13,2	6,6	167,7	0,1	0	0	1,1	5,8	11,3	61,2	1	272	2008
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,4	7,3	46,7	270,2	0,1	0	0,1	0,5	11,5	29,6	90,1	0,6	325	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1	394	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	765	15,1	27,5	105,1	731,6	0,21	13,3	0,3	4,6	85,6	79,1	245,5	5,4		
Всего за день:		20,1	31,6	150,1	973,6	0,21	13,3	0,3	4,6	92,2	84,5	275,5	5,9		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9	0	71,9	0	0	0,06	0,14	174,24	7,26	99	0,2	14	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	0	0	0	0	4,8	3,3	16,3	0,3		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15	60,5	0	0	0	0	10,3	5,3	7,4	0,7	430	2008
Итого за прием пищи:	245	6,7	6,6	27,9	197,9	0	0	0,06	0,14	189,34	15,86	122,7	1,2		
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,5	6,1	8,2	93,4	0	3,9	0	2,6	32,3	19,2	37,6	1,3	52	2011
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	3,2	6,9	15,9	140,3	0,1	6,4	0,2	2,4	33	25,2	72,9	1	96	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ(КУРЫ)	60	9,6	14,2	10,1	207,9	0	0,4	0	2,4	31,4	16,2	103,9	1,4	294	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,1	5,8	39,6	234,9	0,1	0	0	1,3	34,6	12,1	48,3	1,2	309	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1	394	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	825	22,3	33,4	112,3	842,5	0,21	12,7	0,2	9,4	142,8	81,5	288,5	6,9		
Всего за день:		29	40	140,2	1040,4	0,21	12,7	0,26	9,54	332,14	97,36	411,2	8,1		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	25	3,7	7,8	0,6	86,6	0	0	0	0	6,3	4,1	41,7	0,5	15	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	0	0	0	0	4,8	3,3	16,3	0,3		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15	60,5	0	0	0	0	10,3	5,3	7,4	0,7	430	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	53,3	0	4,8	0	0,72	17,28	8,64	11,88	2,4	338	2011
Итого за прием пищи:	370	6,3	9	40,3	265,9	0	4,8	0	0,72	38,68	21,34	77,28	3,9		
Обед															
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	0	1,5	0	0	6,9	4,2	7,2	0,2		2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250/0/5	3,7	3,6	19,7	126,5	0,1	6,4	0,2	0,5	24	23,6	64	1,1	100	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИЦЫ	50/0/180	11,8	15,2	23	276,8	0,2	12,6	0	2,8	27,1	40	154,1	2,2	258	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/0/7	0,3	0	14,7	60,9	0	1,1	0	0	12,6	5,9	8,8	0,8	431	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	747	17,7	19	68,5	519,1	0,3	21,6	0,2	3,9	75,1	78,5	255,9	5,3		
Всего за день:		24	28	108,8	785	0,3	26,4	0,2	4,62	113,78	99,84	333,18	9,2		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
ПЕЧЕНЬЕ	60	4,5	5,9	44,6	250,2	0	0	0	0	17,4	12	54	1,3		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,8	134	0	0	0	0	0	0	0	0	433	2008
Итого за прием пищи:	260	7,4	8,4	69,4	384,2	0	0	0	0	17,4	12	54	1,3		
Обед															
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	2,6	7,9	12,6	132,2	0	8,2	0,1	3,8	35,2	28,7	54	1,7	56	2008
СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	250/0/5	6,5	3,7	18,4	132,8	0,3	4,5	0,2	2	35,4	32,6	83,2	2,1	99	2008
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	250	14,7	15,1	52	404,4	0,1	0,3	0,2	1,9	283,6	27,2	195,7	1,7	204	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	23,3	92,9	0	0	0	0	0	0	0	0	402	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	830	25,5	26,9	116,9	813,3	0,4	13	0,5	8,3	358,7	93,3	354,7	6,5		
Всего за день:		32,9	35,3	186,3	1197,5	0,4	13	0,5	8,3	376,1	105,3	408,7	7,8		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг		
Завтрак															
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6,1	0	75	0	0,6	0,1	0,1	196	10	116	0,1	15	2011
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	0	0	0	0	4,8	3,3	16,3	0,3		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15	60,5	0	0	0	0	10,3	5,3	7,4	0,7	430	2008
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,3	36,9	0,1	15,2	0	0,2	31,5	9,9	15,3	0,1		2008
Итого за прием пищи:	345	7,6	7	35,2	237,9	0,1	15,8	0,1	0,3	242,6	28,5	155	1,2		
Обед															
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	2,7	6,6	10,7	113,8	0,1	8,1	0,2	2,2	38,6	21,4	55,1	1,1	99	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/0/30	27,6	18,1	38,4	432,2	0,1	0,4	0,1	2	275,3	40,8	324	1,2	224	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ	200	1	0	14,2	60,1	0	137,6	0	1,6	144	126	72	1,4	389	2011
Итого за прием пищи:	715	33	24,9	73,9	657,1	0,2	146,1	0,3	6,4	462,4	193	472,9	4,7		
Всего за день:		40,6	31,9	109,1	895	0,3	161,9	0,4	6,7	705	221,5	627,9	5,9		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	0,2	22	5	77	1	213	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	0	0	0	0	4,8	3,3	16,3	0,3		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15	60,5	0	0	0	0	10,3	5,3	7,4	0,7	430	2008
Итого за прием пищи:	275	7,3	13,6	28,3	264	0,03	0	0,17	0,3	38,1	13,6	102,7	2		
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,5	6,1	8,2	93,4	0	3,9	0	2,6	32,3	19,2	37,6	1,3	52	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	6,2	4,4	17,5	138,4	0,2	5,8	0,2	0,2	48,7	34,3	126,8	1,8	99	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/0/50	0,7	7	3,4	84,3	0	0,4	0	2,1	12,8	2,8	13	0,1	255	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,8	37,6	229,2	0,07	0	0,04	0,96	13,2	8,4	43,2	0,96	331	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1	394	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	865	16,9	23,7	105,2	711,3	0,28	12,1	0,24	6,56	118,5	73,5	246,4	6,16		
Всего за день:		24,2	37,3	133,5	975,3	0,31	12,1	0,41	6,86	156,6	87,1	349,1	8,16		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
ВАФЛИ	60	1,6	2	39,9	211,9	0	0	0	0	9,57	5,99	21,54	1,01		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,5	1,3	0	22,4	0	0	0	0	0	0	0	0	432	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	53,3	0	4,8	0	0,72	17,28	8,64	11,88	2,4	338	2011
Итого за прием пищи:	380	3,6	3,8	51,7	287,6	0	4,8	0	0,72	26,85	14,63	33,42	3,41		
Обед															
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2	0	3	0	0	6,9	4,2	12,6	0,3		2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ КУРЫ И СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	2,8	3,5	8,2	76,1	0	11,5	0,2	0,2	38,9	19,8	47,3	1,1	84	2008
ПЛОВ С МЯСОМ	50/0/180	5	12,2	12,6	180,3	0,1	0,6	0,1	1,4	5,9	15,4	63	0,7	291	2011
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/0/7	0,3	0	15,1	62,4	0	1,1	0	0	12,8	6	8,8	0,8	431	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
Итого за прием пищи:	752	10	15,9	47,3	374	0,1	16,2	0,3	2,2	69	50,2	153,5	3,9		
Всего за день:		13,6	19,7	99	661,6	0,1	21	0,3	2,92	95,85	64,83	186,92	7,31		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг		
Завтрак															
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6,1	0	75	0	0,6	0,1	0,1	196	10	116	0,1	15	2011
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	0	0	0	0	4,8	3,3	16,3	0,3		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15	60,5	0	0	0	0	10,3	5,3	7,4	0,7	430	2008
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,3	36,9	0,1	15,2	0	0,2	31,5	9,9	15,3	0,1		2008
Итого за прием пищи:	345	7,6	7	35,2	237,9	0,1	15,8	0,1	0,3	242,6	28,5	155	1,2		
Обед															
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	0	1,5	0	0	6,9	4,2	7,2	0,2		2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/5/5	3,4	7,1	15,9	142,7	0,1	6,4	0,2	2,4	33,2	25,4	74,3	1	96	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА	60	7,9	20,2	10,1	255,9	0,1	0,1	0	2,3	27,9	17,4	96,8	1,4	294	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	6,5	24,3	168,5	0,17	5,98	0,05	0,24	56,17	34,66	101,59	1,32	335	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0	0	0	0,6	4,5	4,8	21,8	1		2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1	394	2008
Итого за прием пищи:	755	17,1	34,2	89,3	737	0,38	15,98	0,25	5,64	135,67	90,46	305,69	5,92		
Всего за день:		24,7	41,2	124,5	974,9	0,48	31,78	0,35	5,94	378,27	118,96	460,69	7,12		

ООО "МАКСИМУС"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг
Итого за весь период	265,2	326,8	1316,7	9372,4	2,88	464,86	3,47	64,64	2818	1222,18	3900,9	76,72
Среднее значение за период	26,5	32,7	131,7	937,2	0,29	46,49	0,35	6,46	282	122,22	390,09	7,67
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	11,3	31,4	57,3									

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
12-18 лет	310	780

