



Основное 2-х недельное меню для обучающихся в I смену (завтрак, обед) с 5 по 11 классы, в том числе для детей категории ММС, ОВЗ, ДИ на весенне-летний период

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

Сезон:

Весна-лето

Категория:

Учащиеся 5-11 классы

1-ая неделя/Понедельник

			1									r	1-ая недел	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	
№ рец.	Приём пищи,		Macca	Пищев	ые вещес	тва (г)	ккал -		Витами	ны (мг)		Мин	еральные в	ещества (г	мг)
	наименование блю	да	порции	Б	Ж	У	KIOOT	B1	C	A	E	Ca	Р	Mg	Fe
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак														
ШКГКУР1	Голень куриная запеченная в со	усе томатном	75/15	11,5	4,5	9,14	165	0,09	5,4	10,8		9,9	175,5	19,8	0,99
ШК00058	Каша гречневая рассыпчатая		200	10,2	8,12	46,1	299	0,28		36,6		19	240	160	5,4
КП22001	Чай с лимоном		200	0,26	0,05	0,25	4		1,16	0,38		6,9	8,5	4,6	0,8
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для питания	детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
ШК00001	Сыр твердых сортов в нарезке		10	2,33	2,93		35	0,01		26		88	50	3,33	0,13
сольйод	Соль йодированная		2									7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак	562		30,7	18,8	83,69	671	0,45	6,61	73,78		311,16	745,5	188,17	7,42
	Обед	84													
0000144	Суп картофельный с вермишелы	ю	250	1,67	41,67	46,67	332	0,05	4,6			10,78		15,1	0,58
КП22010	Плов из отварной говядины		250	19,1	19,3	48,2	443	0,08	0,9	339,2		24	241	55	2,8
КП22002	Компот из вишни		200	0,3	0,1	10,3	43	0,01	2,5	4,08		13	10	9	0,2
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для д питания	детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		3						ĺ			11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питан	ния)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56			2,8
	Всего в Обед	803		30,94	65,59	150,43	1 080	0,25	8,05	343,28		274,38	603,25	79,76	6,51
	Всего в день			61,64	84,39	234,12	1 752	0,7	14,66	417,06		585.54	1 348,75	267,93	13,93

1-ая неделя/Вторник

6	Приём пищи	,	Macca	Пищевь	ые вещес	тва (г)) (I (A D		Витамин	ы (мг)		Мин	еральные в	ещества (мг)
	наименование бл	тюда	порции	Б	Ж	У	ккал	B1	С	А	E	Ca	Р	Mg	Fe
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак														
JU107	Фрукты свеж.100-130г(шт.)		100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
407EC19	Каша "Дружба"		200	6,27	8,13	33,47	232	0,12	0,53			127,09	326,41	37,07	0,8
КП22003	Чай с сахаром		200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный дл питания	я детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		2									7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак	562		13,27	11,73	77,97	474	0,21	10,62	0,3		333,03	616,11	43,61	3,51
	Обед														
0000034	Сметана для заправки		5	0,13	0,75	0,18	8								
ШК00026	Рассольник ленинградский с к перловой	рупой	250	5,93	7,8	17	161	0,08	6,93	134		26,25	64,25	24,5	0,89
ШК00303	Жаркое по-домашнему из кури	іного филе	250	20,25	16,5	13,75	275	0,2	10,45			30,04		61,5	4,76
ШК22003	Напиток лимонный		200	0,1	0,01	18,9	73		2,33			3,43		1,1	0,08
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный дл питания	я детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		3	0,0								11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского пит	ания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8
	Всего в Обед	808		36,28	29,59	95,1	780	0,39	19,75	134		286,32	416,5	87,76	8,66
	Всего в день			49,55	41,31	173,06	1 254	0,6	30,37	134,3		619,35	1 032,61	131,37	12,17

1-ая неделя/Среда

-	Приём пищи		Macca	Пищев	ые вещес	тва (г)	ккал		Витамин	ны (мг)		Мин	еральные в	вещества (м	۱۲)
	наименование б	люда	порции	Б	Ж	У	KKAUT	B1	С	А	E	Ca	Р	Mg	Fe
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак														
,22006	Макароны отварные с маслом		190	3,85	7,36	41,52	255	0,07		33,73		13,3	50,35	9,5	0,95
ШК02100	Тефтели из говядины с подли	вом овощным	60/25												
КП22003	Чай с сахаром		200	0,2		6,5	27	1	0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный дл питания	ія детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
ШК00002	Масло сливочное (порциями)		10	0,1	7,25	1,4	66			65,3		1	2		
сольйод	Соль йодированная		2						ì			7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак	562		10,56	17,8	77,62	516	0,15	0,09	99,32		206,16	331,05	13,74	1,75
	Обед														
0000055	Щи из свежей капусты с карто	фелем	250	1,83	5,5	26,83	108	0,05	11,98			15,67		19,03	0,7
0000034	Сметана для заправки		5	0,13	0,75	0,18	8			İ					
ШК00058	Каша гречневая рассыпчатая		160	8,16	6,5	36,88	239	0,22		29,28		15,2	192	128	4,32
ШК22005	Гуляш из курицы		90	14,04	10,98	0,9	140	0,09	0,16			24,01			1,33
КП22004	Напиток из свежезамороженн (яблоко/клубника)	ых плодов	200			17,6	67	1,4	1	65	0,3		0,4	0,01	1
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный дл питания	я детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		3									11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского пит	гания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8
	Всего в Обед	808		34,04	28,25	127,66	825	1,88	13,19	94,28	0,3	281,48	544,65	147,7	10,28
	Всего в день			44,6	46,05	205,28	1 342	2,02	13,28	193,61	0,3	487,64	875,7	161,44	12,03

1-ая неделя/Четверг

311	Приём п	1ЩИ,	Macca	Пищев	ые вещес	тва (г)	KIKAD		Витамин	ы (мг)		Мин	еральные в	ещества (мг)
	наименовани	е блюда	порции	Б	Ж	У	ккал	B1	С	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтра	K													
/АД19	Свекла отварная		100	1,5		7,25	35	0,02	2,03			33,85	38	20,13	1,27
шК22001	Плов из курицы		180	18,48	18,72	18,24	276	0,06	0,6			18,29	305,99	33,16	1,54
0000029	Инстантный напиток вита	инизированный	200			40	130	0,23	0,2	3	2,48	24	55	18	67
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничны питания	й для детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
ШК00001	Сыр твердых сортов в нар	езке	10	2,33	2,93		35	0,01		26	Ì	88	50	3,33	0,13
сольйод	Соль йодированная		2								1	7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак 552			28,72	24,85	93,69	644	0,39	2,87	29	2,48	351,5	720,49	75,05	70,04
	Обед														
0000100	Суп картофельный с лапш	ой домашней (ПФ)	250	2,83	11,67	48,33	127	0,08	0,03	0,02	ļ	15,8	38,33	24	2,17
ШК00065	Картофельное пюре		160	3,28	6,48	22,4	155	0,13	10,88	34,24		41,6	89,6	30,4	1,12
ШККПОД9	Котлеты из говядины с под	ливом овощным	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01			20		16	8,2
КП22005	Компот из свежезамороже (яблоки/черноплодная ряб		200	1,8	0,09	3,19	61	0,05	0,68			0,51		0,3	39,68
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничны питания	я́ для детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная	A	3	0-								11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского	питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8
	Всего в Обед	813		25,29	29,96	127,19	736	0,41	11,65	34,26		304,51	480,18	71,36	54,09
	Всего в день		-	54,01	54,81	220,88	1 380	0,81	14,52	63,26	2,48	656,01	1 200,67	146,41	124,14

1-ая неделя/Пятница

		Приём пищи, наименование блюда 2				тва (г)	KKAD		Витами	ны (мг)		Чинеральные	вещества (Mr)
	наименовани	е блюда	порции	Б	Ж	У	ККАЛ	B1	С	A	E Ca	Р	Mg	Fe
11/	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11 12	13	14	15
	Завтра	К												
×22004	Сырники из творога		100	10,3	9,2	26	198	0,06	0,43	5,3		144 198	21,5	0,58
допсг25	Сгущенка порционная		20	1,35	1,5	10,19	60	0,01	0,08		55	,79		0,01
0000062	Каша манная молочная		180	3,36	7,08	17,04	138	0,05	0,49		114	,54 94,92	15,68	0,29
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный питания	і для детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180 270		0,04
КП22003	Чай с сахаром		200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5 7,2	3,8	0,7
сольйод	Соль йодированная		2								7	.36 1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак	562		21,62	20,97	87,93	591	0,19	1,09	5,6	506,	19 571,62	41,42	1,67
	Обед													
0000160	Салат "Студенченский" (ка зел.гор)	ртофель,морковь,	60	0,84	2,82	1,5	35	0,01	0,46		3	.88 10,25	2,86	0,14
ШК10031	Борщ с капустой и картофе вегетарианский	елем	250	1,63	4,55	10,95	91	0,04	8,5	161,18		34 43,25	21,25	0,94
0000034	Сметана для заправки		5	0,13	0,75	0,18	8							
ШК22009	Каша рисовая с куриным ф	иле	190	17,99	23,31	30,02	405	0,06	0,63		1	9,3 322,99	35	1,62
КП22002	Компот из вишни		200	0,3	0,1	10,3	43	0,01	2,5	4,08		13 10	9	0,2
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный питания	для детского	60	.6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05	-	1	80 270		0,04
сольйод	Соль йодированная		3								11	04 2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского	питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04	-		35,	56 80		2,8
	Всего в Обед •	808		30,76	36,05	98,22	845	0,23	12,14	165,26	296,	78 738,74	68,76	5,83
	Всего в день				57,02	186,15	1 436	0,41	13,23	170,86	802,	97 1 310,36	110,19	7,51

2-ая неделя/Понедельник

100

	Приём пищи,	Macca	Пищев	ые вещес	тва (г)	ICICA D		Витами	ны (мг)		Мин	еральные в	ещества (м	чг)
	наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ККАЛ	B1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
,22005	Гуляш из курицы	90	14,04	10,98	0,9	140	0,09	0,16			24,01			1,33
ШК22006	Макароны отварные с маслом	200	4,06	7,74	43,7	269	0,08		35,5		14	53	10	1
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак 552		24,7	21,92	79,3	604	0,24	0,25	35,8		229,87	331,7	14,24	3,13
	Обед													
ШК00150	Суп крестьянский с крупой (ПШЕНО)	250	6,4	7,78	13,43	149	0,05	8,03	133,07		34,25	65,5	18,25	0,7
ШК00216	Рагу из курицы	250	26,2	8,8	21,9	271	0,17	14,1	325		40	241	117	2,7
КП22005	Компот из свежезамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200	1,8	0,09	3,19	61	0,05	0,68			0,51		0,3	39,68
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8
	Всего в Обед 803		44,27	21,19	83,78	744	0,38	22,85	458,08		301,36	658,75	136,21	46,01
	Всего в день		68,98	43,11	163,08	1 348	0,62	23,1	493,88		531,23	990,45	150,45	49,14

2-ая неделя/Вторник

	Приём пищи,	Масс	а Пище	вые веще	тва (г)	- IKIKA D		Витами	ны (мг)		Мине	ральные в	ещества (г	41)
	наименование блю	да порці	и Б	Ж	У	ККАЛ	B1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
,KKO008	Куриное филе, тушенное с овоща	ими	90 20,4	26,33	3,37	333	0,07	0,68			288			1,26
ШК00058	Каша гречневая рассыпчатая	2	00 10,	8,12	46,1	299	0,28		36,6		19	240	160	5,4
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для	детского	6,4	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
ШК00140	Кофейный напиток на молоке	2	3,4	3,6	10,5	97	0,04	0,68	17,25		143	130	34,3	1,1
сольйод	Соль йодированная		2								7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак 552			41,25	88,17	897	0,46	1,41	53,85		637,36	641,5	194,74	7,86
	Обед													
Д07АД19	Свекла отварная		10 0,0	5	2,9	14	0,01	0,81			13,54	15,2	8,05	0,51
0000148	Суп из овощей (В 2)	2	50	4,33	32,67	225	2	9			22,38	51,33	21,8	0,77
ШК00107	Плов из отварной говядины	2	30 17,5	17,76	44,34	408	0,07	0,83	312,06		22,08	221,72	50,6	2,58
КП22002	Компот из вишни	2	0,3	0,1	10,3	43	0,01	2,5	4,08		13	10	9	0,2
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для д питания	детского	6,4	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		3								11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питан	(Ри	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8
	Всего в Обед	823	30,35	26,71	135,48	952	2,21	13,19	316,14		297,6	650,5	90,11	6,98
	Всего в день	70,98	67,96	223,64	1 849	2,67	14,6	369,99		934,96	1 292	284,85	14,84	

2-ая неделя/Среда

	Приём п		Macca	Пищев	ые вещес	тва (г)	KKAB		Витамин	ны (мг)		Мине	еральные в	ещества (г	мг)
	наименовани	ие блюда	порции	Б	Ж	У	ккал	B1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтр	ак													
√4Й200	Йогурт		100	4,1	4,2	10	96	0,03	0,42			158		18,3	0,14
Д 07 E200	Каша рисовая молочная		200	5,73	7,73	39,73	253	0,07	0,51		İ	116,68	188,17	33,33	0,53
КП22003	Чай с сахаром		200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничны питания	й для детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		2									7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак	562		16,44	15,12	84,43	544	0,17	1,02	0,3		466,54	466,87	55,87	1,47
	O6e <i>t</i>	1 6 6 6													
ШК00026	Рассольник ленинградский перловой	і с крупой	250	5,93	7,8	17	161	0,08	6,93	134		26,25	64,25	24,5	0,89
Д07ИЧСМ	Сметана для заправки		5	0,14	1	0,16	9								
ШК22006	Макароны отварные с мас.	лом	190	3,85	7,36	41,52	255	0,07		33,73		13,3	50,35	9,5	0,95
ШКО2 ТГ2	Тефтели из говядины с со	усом томатным	60/40	8,7	9,2	6,5	120	0,2	1,03	8		14	1	12	1,3
0000029	Инстантный напиток вита	чинизированный	200			40	130	0,23	0,2	3	2,48	24	55	18	67
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничны питания	й для детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского	питания)	40	. 3,47	1,33	17,07	95	0,04			1	35,56	80		2,8
сольйод	Соль йодированная	-	3							-		11,04	2,25	0,66	0,09
	Всего в Обед	848		28,49	29,88	150,44	938	0,69	8,2	178,73	2,48	304,15	522,85	64,66	73,06
	Всего в день			44,93	45	234,87	1 482	0,86	9,22	179,03	2,48	770,69	989,72	120,53	74,53

2-ая неделя/Четверг

	Приём пищи,		Macca	Пищев	ые вещес	тва (г)	ICICA D		Витамин	ы (мг)		Мине	еральные в	ещества (мг)
	наименование бл	юда	порции	Б	ж	У	ККАЛ	B1	C	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак														
.K00065	Картофельное пюре		200	4,1	8,1	28	194	0,16	13,6	42,8		52	112	38	1,4
ШК22007	Биточки из говядины с соусом	томатным	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01			20		16	8,2
ШК00128	Чай с молоком и сахаром		200	1,6	1,4	8,6	53	0,01	0,31	6,91		57,3	46,3	9,9	0,8
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для питания	я детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		2							1		7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак 562			19,61	19,89	72,8	545	0,29	13,96	49,71		316,66	429,8	64,34	10,5
	Обед														
0000100	Суп картофельный с лапшой до	омашней (ПФ)	250	2,83	11,67	48,33	127	0,08	0,03	0,02		15,8	38,33	24	2,17
ДС00026	Каша гречневая рассыпчатая		160	4,59	5,76	35,2	155	0,2				13,76		129,96	4,46
ШК22005	Гуляш из курицы		90	14,04	10,98	0,9	140	0,09	0,16			24,01	1		1,33
КП22007	Напиток яблочный		200			17,6	67	0,04	9,36			56,51	2,4	38,53	0,81
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для питания	я детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		3							İ		11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского пита	эния)	40	. 3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8
	Всего в Обед	803		31,34	32,93	147,3	751	0,52	9,6	0,02		336,68	392,98	193,15	11,69
	Всего в день			50,95	52,82	220,1	1 297	0,81	23,57	49,72		653,34	822,78	257,49	22,19

2-ая неделя/Пятница

-	Приём пищі	•	Macca	Пищев	вые веще	ства (г)	ICICA D		Витами	ны (мг)		Ми	неральные і	вещества (мг)
	наименование б	люда	порции	Б	Ж	У	ККАЛ	B1	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
14	Завтрак													_	
J000049	Сок фруктовый		100	0,5	0,1	10	46	0,04	0,5			8	3		0,05
Д07ИБ19	Макароные изделия, с тёрты	и с сыром	190	12,67	11,72	42,28	331	0,08	0,06			220,88	3	20,62	1,08
КП22003	Чай с сахаром		200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный д питания	ля детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		2									7,36	1,5	0,44	0,06
	Всего в Завтрак	552		19,77	15,01	86,98	572	0,19	0,65	0,3		420,74	278,7	24,86	1,92
	Обед														
0000107	Фрукты свеж.100-130г(шт.)		100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
ШК00158	Суп картофельный с бобовым	и и гренками	250	6,56	7,54	33,01	250	0,21	75	81,25	0,45	31,1	43,75	37,5	1,22
0000101	Каша рисовая рассыпчатая с	маслом	150/4	4,9	3,7	30,9	201	0,15	8,48			89,93		58,6	1,56
Д07БЖ19	Рыба тушенная в томатном со	усе с овощами	90	14,2	6,9	2,8	130	0,11	1,44			16,05		21,7	0,52
КП22006	Компот из свежезамороженно	ой смородины	200	0,2	0,02	17	48		48			0,64			39,29
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный д. питания	ля детского	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04
сольйод	Соль йодированная		3									11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского пи	тания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8
	Всего в Обед	893		36,14	23,08	138,78	939	0,6	142,97	81,25	0,45	378,4	407	120,76	47,43
	Всего в день -			55,91	38,09	225,75	1 511	0,79	143,62	81,55	0,45	799,14	685,7	145,61	49,36
	Итого			553,93	530,56	2 086,	14 650	10,29	300,17	2 153,2	5,71	6 840,88	10 548,7	1 776,2	379,83
	Среднее за период			55,39	53,06	208,69	1 465	1,03	30,02	215,32	0,57	684,09	1 054,87	177,63	37,98
		держание белков, жиров, углеводов в меню период в % от калорийности				56,98									