

Согласовано
Начальник межрайонного ТО
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю № 2
В В Пронькин

Примерное меню раскладка
для организации бесплатного горячего питания завтраков и обедов обучающихся 1-4 классов в
муниципальных казенных общеобразовательных учреждений Левокумского муниципального округа на 2024-2025 учебный год

УТВЕРЖДАЮ
Начальник отдела образования
администрации Левокумского края
Ставропольского края
Е. А. Шевченко

Понедельник 1 неделя

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	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг				
котлеты рубленые из птицы	90	12,7	15,6	10,2	231,4	0	1,3	0,1	0,1	2,3	24,1	8,2	141	1,7	294	2011	
каша гречневая рассыпчатая	180	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	0	3	26	11	78	0,6	302	2011	
хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4	0,06	0	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8			
чай с лимоном	200	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5	377	2011	
Итого за приём пищи:	510	19,86	20,28	78,92	581,3	0,06	4,6	0,1	0,1	5,3	75	55,6	269,3	4,6			
Обед																	
икра свеколная	60	1,2	0,06	12,33	54,72	0,02	2,53	0	0	0	19,34	27,9	36,6	0,6	75	2011	
суп картофельный с домашней лапшой	200	3,9	2,8	19	117	0,1	6	0,2	0,4	0,4	21	22	54	0,9	113	2011	
биточки из говядины	90	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	22,2	11,3	91,1	2,4	268	2011		
каша ячневая рассыпчатая	150	4,78	4,43	30,88	182,55	0,09	0	0	0	23,74	39,2	164	1,61	302	2011		
чай с сахаром	180	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	0	1,4	11,1	2,8	0,28	376	2011	
хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2	0,1	0	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2			
хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4	0,06	0	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8			
Итого за приём пищи:	750	28,01	21,19	121,03	789,67	0,37	8,56	0,2	1,5	106,58	126,1	409,4	7,79				
Всего за день:	1210	47,87	41,47	199,95	1370,97	0,43	13,16	0,3	6,8	181,58	181,7	678,7	12,39				

Вторник 1 неделя

Завтрак																	
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	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг				
каша вязкая молочная из риса	210	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	0,3	35,2	61,8	108	0,5	174	2011		
кофейный напиток	200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	18,7	62,1	53,5	0,3	379	2011		
хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4	0,06	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8				
масло сливочное (порционно)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	0,1	0	1	2	0	14	2011		
яблоко калиброванное	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	0	0	0,1	32	22	4,4				

Сыр Российский (порционно)														
Итого за приём пищи:		15	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	5.5	132	75	0.2
		575	15.96	22.48	88.12	627	0.06	12.6	0.2	0.5	72.7	298.1	295.3	6.2
Обед														
Борщ с капустой и картофелем														
рис припущенный		200/4	1.8	5	12.3	102	0	22.2	0.2	2.3	27.4	54.5	51.8	1.3
рыба тушеная в соусе		150	3.6	4.7	38.4	211.1	0	0	0	0.3	27.9	8.9	80.8	0.5
кисель из сока		90/60	11.06	8.66	6.65	183.75	0.08	1.2	14.8	1.48	28.53	28.8	176.93	0.55
хлеб ржано-пшеничный		180	0.1	0	26.9	110.2	0	3	0	0	5	15.2	9.1	0.1
хлеб пшеничный		30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2
Итого за приём пищи:		40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8
Всего за день:		694	21.72	18.74	116.27	762.65	0.24	26.4	15	4.78	107.73	122	379.53	4.45
		1269	50.2	41.22	204.39	1389.65	0.3	39	15.2	5.28	180.43	420.1	674.83	10.65

Среда 1 неделя

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак										№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Мg, мг	Са, мг			Р, мг	Fe, мг
птица тушеная в соусе	120	12.7	15.6	10.2	231.4	0	1.3	0.1	2.3	24.1	8.2	141	1.7	292	2011
каша пшеничная	150	6.84	8.01	40.06	260	0.13	0	0	0	36.66	36.1	156	2.65	171	2011
хлеб пшеничный	50	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8		
чай с молоком	180	2.31	10.02	15	159	0.03	0.3	0	0	8.5	83.3	56.5	0.46	378	2011
Итого за приём пищи:	500	25.01	33.71	84.58	744.8	0.22	1.6	0.1	2.3	82.46	136.8	388.3	5.61		
суп картофельный с горохом	200	5.6	5.4	17.5	140.7	0.2	9.6	0.3	4	35.6	48.8	83.7	2.1	102	2011
тефтели из говядины	90	10.6	13.2	9.5	198.6	0	1.6	0	0.5	14.6	6.1	65.1	1.7	278	2011
макаронны отварные	150	5.5	4.8	31.3	191	0.01			0.8	7	11	36	0.8	202-203	2011
компот из яблок	180	0.2	0.2	27.1	111.1	0	4	0	0.3	4.9	14.5	4.4	0.9	342	2011
хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2		
хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8		
Итого за приём пищи:	690	27.06	23.98	117.42	797	0.37	15.2	0.3	6.3	81	95	250.1	7.5		
Всего за день:	1190	52.07	57.69	202	1541.8	0.59	16.8	0.4	8.6	163.46	231.8	638.4	13.11		

Четверг 1 неделя

Четверг 1 неделя

Завтрак

Завтрак																
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	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
Плов из птицы	90/150	22.5	11.2	45.57	373.3	0.18	3.9	0.35		10.5	10	31	0.4	291	2011	

горшок консервированный														
чай с сахаром	60	1.6	0.1	3.2	19.4	0.1	5		0.6	10.5	10	31	0.4	131
хлеб пшеничный	180	0.2	0.2	27.1	111.1	0	4	0	0.3	4.9	14.5	4.4	0.9	376
Итого за приём пищи:	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	2011
Икра свекольная	520	27.46	11.58	95.19	598.2	0.34	12.9	0.35	0.9	39.1	43.7	101.2	2.5	
суп с клецками	60	1.2	0.06	12.33	54.72	0.02	2.53	0	0	19.34	27.9	36.6	0.6	75
котлеты из говядины	200/4	3.56	4.59	18.79	144.25	0.09	4.6	3.39	12.38	26.72	2.1	20.28	0.49	108
каша пшеничная	90	12.9	13.5	11.8	219.8	0	0	0	0.4	22.2	11.3	91.1	2.4	268
компот из смеси с/ф	150	6.84	8.01	40.06	260	0.13	0	0	0	36.66	36.1	156	2.65	171
хлеб ржано-пшеничный	180	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	2	9.4	26.1	1.2	349
хлеб пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	2011
Итого за приём пищи:	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	
Всего за день:	754	28.46	26.48	122.07	857.05	0.38	4.6	3.39	13.48	106.48	73.5	328.28	7.54	
	1274	55.92	38.06	217.26	1455.25	0.72	17.5	3.74	14.38	145.58	117.2	429.48	10.04	

Пятница 1 неделя

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Завтрак														№ рецептуры	Сборник рецептур
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг				
Биточки из говядины	100	12.9	13.5	11.8	219.8	0	0	0	0.4	22.2	11.3	91.1	2.4	268	2011			
капуста тушеная	180	3.5	7.3	15.7	144.1	0.1	80	0.1	1.3	32.2	92.5	64.7	1.9	321	2011			
хлеб пшеничный	180	2.9	2.5	24.8	134	0	1	0	0	14	121	90	1	382	2011			
Итого за приём пищи:	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8					
	500	22.46	23.38	71.62	592.3	0.16	81	0.1	1.7	81.6	234	280.6	6.1					
суп крестьянский с крупой		Обед																
Фрикадельки из говядины	200/4	3	4.2	10.2	91	0.1	11	0.2	0.2	22	30	53	0.8	98	2011			
каша гречневая	90	6.52	5.38	9.03	111	2.5	0.1	12.1	0									
чай с лимоном	150	3.6	4.6	37.7	206					3	26	11	78	0.6	302			
хлеб ржано-пшеничный	180	1	0.2	19.6	83.4	0	4	0	0	8	14	14	2.8	377	2011			
хлеб пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2					
Итого за приём пищи:	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8					
Всего за день:	694	19.28	14.76	108.55	647	2.76	15.1	12.3	3.9	74.9	69.6	205.9	6.2					
	1194	41.74	38.14	180.17	1239.3	2.92	96.1	12.4	5.6	156.5	303.6	486.5	12.3					

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого по примерному меню

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины										Минеральные вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Na, мг	K, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг

Итого за весь период	246.6	216.52	991.44	6942.25	4.94	180.03	32.04	40.66	808.21	1226.5	2871.31	57.89
Среднее значение за период	45.18	41.33	181.8	1276.23	0.46	44.1	4.52	5.24	165.6	286.34	589.4	11.6
Возраст детей	Обед	Завтрак										
от 7 до 12 лет	724.2	541.6										

Понедельник 2 неделя

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Завтрак														№ рецептур	Сборник рецептур
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества						
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг								
каша вязкая молочная с пшенной крупы	200	5.7	6.8	41.7	252.6	0	1.3	0	0.3	35.2	61.8	108	0.5	173	2011			
масло сливочное	10	0.1	8.3	0.1	75	0	0	0.1	0.1	0	1	2	0	14	2011			
чай с лимоном	180/6	1	0.2	19.6	83.4	0	4	0	0	8	14	14	2.8	377	2011			
сыр порционный	15	3.5	4.5	0	54.5	0		0.1	0.1	5.5	132	75	0.2	15	2011			
яблококалиброванное	100	0.4	0.4	9.8	47	0	10	0	0	0.1	32	22	4.4	338	2011			
хлеб пшеничный	40	11.06	8.66	6.65	183.75	0.08	1.2	14.8	1.48	28.53	28.8	176.93	0.55					
Итого за приём пищи:	576	21.76	28.86	77.85	696.25	0.08	16.5	15	1.98	77.33	269.6	397.93	8.45					
Обед																		
икра кабачковая	60	2.72	7.18	14.53	133.8	0.03	4.67	0.3		18	91	55.8	0.73					
суп картофельный с горохом	200	5.6	5.4	17.5	140.7	0.2	9.6	0.3		35.6	48.8	83.7	2.1	102	2011			
фрикадельки мясные	90	8.42	11.69	9	184	2.67	0.26	17.84	0	13.58	25.7	80.98	5.29	280	2011			
каша ячневая	150	4.78	4.43	30.88	182.55	0.09	0	0	0	23.74	39.2	164	1.61	302	2011			
комлот из с/ф	180	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	2	9.4	0	0	349	2011			
хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2					
хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8					
Итого за приём пищи:	750	26.68	29.08	123.33	874.05	3.15	14.53	18.14	4.7	111.82	228.7	445.38	11.73					
Всего за день:	1326	48.44	57.94	201.18	1570.3	3.23	31.03	33.14	6.68	189.15	498.3	843.31	20.18					

Вторник 2 неделя

Вторник 2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак										№ рецептуры	Сборник рецептур			
		Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг			Ca, мг	P, мг	Fe, мг
котлета из говядины	90	52.07	57.69	202	1541.8	0.59	16.8	0.4	8.6	163.46	231.8	638.4	13.11	268	2011	
рис припущенный	150	3.6	4.7	38.4	211.1	0	0	0	0.3	27.9	8.9	80.8	0.5	305	2011	
чай с сахаром	180	4.78	4.43	30.88	182.55	0.09	0	0	0	23.74	39.2	164	1.61	376	2011	
икра кабачковая	60	2.72	7.18	14.53	133.8	0.03	4.67	0	0	18	91	55.8	0.73			
хлеб пшеничный	40	5.5	4.8	31.3	191	0.01	0	0	0.8	7	11	36	0.8			
Итого за приём пищи:	520	68.67	78.8	317.11	2260.25	0.72	21.47	0.4	9.7	240.1	381.9	975	16.75			
Обед																

Обед

суп картофельный с пшеничной крупой	200	1.87	2.26	13.49	91.2	0.1	9.6			25.12	24.2	62.2	0.96	97	2011
макаронны отварные с сыром	150/30	4.5	7.5	21	170.1	0.1			0.8	7.7	10.2	41.6	0.8	204	2011
кисель из яблок	200	0.1	0.11	22.58	10.28	0	3	0	0	5	15.2	9.1	0.1	352	2011
хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2		
хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8		
Итого за приём пищи:	690	11.63	10.25	89.09	427.18	0.36	12.6	0	1.5	56.72	64.2	173.8	3.86		
Всего за День:	1210	80.3	89.05	406.2	2687.43	1.08	34.07	0.4	11.2	296.82	446.1	1148.8	20.61		

Среда 2 неделя

Среда 2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак														
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
Запеканка из творога со ступенным молоком	200/40	5.2	5.9	10	117.8	0	4.1	2	2	36.9	24.2	71	1	223	2011	
чай с сахаром	200	0.2	0.2	27.1	111.1	0	4	0	0.3	4.9	14.5	4.4	0.9	376	2011	
хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8			
масло сливочное(порционно)	10	0.1	8.3	0.1	75	0	0	0.1	0.1	0	1	2	0	14	2011	
сыр Российский(порционно)	15	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	5.5	132	75	0.2	15	2011	
Итого за приём пищи:	505	12.16	18.98	56.52	452.8	0.06	8.1	2.2	2.5	60.5	180.9	187.2	2.9			
икра свекольная		Обед														
суп картофельный с рисом	60	1.2	0.06	12.33	54.72	0.02	2.53	0	0	19.34	27.9	36.6	0.6	75	2011	
котлеты рубленные из птицы	200	2.4	2.8	20.5	117.6	0.1	16.5	0.2	1.3	29.7	31.8	71.4	1.2	101	2011	
каша перловая	90	12.7	15.6	10.2	231.4	0	1.3	0.1	2.3	24.1	8.2	141	1.7	294	2011	
компот из смеси с/ф	150	6.84	8.01	40.06	260	0.13	0	40	0	36.66	36.1	156	2.65	171	2011	
хлеб ржано-пшеничный	180	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	2	9.4	0	0	349	2011	
хлеб пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2			
Итого за приём пищи:	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8			
Всего за День:	750	28.3	26.85	134.51	896.72	0.41	20.33	40.3	4.3	130.7	128	465.9	8.15			
	1255	40.46	45.83	191.03	1349.52	0.47	28.43	42.5	6.8	191.2	308.9	653.1	11.05			

Четверг 2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак													№ рецептуры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
Тефтели из говядины	100	10.6	13.2	9.5	198.6	0	1.6	0	0.5	14.6	6.1	65.1	1.7	279	2011	
Макаронные отварные	180	5.5	4.8	31.3	191	0.1			0.8	7	11	36	0.8	202-203	2011	
Кофейный напиток с молоком	180	3.1	2.4	17.2	103.5	0	1.3	0	0	18.7	62.1	53.5	0.3	379	2011	

Хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8
Итого за приём пищи:	500	22.36	20.48	77.32	587.5	0.16	2.9	0	1.3	53.5	88.4	189.4	3.6
Щи из свежей капусты со сметаной	200/4	1.77	4.95	7.9	89.75	0.06	89.75	0	0	0	0	0.83	88
Птица тушеная в соусе	90	12.7	15.6	10.2	231.4	0	1.3	0.1	2.3	24.1	8.2	141	1.7
Каша гречневая рассыпчатая	150	3.6	4.6	37.7	206	0	0	0	3	26	11	78	0.6
Чай с сахаром	180	0.07	0.02	15	60	0	0.03	0	0	1.4	11.1	2.8	0.28
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2
Хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8
Итого за приём пищи:	700	23.3	25.55	102.82	742.75	0.22	91.08	0.1	6	70.4	94.15	282.7	5.41
Всего за День:	1200	45.66	46.03	180.14	1330.25	0.38	93.98	0.1	7.3	123.9	182.55	472.1	9.01

Пятница 2 неделя

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг			
рыба тушеная в томате с овощами	90/60	11.06	8.66	6.65	183.75	0.08	1.2	14.8	1.48	28.53	28.8	176.93	0.55	229	2011	
пюре картофельное	150	3.6	4.7	38.4	211.1	0	0	0	0.3	27.9	8.9	80.8	0.5	312	2011	
чай с лимоном	180	1	0.2	19.6	83.4	0	4	0	0	8	14	14	2.8	377	2011	
хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8			
Итого за приём пищи:	520	18.82	13.64	83.97	572.65	0.14	5.2	14.8	1.78	77.63	60.9	306.53	4.65			
горошек консервированный	60	1.6	0.1	3.2	19.4	0.1	5		0.6	10.5	10	31	0.4	131	2011	
борщ со сметаной и фасолью	200/4	1.8	5	12.3	102	0	22.2	0.2	2.3	27.4	54.5	51.8	1.3	81/82	2011	
плов из птицы	90/150	22.5	11.2	45.57	373.3	0.18	3.9	0.35		10.5	10	31	0.4	291	2011	
компот из свежих плодов	180	0.2	0.2	27.1	111.1	0	4	0	0.3	4.9	14.5	4.4	0.9	342	2011	
хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2			
хлеб пшеничный	40	3.16	0.08	19.32	94.4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8			
Итого за приём пищи:	754	31.26	16.88	120.19	761.4	0.44	35.1	0.55	3.9	72.2	103.6	179.1	5			
Всего за день:																

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	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
Итого за весь период	264.9	269.4	1182.7	8271.6	5.7	227.8	91.5	37.7	950.9	1600.4	3602.9	70.5		
Среднее значение за период	52.988	53.874	236.542	1654.31	1.148	45.562	18.3	7.532	190.18	320.07	720.588	14.1		
Содержание белков жиров углеводов в меню в %	1	1.5	4.1											

Возраст Детей | Обед | Завтрак

01 7 40 12 net	716.6	523.3
----------------	-------	-------