

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ СОШ

с.Хворостянка

/Савенкова О.А./

« 9 » августа 2021 год

*Савенкова*

## **ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Липовский филиал ГБОУ СОШ с.Хворостянка

(10,5 часов пребывания)

День: первый

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№2	<b>Завтрак</b> 1.Каша геркулесовая на молоке	200	6,5	8,3	27,0	210,3	0,1	0,6	0	1,1	126,9	47,8	166,3	1,2
№40	2.Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№6	3.с сыром	5	2,31	2,98	0	36,52	0,01	0	0,03	0,07	88,44	3,69	50,25	0,1
№5	4.Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак</b> сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>13,61</b>	<b>12,96</b>	<b>83,21</b>	<b>506,22</b>	<b>0,23</b>	<b>4,18</b>	<b>0,03</b>	<b>1,35</b>	<b>239,96</b>	<b>67,14</b>	<b>265,27</b>	<b>4,7</b>
	<b>Обед</b>													
№3	1.Суп рисовый со сметаной	200	4,0	7,3	9,4	122,1	0	7,8	0,2	0,3	41,5	21,9	65,2	1,2
	Мясо отварное тушенное с картофелем	200	8,49	8,35	7,28	151,94	0,07	4,35	0,9	0,1	35,92	0,11	22,6	1,44
№40	2.Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№4	3.кисель	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	0	2	5	0,4	0,00	1,0	0,00
	<b>Итого</b>		<b>18,69</b>	<b>36,24</b>	<b>85,08</b>	<b>589,44</b>	<b>0,28</b>	<b>12,15</b>	<b>3,1</b>	<b>6,2</b>	<b>93,62</b>	35,21	151,8	4,54
	<b>Полдник</b>													
	1.Печенье	25	3	3,9	29,8	166,8	0	0	0	0	11,6	8	36	0,8
	2.Компот	200	0	0	14	55,8	0	0	0	0	7,4	1,6	0	0
	<b>Итого</b>		<b>3</b>	<b>3,9</b>	<b>43,8</b>	<b>222,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>19</b>	<b>9,6</b>	<b>36</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>35,3</b>	<b>53,1</b>	<b>212,09</b>	<b>1318,26</b>	<b>0,51</b>	<b>16,33</b>	<b>3,13</b>	<b>7,55</b>	<b>352,58</b>	<b>111,95</b>	<b>453,07</b>	<b>10,04</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: второй

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№8	<b>Завтрак</b> 1. Каша манная	200	5,9	6,7	29,7	202,9	0	0,5	0	0,9	114,8	17,2	97,8	0,4
№40	2. Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
	3. Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак</b> сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>14,8</b>	<b>11,78</b>	<b>91,91</b>	<b>534,1</b>	<b>0,22</b>	<b>4,78</b>	<b>0</b>	<b>1,08</b>	<b>284,22</b>	<b>49,55</b>	<b>249,72</b>	<b>3,6</b>
	<b>Обед</b>													
№32	Суп картофельный на мк/б	200	1,89	1,0	7,75	56,26	0,07	5,86	0,18	4,21	21,04	0,05	5,30	0,57
№11	2. Гороховое пюре	150	2,6	0,9	8,7	48,0	0,1	0,2	0,6	4,88	16,3	0	131,0	0,8
№12	с фрикадельками	80	13,00	8,80	12,50	198,0	0,03	0,56	21,00	0,0	9,80	60,34	7,15	0,7
№40	3. Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№38	4. Компот	200	0	0	14	55,8	0	0	0	0	7,4	1,6	0	0
	<b>Итого</b>		<b>23,59</b>	<b>12,5</b>	<b>83,45</b>	<b>560,46</b>	<b>0,13</b>	<b>6,62</b>	<b>21,78</b>	<b>9,89</b>	<b>70,34</b>	<b>75,19</b>	<b>206,45</b>	<b>3,97</b>
	<b>Полдник</b>													
	1. Пряник	25	3	3,9	29,8	166,8	0	0	0	0	11,6	8	36	0,8
	2. Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	0	2	5	0,4	0,00	1,0	0,00
	3 Яблоко	80	0,8	0,2	7,3	38,7	0	54	0	0,2	30,6	11,7	20,7	0,3
	<b>Итого</b>		<b>3,9</b>	<b>4,2</b>	<b>65</b>	<b>318,5</b>	<b>0,01</b>	<b>54</b>	<b>2</b>	<b>5,2</b>	<b>42,6</b>	<b>19,7</b>	<b>57,7</b>	<b>1,1</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>42,29</b>	<b>28,48</b>	<b>240,36</b>	<b>1413,06</b>	<b>0,36</b>	<b>65,4</b>	<b>23,78</b>	<b>16,17</b>	<b>397,16</b>	<b>144,44</b>	<b>513,67</b>	<b>8,67</b>

Проводится С-витаминация 3 блюда.

День: третий

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
	1.Каша рисовая	200	4,9	6,7	29,9	200,7	0	0,5	0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4
	2.Хлеб	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
	Со сгущенным молоком	10	0,72	0,85	5,55	32,80	0,01	0,10	0,02	4,20	30,70	21,90	3,40	0,02
	3.Чай с лимоном	200	0,1	0	11,7	48,1	0	0,8	0	0	10,7	3,9	4,7	0,5
	<b>Второй завтрак</b> сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>10,42</b>	<b>9,23</b>	<b>90,56</b>	<b>489,5</b>	<b>0,22</b>	<b>4,98</b>	<b>0,02</b>	<b>4,58</b>	<b>175,62</b>	<b>65,05</b>	<b>167,92</b>	<b>3,92</b>
	<b>Обед</b>													
№17	Салат из капусты с морковью ( салат из огурцов и помидоров)	60	1,65/ 10,91	7,09/ 61,61	4,91/ 34,72	90,77/ 737	0,03/ 0,48	25,75/ 249	1,98/ 2,08	0,00/ 1,98	46,56/ 330,8	0,04/ 0,52	16,15/ 16,15	0,59/ 8,78
	2. Суп пшеничный рыбный.	200	1,0	2,6	16,65	150,85	0,01	8,0	16,2	13,45	1,0	0,02	59,8	1,3
	Макароны с тушеной рыбой	200	14,184	3,696	2,336	98,664	0,064	0,824	0	0	43,464	0	0	0,864
№40	3.Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№4	3.Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	0	2	5	0,4	0,00	1,0	0,00
	<b>Итого</b>		<b>32,294</b>	<b>69,806</b>	<b>122,106</b>	<b>1301,914</b>	<b>0,764</b>	<b>257,824</b>	<b>20,28</b>	<b>21,23</b>	<b>391,464</b>	<b>13,74</b>	<b>139,95</b>	<b>12,844</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Булочка	25	5,6	5,1	32,8	198,8	0,1	0,2	0	0,8	38,9	10,2	63,4	0,6
	2.Йогурт	200	3,2	2,7	5,8	60	0	0,7	0	0	120	14	95	0
	<b>Итого:</b>		<b>8,8</b>	<b>7,8</b>	<b>38,6</b>	<b>258,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>158,9</b>	<b>24,2</b>	<b>158,4</b>	<b>0,6</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>51,514</b>	<b>86,836</b>	<b>251,266</b>	<b>2050,214</b>	<b>1,084</b>	<b>263,704</b>	<b>20,3</b>	<b>26,61</b>	<b>725,984</b>	<b>102,99</b>	<b>466,27</b>	<b>17,364</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: четвертый

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№1	<b>Завтрак</b> 1. Омлет	200	9,65	15,93	1,82	189,28	0,05	0	0,18	3,28	76,44	12,74	165,62	1,82
№40	2. Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№	3. Какао	200	5,4	4,5	19,2	138,9	0,1	0,8	0	0	169,0	30,1	134,9	0,8
	<b>Второй завтрак</b> сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>19,75</b>	<b>22,11</b>	<b>64,43</b>	<b>536,08</b>	<b>0,27</b>	<b>4,38</b>	<b>0,18</b>	<b>3,46</b>	<b>267,46</b>	<b>56,49</b>	<b>345,54</b>	<b>5,62</b>
	<b>Обед</b>													
	1. Суп гороховый вегетарианский	200	7,3	5,2	30,3	197,7	0,3	4,6	0,2	2,1	39,7	35,2	91,3	2,2
№23	2. Гречка отварная	150	5,04	1,0	27,2	130,4	0,10	0,0	0,24	6,4	5,16	100,12	50,45	2,00
№24	С сосиской	80	5,62	15,68	10,38	205,60	0,04	0,07	0,55	42,00	30,90	94,10	8,30	1,66
№40	3. Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№38	4. Компот	200	0	0	14	55,8	0	0	0	0	7,4	1,6	0	0
	<b>Итого</b>		<b>24,06</b>	<b>23,68</b>	<b>122,38</b>	<b>791,9</b>	<b>0,64</b>	<b>4,67</b>	<b>0,99</b>	<b>51,3</b>	<b>98,96</b>	<b>244,22</b>	<b>213,05</b>	<b>5,56</b>
	<b>Полдник</b>													
	1. Баранки	25	5,0	4,0	42,3	224,0	0,1	0	0	1,0	11,2	7,1	39,3	0,4
	2. Ряженка с сахаром	200	3,2	2,7	5,8	60	0	0,7	0	0	120	14	95	0
	<b>Итого:</b>		<b>8,2</b>	<b>6,7</b>	<b>48,1</b>	<b>284</b>	<b>0,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0</b>	<b>1,0</b>	<b>131,2</b>	<b>21,1</b>	<b>134,3</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>52,01</b>	<b>52,49</b>	<b>234,91</b>	<b>1611,98</b>	<b>1,01</b>	<b>9,75</b>	<b>1,17</b>	<b>55,76</b>	<b>497,62</b>	<b>321,81</b>	<b>692,89</b>	<b>11,58</b>

Проводится С-витаминация 3 блюда.

День: пятый Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№25	<b>Завтрак</b> 1.Суп молочный с вермишелью	200	5,7	4,9	21,7	155	0,08	0,0	1	21,19	149	119,9	79,99	1,5
№40	2.Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№20	С маслом	7	0,05	4,15	0,05	37,5	0	0	0,04	0,05	0,5	0	1	0
№5	3.Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак</b> сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>10,55</b>	<b>10,73</b>	<b>77,96</b>	<b>451,9</b>	<b>0,2</b>	<b>3,58</b>	<b>1,04</b>	<b>21,42</b>	<b>174,12</b>	<b>135,55</b>	<b>129,71</b>	<b>4,9</b>
	<b>Обед</b>													
	1.Суп перловый на мк/б	200	1,31	1,80	12,48	68,35	0,07	12,70	1,06	9,43	15,32	0,04	17,46	0,66
	2.Капуста тушеная с мясом курицы.	150	3,2	4,1	14,6	109,7	0	28,3	0,1	1,8	72,0	26,1	51,3	1,6
		80	15,58	9,94	0,0	162,72	0,08	0,93	39,00	0,00	11,83	112,7	0,86	0,62
№40	3.Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№4	3.Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	0	2	5	0,4	0,00	1,0	0,00
	<b>Итого</b>		<b>26,29</b>	<b>17,74</b>	<b>95,48</b>	<b>656,17</b>	<b>0,36</b>	<b>41,93</b>	<b>42,16</b>	<b>17,03</b>	<b>115,35</b>	<b>152,04</b>	<b>113,62</b>	<b>4,78</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Пирог с яблоками (капустой, морковью, повидлом).	70	5,0	4,0	42,3	224,0	0,1	0	0	1,0	11,2	7,1	39,3	0,4
	2.Компот	200	0	0	14	55,8	0	0	0	0	7,4	1,6	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>5,0</b>	<b>4,0</b>	<b>56,3</b>	<b>279,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,0</b>	<b>18,6</b>	<b>8,7</b>	<b>39,3</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>41,84</b>	<b>32,47</b>	<b>229,74</b>	<b>1387,87</b>	<b>0,66</b>	<b>45,51</b>	<b>43,2</b>	<b>39,45</b>	<b>308,07</b>	<b>296,29</b>	<b>282,63</b>	<b>10,08</b>
	<b>Итого за пять дней</b>		<b>213,694</b>	<b>198,856</b>	<b>1138,556</b>	<b>7135,154</b>	<b>3,174</b>	<b>177,444</b>	<b>91,48</b>	<b>143,56</b>	<b>1997,174</b>	<b>977</b>	<b>1942,26</b>	<b>49,544</b>

Проводится С-витаминация 3 блюда.

День: первый

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
№28	<b>Завтрак</b> 1.Каша пшеничная на молоке	200	7,3	7,5	35,7	240,0	0,2	0,5	0	1,1	118,0	41,8	157,0	1,2
№40	2.Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№6	С сыром	5	2,31	2,98	0	36,52	0,01	0	0,03	0,07	88,44	3,69	50,25	0,1
№5	3.Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак</b> сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>18,51</b>	<b>15,56</b>	<b>97,91</b>	<b>607,72</b>	<b>0,43</b>	<b>4,78</b>	<b>0,03</b>	<b>1,35</b>	<b>375,86</b>	<b>77,84</b>	<b>359,17</b>	<b>4,5</b>
	<b>Обед</b>													
	1.Салат с консервированной кукурузой.	60	2,2	0,0	11,2	56	0,06	4,8	1,012	0,03	12,87	50,0	15,6	6,78
	2.Щи на мк/б	200	4,9	7,8	7,4	122,6	0	8,8	0,2	0,3	51,9	23,3	69,5	1,3
№29	3.Плов с мясом курицы	230	24,99	22,74	49,26	501,64	0,07	1,10	0,0	0,0	38,8	0,0	0,0	2,1
№40	4.Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№38	5.Компот	200	0	0	14	55,8	0	0	0	0	7,4	1,6	0	0
	<b>Итого</b>		<b>38,19</b>	<b>32,34</b>	<b>122,36</b>	<b>938,44</b>	<b>0,33</b>	<b>14,7</b>	<b>1,212</b>	<b>1,13</b>	<b>126,77</b>	<b>88,1</b>	<b>148,1</b>	<b>12,08</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Печенье	25	3	3,9	29,8	166,8	0	0	0	0	11,6	8	36	0,8
	2.Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Итого:</b>		<b>3,1</b>	<b>3,9</b>	<b>42,6</b>	<b>218,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>14,2</b>	<b>10</b>	<b>39,7</b>	<b>1,2</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>59,8</b>	<b>51,8</b>	<b>262,87</b>	<b>1764,46</b>	<b>0,76</b>	<b>19,48</b>	<b>1,242</b>	<b>2,48</b>	<b>516,83</b>	<b>175,94</b>	<b>546,97</b>	<b>17,78</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: второй

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
<b>№30</b>	<b>Завтрак</b> 1.Каша кукурузная на молоке	200	4,075	0,6	0,6	165,98	0,05	0	0,18	3,28	76,44	12,74	165,62	1,82
№40	2.Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
	со сгущенным молоком	10	0,72	0,85	5,55	32,80	0,01	0,10	0,02	4,20	30,70	21,90	3,40	0,02
№	4.Чай с лимоном	200	0,1	0	11,7	48,1	0	0,8	0	0	10,7	3,9	4,7	0,5
	<b>Второй завтрак</b> сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>9,595</b>	<b>3,13</b>	<b>61,26</b>	<b>454,78</b>	<b>0,18</b>	<b>4,48</b>	<b>0,2</b>	<b>7,66</b>	<b>139,86</b>	<b>52,19</b>	<b>218,74</b>	<b>5,34</b>
	<b>Обед</b>													
№31	1.Суп вермишелевый на мк/б	200	5,0	4,9	18,2	137,2	0,1	4,2	0,2	0,6	29,6	20,6	66,9	1,4
	2.Гречка с фрикадельками	150 80	5,04	1,0	27,2	130,4	0,10	0,0	0,24	6,4	5,16	100,12	50,45	2,00
№40	3.Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
	4.Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	0	2	5	0,4	0,00	1,0	0,00
	<b>Итого</b>		<b>16,24</b>	<b>7,8</b>	<b>113,8</b>	<b>583</b>	<b>0,41</b>	<b>4,2</b>	<b>2,44</b>	<b>12,8</b>	<b>50,96</b>	<b>133,92</b>	<b>181,35</b>	<b>5,3</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Пряник	25	3	3,9	29,8	166,8	0	0	0	0	11,6	8	36	0,8
	2.Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	3.Фрукты (груша)	80	0,4	0,4	8,8	42,3	0	9	0	0,6	14,4	7,2	9,9	2
	<b>Итого:</b>		<b>3,5</b>	<b>4,3</b>	<b>51,4</b>	<b>260,6</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0,6</b>	<b>28,6</b>	<b>17,2</b>	<b>49,6</b>	<b>3,2</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>29,335</b>	<b>15,23</b>	<b>226,46</b>	<b>1298,38</b>	<b>0,59</b>	<b>17,68</b>	<b>2,64</b>	<b>21,06</b>	<b>219,42</b>	<b>203,31</b>	<b>449,69</b>	<b>13,84</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.



День: третий

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
	1. Каша ячневая на молоке	200	6,9	6,9	33,4	223,5	0,1	0,5	0	0,1	134,8	30,7	202,2	0,9
	2. Хлеб со сливочным маслом	50 7	3,8 0,05	1,5 4,15	25,7 0,05	131 37,5	0,1 0	0 0	0 0,04	0 0,05	9,5 0,5	6,5 0	32,5 1	0,5 0
	3. Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак сок</b>	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>11,75</b>	<b>12,73</b>	<b>89,66</b>	<b>520,4</b>	<b>0,22</b>	<b>4,08</b>	<b>0,04</b>	<b>0,33</b>	<b>159,92</b>	<b>46,35</b>	<b>248,22</b>	<b>4,3</b>
	<b>Обед</b>													
	1. Салат с зеленым горошком	60	1,08	4,47	7,08	73,07	0,05	4,37	0,019	0,0	14,03	36,61	16,15	0,51
	2. Суп с рыбными консервами.	200	1,0	2,6	16,65	150,85	0,01	8,0	16,2	13,45	1,0	0,02	59,8	1,3
№33	3. Картофель отварной	180	2,7	5,0	17,7	126,8	0,1	8,5	0	0,2	33,5	24,4	72,2	1
№24	Рыбой тушенной	70	17,4	13,9	10,9	147,8	0,1	0,8	0	2,2	31,1	31,5	209,8	0,8
№40	4. Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№37	5. Компот	200	0	0	14	55,8	0	0	0	0	7,4	1,6	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>28,28</b>	<b>27,77</b>	<b>106,83</b>	<b>756,72</b>	<b>0,46</b>	<b>21,67</b>	<b>16,219</b>	<b>16,65</b>	<b>102,83</b>	<b>107,33</b>	<b>420,95</b>	<b>5,51</b>
	<b>Полдник</b>													
	1. Вафли	25	1,1	1,3	30,9	141,6	0	0	0	0	6,4	4	14,4	0,6
	2. Йогурт	200	3,2	2,7	5,8	60	0	0,7	0	0	120	14	95	0
	<b>Итого</b>		<b>4,3</b>	<b>4</b>	<b>36,7</b>	<b>147,6</b>	<b>0</b>	<b>0,7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>126,4</b>	<b>18</b>	<b>109,4</b>	<b>0,6</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>44,33</b>	<b>44,5</b>	<b>233,19</b>	<b>1424,7</b>	<b>0,68</b>	<b>26,45</b>	<b>16,259</b>	<b>16,98</b>	<b>389,15</b>	<b>171,68</b>	<b>778,57</b>	<b>10,41</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: четвертый

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b> 1. Макароны отварные с слив. маслом	200	7,02	7,38	37,512	248,85	0,072	0	0	0	7,578	0	0	0,972
№40	2. Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№20	Какао	200	5,4	4,5	19,2	138,9	0,1	0,8	0	0	169,0	30,1	134,9	0,8
	<b>Второй завтрак</b> Сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>17,12</b>	<b>13,56</b>	<b>100,122</b>	<b>595,65</b>	<b>0,292</b>	<b>4,38</b>	<b>0</b>	<b>0,18</b>	<b>198,598</b>	<b>43,75</b>	<b>179,92</b>	<b>4,772</b>
	<b>Обед</b>													
	1. Суп картофельный с галушками со сметаной	200	4,9	5,1	18,2	138,7	0,1	4,3	0,2	0,5	30,5	20,3	66,0	1,3
	2. Гороховое пюре	150	2,6	0,9	8,7	48,0	0,1	0,2	0,6	4,88	16,3	0	131,0	0,8
	С сосиской	70	5,62	15,68	10,38	205,60	0,04	0,07	0,55	42,00	30,90	94,10	8,30	1,66
№40	3. Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
	4. Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	0	2	5	0,4	0,00	1,0	0,00
	<b>Итого</b>		<b>19,32</b>	<b>23,58</b>	<b>105,68</b>	<b>707,7</b>	<b>0,45</b>	<b>4,57</b>	<b>3,35</b>	<b>53,18</b>	<b>93,9</b>	<b>127,6</b>	<b>269,3</b>	<b>5,66</b>
	<b>Полдник</b>													
	1. Баранки	25	5,0	4,0	42,3	224,0	0,1	0	0	1,0	11,2	7,1	39,3	0,4
	2. Ряженка с сахаром	200	3,2	2,7	5,8	60	0	0,7	0	0	120	14	95	0
	<b>Итого:</b>		<b>8,2</b>	<b>6,7</b>	<b>48,1</b>	<b>284</b>	<b>0,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>131,2</b>	<b>21,1</b>	<b>134,3</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>44,64</b>	<b>43,84</b>	<b>253,902</b>	<b>1587,35</b>	<b>0,842</b>	<b>9,65</b>	<b>3,35</b>	<b>4,53</b>	<b>423,698</b>	<b>192,45</b>	<b>583,52</b>	<b>10,832</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: пятый Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b> 1.Каша гречневая на молоке	200	6,7	8,4	23,9	197,9	0,2	0,8	0	1,4	159,8	53,1	162,8	1,5
№40	2.Хлеб пшеничный	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№5	4.Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак</b> Сок	200	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>11,5</b>	<b>10,08</b>	<b>80,11</b>	<b>457,3</b>	<b>0,32</b>	<b>4,38</b>	<b>0</b>	<b>1,58</b>	<b>184,42</b>	<b>68,75</b>	<b>211,52</b>	<b>4,9</b>
	<b>Обед</b>													
	1.Салат «Витаминный» (салат огурцы с помидорой)	60	0,63	9,09	6,22	109,91	0,02	9,84	4,04	0,00	54,67	14,12	8,06	0,55
	2.Борщ на мк/б	200	1,8	4,9	12,7	105,1	0	8,0	0,2	0,3	52,5	31,2	50,6	2,0
	3.Макароны с гуляшом мясом курицы	200	11,67	9,37	15,29	224,32	0,08	0,56	0,0	0,0	31,49	0,0	0,0	1,38
№40	3.Хлеб пшеничный	30	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
№41	Ржано-пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
№38	4.Компот	200	0	0	14	55,8	0	0	0	0	7,4	1,6	0	0
	<b>Итого</b>		<b>20,2</b>	<b>25,16</b>	<b>88,71</b>	<b>697,53</b>	<b>0,3</b>	<b>18,4</b>	<b>4,24</b>	<b>1,1</b>	<b>161,86</b>	<b>60,12</b>	<b>121,66</b>	<b>5,83</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Оладьи со сметаной (Блины с повидлом)	80	4,56	2,4	41,76	202,8	0,04	10,8	0	0	74,4	0	0	111,6
	2.Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113	0,01	0	2	5	0,4	0,00	1,0	0,00
	<b>Итого:</b>		<b>4,66</b>	<b>2,5</b>	<b>69,66</b>	<b>315,8</b>	<b>0,05</b>	<b>10,8</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>74,8</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>111,6</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>36,36</b>	<b>37,74</b>	<b>238,48</b>	<b>1470,63</b>	<b>0,67</b>	<b>33,58</b>	<b>6,24</b>	<b>7,68</b>	<b>421,08</b>	<b>128,87</b>	<b>334,18</b>	<b>122,33</b>
	<b>Итого за пять дней:</b>		<b>214,46</b>	<b>193,1</b>	<b>1214,902</b>	<b>7545,54</b>	<b>3,542</b>	<b>106,84</b>	<b>29,731</b>	<b>52,73</b>	<b>1970,178</b>	<b>872,25</b>	<b>2692,93</b>	<b>175,19</b>
	<b>Итого за десять дней:</b>		<b>428,155</b>	<b>391,966</b>	<b>2353,458</b>	<b>14680,694</b>	<b>6,716</b>	<b>284,28</b>	<b>121,211</b>	<b>196,29</b>	<b>3967,352</b>	<b>1849,25</b>	<b>4635,196</b>	<b>224,736</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: первый  
 Неделя: первая  
 Сезон: осенне-зимний  
 Возрастная категория: 1-3лет

N рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№2	<b>Завтрак</b> 1.Каша геркулесовая на молоке	150	3,67	5,57	17,19	133,70	0,09	0,27	17,73	0,33	66,43	103,02	30,29	0,74
№40	2.Хлеб пшеничный	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№6	3.с сыром	3	2,32	2,95	0,00	36,40	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10
№5	4.Чай	150	0,00	0,00	7,49	29,93	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>8,09</b>	<b>9,22</b>	<b>44,78</b>	<b>298,03</b>	<b>0,12</b>	<b>2,34</b>	<b>43,73</b>	<b>0,82</b>	<b>180,95</b>	<b>185,15</b>	<b>40,39</b>	<b>2,5</b>
	<b>Обед</b>													
№3	1.Суп рисовый со сметаной	150	3,6	5,3	6,1	82,1	0	5,4	0,1	0,1	15,7	14,3	43,4	0,8
	Мясо отварное тушенное с картофелем	150	14,67	14,13	26,53	292,34	0,21	15,00	13,50	0,45	36,36	204,03	46,68	3,01
№40	2.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№4	3.кисель	150	0,08	0,03	18,34	73,60	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14
	<b>Итого</b>		<b>21,27</b>	<b>20,28</b>	<b>69,17</b>	<b>540,04</b>	<b>0,25</b>	<b>27,9</b>	<b>13,6</b>	<b>1,12</b>	<b>113,91</b>	<b>291,65</b>	<b>100,01</b>	<b>4,81</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Печенье	25	3	3,9	29,8	166,8	0	0	0	0	11,6	8	36	0,8
	2.Компот	150	0,21	0,05	20,91	85,14	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32
	<b>Итого</b>		<b>3,21</b>	<b>3,95</b>	<b>50,71</b>	<b>251,94</b>	<b>0,01</b>	<b>0</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>19,25</b>	<b>19,61</b>	<b>39,78</b>	<b>1,12</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>32,57</b>	<b>33,45</b>	<b>164,66</b>	<b>1090,01</b>	<b>0,38</b>	<b>30,24</b>	<b>57,38</b>	<b>1,99</b>	<b>314,11</b>	<b>496,41</b>	<b>180,17</b>	<b>8,43</b>

Проводится С-витаминация 3 блюда.

День: второй

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№8	<b>Завтрак</b> 1. Каша манная	150	4,37	4,78	20,50	142,81	0,04	0,49	19,44	0,30	103,93	90,65	14,82	0,29
№40	2. Хлеб пшеничный	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№5	3. Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>9,4</b>	<b>8,36</b>	<b>53,75</b>	<b>331,18</b>	<b>0,09</b>	<b>3,03</b>	<b>32,94</b>	<b>0,74</b>	<b>224,76</b>	<b>196,35</b>	<b>34,02</b>	<b>2,14</b>
	<b>Обед</b>													
№32	Суп картофельный на мк/б	150	1,26	0,8	5,52	38,45	0,05	3,56	0,12	3,07	18,01	0,03	4,43	0,38
№11	2. Гороховое пюре	120	1,9	0,6	5,8	32,0	0,0	0,0	0,2	3,22	11,4	0,0	91,0	0,6
№12	с фрикадельками	60	11,00	6,80	9,50	178,0	0,01	0,39	16,00	0,0	8,80	54,34	5,15	0,2
№40	3. Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№38	4. Компот	150	0,21	0,05	20,91	85,14	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32
	<b>Итого</b>		<b>18,89</b>	<b>9,07</b>	<b>59,93</b>	<b>425,59</b>	<b>1,01</b>	<b>3,95</b>	<b>16,37</b>	<b>6,86</b>	<b>100,56</b>	<b>132,78</b>	<b>111,96</b>	<b>2,36</b>
	<b>Полдник</b>													
	1. Пряник	25	3	3,9	29,8	166,8	0	0	0	0	11,6	8	36	0,8
	2. Кисель	150	0,08	0,03	18,34	73,60	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14
	ЗЯблоко	60	0,6	0,1	6,7	18,9	0	47	0	0,1	26,6	9,7	15,7	0,1
	<b>Итого</b>		<b>3,68</b>	<b>4,03</b>	<b>54,84</b>	<b>259,3</b>	<b>00</b>	<b>54,5</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>45,35</b>	<b>24,22</b>	<b>54,03</b>	<b>1,04</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>31,97</b>	<b>21,46</b>	<b>168,52</b>	<b>1016,07</b>	<b>1,1</b>	<b>61,48</b>	<b>49,31</b>	<b>7,75</b>	<b>370,67</b>	<b>353,35</b>	<b>200,01</b>	<b>5,54</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: третий  
 Неделя: первая  
 Сезон: осенне-зимний  
 Возрастная категория: 1-3 лет

N рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		B	C	E	A	Ca	P	Mg	Fe
	1.Каша рисовая	150	3,6	4,3	22,9	180,7	0	0,2	0	0,1	94,2	17,6	100,9	0,2
	2.Хлеб	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
	Со сгущенным молоком	5	0,72	0,85	5,55	32,80	0,01	0,10	4,20	0,02	31,70	21,90	3,40	0,02
	3.Чай с лимоном	150	0,03	0,00	7,58	30,95	0,00	1,20	0,00	0,01	4,02	4,99	0,36	0,04
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>6,45</b>	<b>5,85</b>	<b>56,13</b>	<b>342,45</b>	<b>0,04</b>	<b>3,5</b>	<b>4,2</b>	<b>0,57</b>	<b>141,62</b>	<b>68,29</b>	<b>111,26</b>	<b>1,9</b>
	<b>Обед</b>													
№17	Салат из капусты с морковью ( салат из огурцов и помидоров)	40	0,49 /0,21	3,03 /3,62	2,89 /0,66	41,05 /36,06	0,01 /0,01	7,70 /2,64	0,00 /0,00	1,36 /1,61	48,45 /6,35	9,57 /11,22	5,18 /3,71	0,18 /0,16
	2 Суп пшеничный рыбный.	150	1,0	1,9	11,25	100,9	0,01	6,0	11,2	10,15	0,8	0,01	35,8	0,8
	Макароны с тушеной рыбой	150 60	1,84 10,89 6	1,45 5,96	11,75 7,784	67,50 128	0,03 0,056	0,00 0,64	4,50 0	0,26 0	5,18 46,4	15,15 0	2,77 0	0,28 0,74
№40	3.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№4	3.Кисель	150	0,08	0,03	18,34	73,60	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14
	<b>Итого</b>		<b>128,2</b>	<b>13,78</b>	<b>67,984</b>	<b>498,06</b>	<b>0,146</b>	<b>16,78</b>	<b>15,7</b>	<b>12,59</b>	<b>120,58</b>	<b>99,7</b>	<b>52,21</b>	<b>2,98</b>
	<b>Полдник</b>													
	Булочка	25	2,46	1,64	23,96	118,80	0,04	0,27	1,20	0,72	17,00	29,83	5,32	0,45
	Йогурт	150	3,92	3,78	14,28	113,68	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14
	<b>Итого:</b>		<b>6,38</b>	<b>5,42</b>	<b>38,24</b>	<b>232,48</b>	<b>0,08</b>	<b>1,11</b>	<b>15,2</b>	<b>0,72</b>	<b>190,6</b>	<b>162,83</b>	<b>26,32</b>	<b>0,59</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>41,03</b>	<b>25,05</b>	<b>162,354</b>	<b>1043,99</b>	<b>0,266</b>	<b>21,39</b>	<b>35,1</b>	<b>13,88</b>	<b>452,8</b>	<b>330,82</b>	<b>189,79</b>	<b>5,47</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: четвертый

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 1-3лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№1	<b>Завтрак</b> 1.Омлет	180	8,35	8,99	1,56	120,57	0,05	0,14	8,46	0,38	62,97	137,49	10,60	1,53
№40	2.Хлеб пшеничный	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№	3.Какао	150	2,75	2,61	10,97	79,10	0,02	0,41	10,13	0,01	85,74	81,08	22,20	0,75
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>13,2</b>	<b>12,3</b>	<b>32,63</b>	<b>297,67</b>	<b>1</b>	<b>2,55</b>	<b>18,59</b>	<b>0,83</b>	<b>160,41</b>	<b>242,37</b>	<b>39,4</b>	<b>3,92</b>
	<b>Обед</b>													
	Суп гороховый вегетарианский	150	3,49	2,68	8,99	74,20	0,10	3,24	0,00	1,17	16,67	47,81	17,31	0,87
№23	2.Гречка отварная	120	2,11	1,79	9,52	62,50	0,07	0,00	4,50	0,15	3,97	50,00	33,33	2,67
№24	С сосиской	60	4,72	10,21	7,38	140,90	0,01	0,02	0,22	39,00	20,60	61,09	6,90	1,11
№40	3.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№38	4.Компот	150	0,21	0,05	20,91	85,14	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32
	<b>Итого</b>		<b>13,45</b>	<b>15,55</b>	<b>65</b>	<b>454,74</b>	<b>0,23</b>	<b>3,26</b>	<b>4,77</b>	<b>40,89</b>	<b>103,59</b>	<b>237,31</b>	<b>68,92</b>	<b>5,83</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Баранки	25	2,74	1,74	15,24	87,49	0,04	0,06	4,14	0,35	17,71	31,63	4,83	0,33
	2.Ряженка с сахаром	150	4,20	4,48	5,60	74,20	0,06	0,98	28,00	0,00	168,00	126,00	19,60	0,14
	<b>Итого:</b>		<b>6,94</b>	<b>6,22</b>	<b>20,84</b>	<b>161,69</b>	<b>0,1</b>	<b>1,04</b>	<b>32,14</b>	<b>0,35</b>	<b>185,71</b>	<b>157,63</b>	<b>24,43</b>	<b>0,47</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>33,59</b>	<b>34,07</b>	<b>118,47</b>	<b>914,1</b>	<b>1,33</b>	<b>6,85</b>	<b>55,5</b>	<b>42,07</b>	<b>449,71</b>	<b>637,31</b>	<b>132,75</b>	<b>10,22</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.



**День: пятый**  
**Неделя: первая**  
**Сезон: осенне-зимний**  
**Возрастная категория: 1-3 лет**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№25	<b>Завтрак</b> 1.Суп молочный с вермишелью	150	4,9	3,6	14,7	150	0,06	0,0	0,9	14,78	101	109,3	55,43	1,0
№40	2.Хлеб пшеничный	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№20	С маслом	5	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02
№5	3.Чай	150	0,00	0,00	7,49	29,93	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>7,08</b>	<b>12,55</b>	<b>42,37</b>	<b>352,73</b>	<b>0,09</b>	<b>2,00</b>	<b>30,09</b>	<b>15,32</b>	<b>116,72</b>	<b>139,33</b>	<b>62,03</b>	<b>2,68</b>
	<b>Обед</b>													
	1.Суп перловый на мк/б	150	1,01	1,20	9,82	48,65	0,02	9,70	1,00	6,13	10,12	0,01	12,26	0,45
	2.Капуста тушен с мясом курицы.	120/60	3,85	7,42	13,37	138,19	0,08	57,96	0,00	3,48	350,15	76,98	39,56	1,42
№40	3.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№4	3.Кисель	150	0,08	0,03	18,34	73,60	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14
	<b>Итого</b>		<b>7,86</b>	<b>9,47</b>	<b>59,73</b>	<b>352,44</b>	<b>0,14</b>	<b>75,16</b>	<b>1,00</b>	<b>10,18</b>	<b>422,12</b>	<b>150,31</b>	<b>61,75</b>	<b>2,87</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Пирог с яблоками (капустой, морковью, повидлом).	50	4,0	2,0	39,3	201,0	0,1	0	0	0,9	9,4	5,7	23,7	0,1
	2.Компот	150	0,21	0,05	20,91	85,14	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32
	<b>Итого:</b>		<b>4,21</b>	<b>2,05</b>	<b>60,21</b>	<b>286,14</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>0,95</b>	<b>17,05</b>	<b>17,31</b>	<b>27,48</b>	<b>0,42</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>19,15</b>	<b>24,07</b>	<b>162,31</b>	<b>991,31</b>	<b>0,34</b>	<b>77,16</b>	<b>31,14</b>	<b>26,45</b>	<b>555,89</b>	<b>306,95</b>	<b>151,26</b>	<b>5,97</b>
	<b>Итого за пять дней</b>		<b>258,58</b>	<b>137,51</b>	<b>778,54</b>	<b>5089,47</b>	<b>3,42</b>	<b>202,18</b>	<b>228,43</b>	<b>91,89</b>	<b>2185,28</b>	<b>2123,19</b>	<b>855,45</b>	<b>35,65</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: первый

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№28	Завтрак 1.Каша пшенная на молоке	150	4,67	4,38	24,15	154,96	0,13	0,27	0,11	14,04	64,59	108,77	30,17	0,84
№40	2.Хлеб пшеничный	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№6	С сыром	3	2,32	2,95	0,00	36,40	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10
№5	3.Чай	200	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>12,02</b>	<b>10,91</b>	<b>57,5</b>	<b>379,73</b>	<b>0,18</b>	<b>2,88</b>	<b>39,61</b>	<b>14,53</b>	<b>285,42</b>	<b>268,47</b>	<b>52,87</b>	<b>2,69</b>
	<b>Обед</b>													
	1.Салат с консервированной кукурузой.	40	1,2	0,0	9,7	48	0,04	3,8	0,92	0,01	10,57	45,0	13,6	4,87
	2.Щи на мк/б	150	2,58	1,55	4,33	35,63	0,03	10,16	6,50	0,10	71,61	23,42	10,80	0,38
№29	3.Плов с мясом курицы	180	20,09	19,54	41,62	476,64	0,04	0,97	0,0	0,0	31,1	0,0	0,0	1,1
№40	4.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№38	5.Компот	150	0,21	0,05	20,91	85,14	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32
	<b>Итого</b>		<b>27</b>	<b>21,96</b>	<b>94,76</b>	<b>737,41</b>	<b>0,16</b>	<b>14,93</b>	<b>7,47</b>	<b>0,68</b>	<b>175,63</b>	<b>146,83</b>	<b>35,78</b>	<b>7,53</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Печенье	25	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42
	2.Чай	150	0,00	0,00	7,49	29,93	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02
	<b>Итого:</b>		<b>1,46</b>	<b>3,58</b>	<b>25,91</b>	<b>117,33</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0,7</b>	<b>8,62</b>	<b>22,33</b>	<b>4</b>	<b>0,44</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>40,48</b>	<b>36,45</b>	<b>178,17</b>	<b>1234,47</b>	<b>0,36</b>	<b>17,81</b>	<b>49,08</b>	<b>15,91</b>	<b>469,67</b>	<b>437,63</b>	<b>92,65</b>	<b>10,66</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: второй

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
№30	<b>Завтрак</b> 1.Каша кукурузная на молоке	150	1,054	30,3	0,2	151,32	0,01	0	0,12	2,09	53,14	9,96	151,31	0,94
№40	2.Хлеб пшеничный со сгущенным молоком	30 5	1,60 0,72	0,60 0,85	10,00 5,55	52,00 32,80	0,02 0,01	0,00 0,10	0,00 4,20	0,34 0,02	4,70 31,70	16,80 21,90	2,60 3,40	0,24 0,02
№	4.Чай с лимоном	150	0,03	0,00	7,58	30,95	0,00	1,20	0,00	0,01	4,02	4,99	0,36	0,04
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>3,9</b>	<b>31,85</b>	<b>33,43</b>	<b>313,07</b>	<b>0,05</b>	<b>3,3</b>	<b>4,32</b>	<b>2,56</b>	<b>100,56</b>	<b>60,65</b>	<b>161,67</b>	<b>2,64</b>
	<b>Обед</b>													
№31	1.Суп вермишелевый на мк/б	150	3,00	2,38	8,09	65,64	0,02	0,78	9,57	0,21	6,30	17,49	4,50	0,31
	2.Гречка с фрикадельками	120 60	2,11 7,98	1,79 6,38	9,52 6,25	62,50 114,25	0,07 0,04	0,00 0,00	4,50 0,00	0,15 0,36	3,97 7,23	50,00 81,19	33,33 9,93	2,67 1,17
№40	3.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
	4.Кисель	150	0,08	0,03	18,34	73,60	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14
	<b>Итого</b>		<b>16,09</b>	<b>11,4</b>	<b>60,4</b>	<b>407,99</b>	<b>0,17</b>	<b>8,28</b>	<b>14,07</b>	<b>1,29</b>	<b>129,35</b>	<b>222</b>	<b>57,69</b>	<b>5,15</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Пряник	25	3	3,9	29,8	166,8	0	0	0	0	11,6	8	36	0,8
	2.Чай	150	150	0,00	0,00	7,49	29,93	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00
	3.Фрукты (груша)	60	0,2	0,2	6,7	35,6	0	7	0	0,2	12,5	5,8	7,9	1,8
	<b>Итого:</b>		<b>153,2</b>	<b>4,1</b>	<b>36,5</b>	<b>209,89</b>	<b>29,93</b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>24,1</b>	<b>16,62</b>	<b>48,23</b>	<b>2,6</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>173,19</b>	<b>47,35</b>	<b>130,33</b>	<b>930,95</b>	<b>30,15</b>	<b>18,58</b>	<b>18,39</b>	<b>4,05</b>	<b>258,06</b>	<b>299,27</b>	<b>267,59</b>	<b>10,39</b>

Проводится С-витаминация 3 блюда.

День: третий  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осенне-зимний  
 Возрастная категория: 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
	Каша ячневая	150	5,3	5,3	22,1	195,7	0,1	0,1	0	0,1	104,2	25,7	178,4	0,7
	Хлеб	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
	со сливочным маслом	5	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02
	Чай	150	0,00	0,00	7,49	29,93	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>7,48</b>	<b>9,48</b>	<b>49,77</b>	<b>398,43</b>	<b>0,13</b>	<b>2,1</b>	<b>30</b>	<b>0,64</b>	<b>119,92</b>	<b>55,73</b>	<b>185</b>	<b>2,38</b>
	<b>Обед</b>													
	1 Салат с зеленым горошком	40	1,00	3,83	5,04	62,07	0,02	3,65	0,01	0,0	11,0	29,41	11,05	0,34
	2. Суп с рыбными консервами.	150	1,0	1,9	11,25	100,9	0,01	6,0	11,2	10,15	0,8	0,01	35,8	0,8
№33	3.Картофель отварной	150	3,77	3,72	30,54	171,07	0,22	18,72	10,80	0,22	31,82	109,94	43,25	1,72
№24	Рыбой тушенной	50	15,4	11,9	9,7	135,8	0,1	0,6	0	1,9	29,1	27,5	198,8	0,6
№40	4.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№37	5.Компот	150	0,21	0,05	20,91	85,14	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32
	<b>Итого:</b>		<b>24,3</b>	<b>22,22</b>	<b>95,64</b>	<b>646,98</b>	<b>0,4</b>	<b>28,97</b>	<b>22,06</b>	<b>12,84</b>	<b>135,07</b>	<b>245,27</b>	<b>300,28</b>	<b>4,64</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Вафли	25	1,1	1,3	30,9	141,6	0	0	0	0	6,4	4	14,4	0,6
	2.Йогурт	150	3,92	3,78	14,28	113,68	0,04	0,84	14,00	0,00	173,60	133,00	21,00	0,14
	<b>Итого</b>		<b>5,02</b>	<b>5,08</b>	<b>45,18</b>	<b>255,28</b>	<b>0,04</b>	<b>0,84</b>	<b>14</b>	<b>0</b>	<b>180</b>	<b>137</b>	<b>35,4</b>	<b>0,74</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>36,8</b>	<b>36,78</b>	<b>220,59</b>	<b>1300,69</b>	<b>0,57</b>	<b>31,91</b>	<b>66,06</b>	<b>13,48</b>	<b>434,99</b>	<b>438</b>	<b>520,68</b>	<b>7,76</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: четвертый

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b> 1. Макароны отварные с слив. маслом	150	1,04	1,0	9,75	55,50	0,02	0,00	3,50	0,18	4,18	10,05	1,8	0,18
№40	2.Хлеб пшеничный	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№20	Какао	150	2,75	2,61	10,97	79,10	0,02	0,41	10,13	0,01	85,74	81,08	22,20	0,75
	<b>Второй завтрак</b> Сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>5,89</b>	<b>3,31</b>	<b>40,82</b>	<b>232,6</b>	<b>0,07</b>	<b>2,41</b>	<b>13,63</b>	<b>0,63</b>	<b>101,62</b>	<b>114,93</b>	<b>30,6</b>	<b>2,57</b>
	<b>Обед</b>													
	1. Суп картофельный с галушками со сметаной	150	4,81	1,00	12,67	70,55	0,05	2,24	0,01	0,29	11,99	39,02	10,27	0,55
	2.Гороховое пюре	120	1,9	0,6	6,9	32,0	0,1	0,1	0,4	3,26	11,3	0	123,0	0,2
	С сосиской	30	4,72	10,21	7,38	140,90	0,01	0,02	0,22	39,00	20,60	61,09	6,90	1,11
№40	3.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
	4.Кисель	150	0,08	0,03	18,34	73,60	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14
	<b>Итого</b>		<b>14,43</b>	<b>12,66</b>	<b>63,49</b>	<b>409,05</b>	<b>0,2</b>	<b>9,86</b>	<b>0,63</b>	<b>43,12</b>	<b>105,74</b>	<b>173,43</b>	<b>150,1</b>	<b>2,86</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Баранки	25	2,74	1,74	15,24	87,49	0,04	0,06	4,14	0,35	17,71	31,63	4,83	0,33
	2.Ряженка с сахаром		4,20	4,48	5,60	74,20	0,06	0,98	28,00	0,00	168,00	126,00	19,60	0,14
	<b>Итого:</b>		<b>6,94</b>	<b>6,22</b>	<b>20,84</b>	<b>161,69</b>	<b>0,1</b>	<b>1,04</b>	<b>32,14</b>	<b>0,35</b>	<b>185,71</b>	<b>157,63</b>	<b>24,43</b>	<b>0,47</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>27,26</b>	<b>22,19</b>	<b>206,33</b>	<b>803,37</b>	<b>0,37</b>	<b>13,31</b>	<b>46,4</b>	<b>44,1</b>	<b>393,07</b>	<b>445,99</b>	<b>205,13</b>	<b>5,9</b>

Проводится С-витаминизация 3 блюда.

День: пятый Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 1-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b> 1.Каша гречневая на молоке	150	4,28	5,68	15,22	129,30	0,07	0,52	21,96	0,14	108,76	118,76	38,56	2,22
№40	2.Хлеб пшеничный	30	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№5	4.Чай	150	0,00	0,00	7,49	29,93	0,00	0,00	0,00	0,00	2,82	4,33	0,00	0,02
	<b>Второй завтрак</b> сок	150	0,50	0,10	10,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,10	7,00	7,00	4,00	1,40
	<b>Итого:</b>		<b>6,38</b>	<b>6,38</b>	<b>42,82</b>	<b>257,23</b>	<b>0,1</b>	<b>2,52</b>	<b>21,96</b>	<b>0,58</b>	<b>123,48</b>	<b>146,89</b>	<b>45,16</b>	<b>3,88</b>
	<b>Обед</b>													
	1.Салат «Витаминный» (огурцы с помидорой)		0,43	3,02	2,86	40,68	0,01	6,12	0,00	1,36	38,22	9,72	5,45	0,17
	2.Борщ на мк/б	150	1,07	1,97	6,57	48,39	0,03	7,74	3,90	0,67	58,48	27,74	12,52	0,58
	3.Макароны с гуляшом с мясом курицы	150	9,87	6,74	10,9	174,14	0,03	0,35	0,0	0,0	27,49	0,0	0,0	0,89
№40	3.Хлеб пшеничный	15	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24
№41	Ржано-пшеничный	15	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62
№38	4.Компот	150	0,21	0,05	20,91	85,14	0,01	0,00	0,05	0,05	7,65	11,61	3,78	0,32
	<b>Итого</b>		<b>14,5</b>	<b>12,6</b>	<b>59,44</b>	<b>440,35</b>	<b>0,12</b>	<b>14,21</b>	<b>3,95</b>	<b>2,6</b>	<b>186,54</b>	<b>115,87</b>	<b>29,35</b>	<b>2,82</b>
	<b>Полдник</b>													
	1.Оладьи со сметаной (Блины с повидлом)		7,39	6,98	43,45	265,99	0,11	0,17	4,26	3,07	51,54	82,44	13,82	0,83
	2.Кисель	150	0,08	0,03	18,34	73,60	0,00	7,50	0,00	0,05	7,15	6,52	2,33	0,14
	<b>Итого:</b>		<b>7,47</b>	<b>7,01</b>	<b>61,79</b>	<b>339,59</b>	<b>0,11</b>	<b>7,67</b>	<b>4,26</b>	<b>3,12</b>	<b>58,63</b>	<b>88,96</b>	<b>16,15</b>	<b>0,97</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>28,35</b>	<b>25,99</b>	<b>164,05</b>	<b>1037,17</b>	<b>0,33</b>	<b>24,4</b>	<b>30,17</b>	<b>6,3</b>	<b>368,71</b>	<b>351,72</b>	<b>90,66</b>	<b>7,67</b>
	<b>Итого за пять дней:</b>		<b>306,08</b>	<b>168,76</b>	<b>899,47</b>	<b>5306,65</b>	<b>31,78</b>	<b>106,01</b>	<b>210,1</b>	<b>83,84</b>	<b>1924,5</b>	<b>1972,61</b>	<b>1176,71</b>	<b>42,38</b>
	<b>Итого за десять дней:</b>		<b>564,66</b>	<b>306,27</b>	<b>1678,01</b>	<b>10396,12</b>	<b>35,2</b>	<b>308,19</b>	<b>438,53</b>	<b>175,73</b>	<b>4109,78</b>	<b>4095,8</b>	<b>2032,16</b>	<b>78,03</b>

**Проводится С-витаминизация 3 блюда.**

