

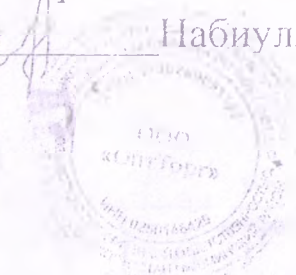
Согласовано

Директор МБОУ СОШ с. Емаш
Кенесов А.А.



Утверждаю

Директор ООО «ОптТорг»
Набиуллин Р. Р.



Примерное 2-х недельное меню
для обучающихся в I смену (завтрак, обед)
с 1 по 4 классы, в том числе
для детей категории ММС
на осенне-зимний период

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

Сезон: Осень-зима.
Категория: ОВЗ и ДИ с 1-4 класс

1-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
К00001	Сыр твердых сортов в нарезке	11	2,57	3,23		39	0,01		28,6		96,8	55	3,67	0,15
К00007	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	0,84	6,12	3,6	73	0,02	17,34	241,62		22,44	18,78	11,16	0,54
К00058	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,18	7,31	41,49	269	0,25		32,94		17,1	216	144	4,86
К00126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
ОЛЬИОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
	Всего в Завтрак	503	18,13	19,31	75,09	548	0,34	17,42	303,46		298,2	523,48	163,07	6,34
	Обед													
К10031	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	200	1,3	3,64	8,76	73	0,03	6,8	128,94		27,2	34,6	17	0,75
000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8								
К00107	Плов из отварной говядины	200	15,28	15,44	38,56	354	0,06	0,72	271,36		19,2	192,8	44	2,24
К00137	Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67		11,7	9	8,1	0,18
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
ОЛЬИОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
К00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	2,6	1	12,8	71	0,03				26,67	60		2,1
	Всего в Обед	668	24,92	23,58	93,07	685	0,19	9,81	403,97		245,81	523,65	69,76	5,39
	Всего в день		43,05	42,89	168,16	1 233	0,53	27,23	707,43		544,01	1 047,13	232,83	11,73

1-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
0000149	Яблоко запеченное с сахаром	50	0,5	3	15	28	0,01	1,94			12,5		7,27	0,72
ШК00151	Каша пшённная молочная жидкая	200	10,13	10,81	20	217	0,17	0,53	0,33		129,2	368,97	44,93	1,2
ШК00127	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3		6,7	28		1,16	0,38		6,9	8,5	4,6	0,8
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
СОЛЬИОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
0000156	Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28			110,88	103,31	13,05	0,09
Всего в Завтрак		602	19,08	16,51	68,83	439	0,27	3,95	0,71		416,84	707,28	70,29	2,9
	Обед													
0000100	Суп картофельный с лапшой домашней (ПФ)	200	2,27	9,33	38,67	101	0,07	0,03	0,01		12,64	30,67	19,2	1,73
ШК00065	Картофельное пюре	120	2,46	4,86	16,8	116	0,1	8,16	25,68		31,2	67,2	22,8	0,84
ШК50505	Котлеты куриные с подливом овощным	60/30	12,01	8,18	9,85	161	0,09	0,27		0,41	18,47	100,53	43,35	451,9
0000044	Компот из свежзамороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61			0,46		0,27	35,71
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
СОЛЬИОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
Всего в Обед		688	26,73	26,28	106,62	656	0,39	9,11	25,69	0,41	254,92	495,65	86,28	492,76
Всего в день			45,81	42,79	175,45	1 096	0,67	13,06	26,41	0,41	671,76	1 202,93	156,57	495,66

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
JK00156	Макароны отварные	170	4,22	5,35	37,15	229	0,07		30,18		11,9	45,05	8,5	0,85
JKFKUR1	Голень куриная запеченная в соусе томатном	75/15	11,5	4,5	9,14	165	0,09	5,4	10,8		9,9	175,5	19,8	0,99
JK00126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
JK00002	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,25	1,4	66			65,3		1	2		
Всего в Завтрак		502	19,22	18,7	68,29	571	0,19	5,46	106,57		124,66	366,25	32,54	2,62
	Обед													
JK00160	Рыбный суп	200	5,9	12,3	25	162	0,12	6,67	225	0,26	15,84	69,39	27,26	251,67
JK00161	Рагу овощное с мясом	200	10,7	9,42	26,67	252	0,09	10,31			35,67		45,65	2,92
1100015	Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника)	180			15,84	60	1,26	0,9	58,5	0,27		0,36	0,01	0,9
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
JK00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
Всего в Обед		668	24,97	25,54	105,94	697	1,57	17,92	283,5	0,53	243,66	367	73,58	258,06
Всего в день			44,19	44,24	174,23	1 267	1,76	23,38	390,08	0,53	368,32	733,25	106,12	260,68

1-ая неделя/Четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
К00153	Рис припущенный	160	3,52	5,44	15,52	206	0,03		28,4		6,4	73,6	24	0,48
К00182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01			20		16	8,2
000029	Инстантный напиток витаминизированный	200			40	130	0,23	0,2	3	2,48	24	55	18	67
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	40	4,27	2,13	18,8	112	0,05	0,03			120	180		0,03
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
К00001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26		88	50	3,33	0,13
Всего в Завтрак		512	17,63	17,7	82,32	614	0,36	0,24	57,4	2,48	265,76	360,1	61,77	75,9
	Обед													
К00026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	4,74	6,24	13,6	129	0,06	5,54	107,2		21	51,4	19,6	0,71
КБГМ02	Болоньеze с куриным фаршем, том. пастой и овощами	50	8,15	6	4,65	64	0,01	59,5	61	12,5	72	16	12,5	18
00112	Картофель отварной с маслом	130	2,6	2,86	19,5	116	0,11	5,37			12,39	150,94	27,73	1,09
00044	Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61			0,46		0,27	35,71
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
К00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
Всего в Обед		648	25,48	19,01	79,05	586	0,32	71,07	168,2	12,5	298,01	515,59	60,76	58,08
Всего в день			43,11	36,71	161,37	1 200	0,68	71,31	225,6	14,98	563,77	875,69	122,54	133,98

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
0000002	Запеканка из творога	100	15,25	10,2	17,1	205	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62
0000110	Ягоды протертые в ассортименте	30	0,15	0,09	9	39	0,03	7,8	0,69		0,9	0,93	1,16	1,47
0000159	Каша пшеничная молочная	140	5,23	5,88	25,57	169	0,09	0,37	10,27		93,98	111,58	25,4	1,28
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02
0000100	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
0000126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
	Всего в Завтрак	502	24,03	17,77	72,27	524	0,21	8,39	11,26		377,12	256,21	57,43	4,15
	Обед													
0000160	Салат "Студенческий" (картофель, морковь, зел.гор)	60	0,84	2,82	1,5	35	0,01	0,46			3,88	10,25	2,86	0,14
0000030	Щи из свежей капусты	200	1,34	3,14	5,86	57	0,04	10,76	112,22		26,6	30	15,2	0,54
0000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8								
0000058	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,12	4,87	27,66	179	0,17		21,96		11,4	144	96	3,24
0000009	Котлеты из говядины с подливом овощным	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01			20		16	8,2
0000137	Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67		11,7	9	8,1	0,18
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
0000100	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
0000129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
	Всего в Обед	753	24,57	22,7	90,9	671	0,35	13,52	137,85		265,73	490,5	138,82	14,87
	Всего в день		48,6	40,46	163,18	1 194	0,56	21,9	149,11		642,85	746,71	196,24	19,02

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
К00163	Макароны отварные	190	3,85	7,36	41,52	255	0,07		33,73		13,3	50,35	9,5	0,95
КБГМ02	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	60	9,78	7,2	5,58	76	0,01	71,4	73,2	15	86,4	19,2	15	21,6
К00126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
Всего в Завтрак		502	19,17	17,22	77,1	499	0,15	71,48	107,23	15	261,56	303,25	28,74	23,34
	Обед													
К10013	Винегрет с растительным маслом	60	0,72	5,4	4,02	67	0,02	2,26	72,9		12,12	21,42	9,66	0,42
К00150	Суп крестьянский с крупой (ПШЕНО)	200	5,12	6,22	10,74	119	0,04	6,42	106,46		27,4	52,4	14,6	0,56
К00065	Картофельное пюре	130	2,66	5,27	18,2	126	0,1	8,84	27,82		33,8	72,8	24,7	0,91
К00164	Рыба припущенная(минтай, навага)	70	6,46	3,27	0,54	84	0,12	0,18	246,17		13,07	193,67	18,96	0,42
000044	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	200	1,8	0,09	3,19	61	0,05	0,68			0,51		0,3	39,68
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
К00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	50	4,33	1,67	21,33	118	0,05				44,45	100		3,5
Всего в Обед		763	26,43	24,58	81,52	716	0,44	18,41	453,35		292,39	667,54	68,88	45,61
Всего в день			45,61	41,79	158,61	1 215	0,58	89,89	560,57	15	553,95	970,79	97,62	68,95

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
00156	Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28			110,88	103,31	13,05	0,09
00042	Каша вязкая молочная овсяная	180	7,29	11,45	30,74	257	0,19	0,47	47,16		124,56	209,52	56,88	1,66
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
0010Д	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
000140	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	3,6	10,5	97	0,04	0,68	17,25		143	130	34,3	1,1
	Всего в Завтрак	532	19,04	17,75	68,37	520	0,32	1,47	64,41		535,8	669,33	104,67	2,94
	Обед													
00031	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	200	1,3	3,64	8,76	73	0,03	6,8	128,94		27,2	34,6	17	0,75
00034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8								
00038	Каша пшеничная рассыпчатая	130	2,08	1,3	19,07	97	0,16	7,35	31,2		64,49	2,33	59,89	2,82
00001	Болонье с говяжьим фаршем, том. пастой и овощами	70	10,15	11,9	15,4	113	0,01	13,3	154,7	25,2	17,5	22,4	256,2	0,84
000000	Компот из свежемороженой смородины	180	0,18	0,02	15,3	43		43,2			0,58			35,36
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
0010Д	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
000129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
	Всего в Обед	673	22,21	21,43	97,14	558	0,29	70,69	314,84	25,2	301,92	356,58	333,75	42,34
	Всего в день		41,25	39,18	165,51	1 078	0,61	72,16	379,25	25,2	837,72	1 025,91	438,42	45,28

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
00062	Каша манная молочная	160	2,99	6,29	15,15	123	0,04	0,44			101,81	84,37	13,94	0,26
00002	Запеканка из творога	100	15,25	10,2	17,1	205	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62
КЯП108	Ягоды протертые в ассортименте	30	0,15	0,09	9	39	0,03	7,8	0,69		0,9	0,93	1,16	1,47
К00130	Чай со смородиной и сахаром	180	0,27	0,09	6,48	28		8,68	1,37		7,45	9,54	6,36	0,78
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02
Всего в Завтрак		502	21,86	18,27	61,83	478	0,16	17,09	2,06		387,91	231,34	48,54	3,21
	Обед													
К00020	Рассольник ленинградский	200	4,74	6,24	13,6	129	0,06	5,54	107,2		21	51,4	19,6	0,71
К00058	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,63	5,28	29,97	194	0,18		23,79		12,35	156	104	3,51
КБГМ02	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	70	11,41	8,4	6,51	89	0,01	83,3	85,4	17,5	100,8	22,4	17,5	25,2
00121	Кисель фруктовый	180			18	68					0,43			0,05
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
К00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
Всего в Обед		668	31,15	23,74	106,51	704	0,36	88,88	216,39	17,5	326,74	527,05	141,76	32,04
Всего в день			53,01	42,01	168,34	1 182	0,51	105,97	218,45	17,5	714,64	758,39	190,3	35,24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
			4	5	6		8	9	10	11	12	13	14	15
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
00065	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	28	194	0,16	13,6	42,8		52	112	38	1,4
00168	Гуляш из отварного мяса	50	6,9	7,1	11,2	105	0,07	1,98			2,9	5,2	3,5	1,5
00128	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
00104	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
	Всего в Завтрак	502	17,94	19,26	71,3	492	0,3	15,93	49,71		269,56	390	51,84	3,79
	Обед													
00148	Суп из овощей (В 2)	200	1,6	3,47	26,13	180	1,6	7,2			17,91	41,07	17,44	0,61
00059	Каша перловая рассыпчатая	130	3,84	5,14	26,39	167	0,04		25,48		16,25	122,85	14,95	0,72
00167	Куриное филе, тушенное с овощами	60	9,06	7,33	4,13	101	0,01	0,09	0,01	0,17	83,33	4,33	1,07	0,21
00137	Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67		11,7	9	8,1	0,18
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
00104	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
00129	Хлеб ржаной (для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
	Всего в Обед	658	23,14	19,85	104,36	710	1,75	9,58	29,16	0,17	321,35	474,5	42,22	4,29
	Всего в день		41,08	39,11	175,66	1 202	2,05	25,51	78,87	0,17	590,91	864,5	94,06	8,08

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
000049	Каша "Дружба"	200	4,96	6,96	23,92	178	0,07	0,53	33,26		115,2	123,2	27,2	0,48
000133	Какао с молоком	200	4,1	4,1	10,5	97	0,04	0,68	17,25		143	130	34,3	1,1
000001	Сухофрукты в ассортименте	40	1	0,2	23,84	117	0,13	0,12			2,6	2,8	6,8	3,32
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
000001	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
000001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26		88	50	3,33	0,13
	Всего в Завтрак	502	17,73	16,85	81,76	568	0,31	1,37	76,51		506,16	532,5	72,07	5,12
	Обед													
000158	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	5,25	6,03	26,41	200	0,17	60	65	0,36	24,88	35	30	0,98
000055	Макароны отварные	120	4,26	4,44	26,22	161	0,05		21,3		8,4	31,8	6	0,6
002ТГС	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/30	8,7	9,2	6,5	120	0,2	1,03	8		14	1	12	1,3
000000	Компот из свежесмороженой смородины	180	0,18	0,02	15,3	43		43,2			0,58			35,36
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
000001	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
000129	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	2,6	1	12,8	71	0,03				26,67	60		2,1
	Всего в Обед	683	26,33	23,35	110,73	736	0,51	104,27	94,3	0,36	235,57	355,05	48,66	40,46
	Всего в день		44,06	40,2	192,49	1 303	0,82	105,64	170,81	0,36	741,73	887,55	120,73	45,59
	Итого		449,78	409,41	1 703	11 970	8,78	556,05	2 906,5	74,15	6 229,65	9 112,85	1 755,4	1 124,2
	Среднее за период		44,98	40,94	170,3	1 197	0,88	55,61	290,66	7,41	622,97	911,28	175,54	112,42
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		15,03	30,78	56,91									

Секрет
Инспектор

200704262

МБОУ СОШ
с. Емаш

ИНН 6210003073

Белогорский район Республики Башкортостан