



Основное меню для учащихся общеобразовательных школ возрастной группы 12-18 лет.
 (составлено в соответствии с п.8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

1 День

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Питательные вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	Ca, мг	I, мг	F, мг	Se, мг	
Завтрак																					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/7	5.8	8.0	35.0	0.10	0.50	27.60	0.10	0.10	105.10	32.90	130.70	0.80	0.90	191.20	48.20	0.00	0.00	0.00	175	
Какао с молоком витаминизированный	200	4.1	3.5	17.6	0.06	1.60	24.40	0.00	0.19	152.20	21.30	124.60	0.50	0.60	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	382	
Батон йодированный	27	2.0	0.8	13.9	0.00	0.00	70.7	0.00	0.00	5.90	8.90	23.00	0.50	0.20	35.40	1.00	0.00	0.00	0.00		
Сыр порционный в инд.упак.	16	3.6	2.4	0.0	0.00	0.90	22.50	0.00	0.60	63.00	5.00	135.00	0.10	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	0.00	13.00	61.1	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	680	16.1	15.2	79.2	0.16	16.00	74.50	0.10	0.89	347.00	78.50	427.60	4.80	2.50	598.00	55.80	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	260	4.3	2.6	19.8	0.10	9.60	0.20	0.00	0.10	30.70	30.00	70.20	1.30	0.50	677.20	76.40	0.00	0.00	0.00	97	
Колбаса из мяса птицы	100	13.6	18.3	10.4	0.10	1.00	23.10	0.00	0.10	28.10	22.80	142.50	1.60	0.20	60.70	26.80	0.00	0.00	0.00	ТТК	
Макаронные изделия отварные	180	7.5	4.9	48.0	0.10	0.00	14.90	0.10	0.00	39.50	14.10	56.90	1.40	0.50	86.00	121.00	0.00	0.00	0.00	309	
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	
Хлеб ржаной	39	2.6	0.5	13.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.00	7.40	33.90	1.60	0.50	53.00	2.20	0.00	0.00	0.00		
Батон йодированный	26	2.0	0.8	13.4	0.00	0.00	68.1	0.00	0.00	5.70	8.60	22.10	0.50	0.20	34.10	0.50	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	820	30.1	28.1	119.6	0.40	10.63	38.20	0.10	0.20	122.10	84.30	326.40	6.68	1.90	911.00	227.30	0.00	0.00	0.00		
Полдник																					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200	0.0	0.0	20.2	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	0.00	13.00	61.1	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00	2015	
Выпечное изделие	50	3.6	6.3	22.0	0.60	0.00	1.99	0.00	0.04	9.88	13.68	34.94	0.70	0.30	0.00	23.97	0.00	0.00	0.00	424	
Кондитерское изд. в инд.упак.	30	1.2	4.8	21.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	410	5.3	11.6	76.0	0.61	17.00	63.24	0.00	0.24	44.68	32.08	63.24	6.40	0.50	361.40	26.57	0.00	0.00	0.00		
Всего за день:		51.5	54.9	274.8	1.17	43.63	114.69	0.20	1.33	513.78	164.88	819.24	17.88	4.90	1 860	309.67	0.00	0.00	0.00		

12-18.005

2 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептов
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг		С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг					
					100														180	60	25	200/15/5	18
Завтрак																							
Котлета рыбная	12.2	8.1	17.6	193.2	0.10	0.70	0.00	0.00	0.10	39.00	44.40	175.30	1.70	0.90	340.30	178.30	0.00	0.00	ТТК				
Рис отварной	4.3	5.1	44.6	241.8	0.04	0.00	0.00	0.00	0.30	6.35	30.34	92.66	0.71	1.00	0.00	72.32	0.00	0.00	302				
Овощи натуральные свежие	0.7	0.1	2.3	14.4	0.00	15.00	0.10	0.00	0.00	8.40	12.00	15.60	0.60	0.10	174.00	1.20	0.00	0.00	71				
Батон йодированный	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00					
Чай с лимоном	0.2	0.0	15.2	62.6	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	14.90	6.30	8.40	0.80	0.00	34.10	0.00	0.00	0.00	377				
Кондитерское изделие	1.5	5.3	9.1	90.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.20	2.00	11.30	0.10	0.10	0.00	3.50	0.00	0.00	ТТК				
Итого за прием пищи:	20.8	19.3	101.7	668.0	0.14	16.50	0.10	0.00	0.40	77.35	103.94	324.56	4.41	2.30	581.20	266.22	0.00	0.00					
Обед																							
Суп картофельный с горохом луценым	5.5	5.3	16.5	146.0	0.13	5.80	0.00	0.00	0.08	42.50	35.60	86.10	2.13	0.40	0.00	64.90	0.00	0.00	102				
Бризоль куриная	23.3	16.6	7.1	290.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ТТК				
Пюре картофельное	4.1	6.4	26.9	181.2	0.11	23.95	0.00	0.00	0.11	48.76	36.58	114.14	1.33	1.00	0.00	74.92	0.00	0.00	312				
Чай с сахаром	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376				
Хлеб ржаной	3.8	0.7	19.4	100.9	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.40	11.00	50.50	2.30	0.70	78.80	3.20	0.00	0.00					
Итого за прием пищи:	36.8	26.0	84.9	780.1	0.34	28.78	0.00	0.00	0.19	112.76	84.58	255.54	6.04	2.10	78.90	143.02	0.00	0.00					
Полдник																							
Сок фруктовый в инд. упаковке	0.0	0.0	20.2	85.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	369				
Фрукт	0.6	0.4	14.4	65.8	0.00	7.00	0.00	0.00	0.00	26.80	16.80	22.40	2.80	0.30	217.00	1.40	0.00	0.00	2015				
Выпечное изделие	7.6	3.0	75.1	355.9	0.11	0.20	7.81	0.00	0.09	1.52	31.03	77.04	24.52	0.85	0.00	52.08	0.00	0.00	406				
Итого за прием пищи:	8.2	3.4	109.7	609.7	0.12	11.20	7.81	0.00	0.28	42.12	55.83	113.44	30.12	0.95	217.00	59.48	0.00	0.00					
Всего за день:	65.7	51.7	296.3	1 957.8	0.60	57.48	7.91	0.00	0.88	232.23	243.75	693.54	40.57	5.35	877.10	452.72	0.00	0.00					

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептов											
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг																		
																				В11, мг	В12, мкг	В5, мг	В6, мг	В9, мкг			В12, мкг	В1, мг	В2, мг	В3, мг	В6, мг	В9, мкг	С, мг	Ca, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг
Завтрак																																					
Блинчики с вишневым фаршем	210	9.4	11.9	77.4	450.6	0.28	0.42	96.49	0.28	0.00	0.00	0.00	180.09	53.01	222.78	2.23	1.81	0.00	80.91	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Чай с лимоном	200/15/8	0.3	0.0	15.2	63.6	0.00	1.30	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	16.00	6.70	9.00	0.80	0.00	0.00	38.90	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	663	10.2	12.4	106.3	675.3	0.28	14.72	96.49	0.28	0.00	0.00	0.00	216.89	70.11	246.08	5.93	2.01	400.30	83.51	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																																					
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом (конс)	255	2.5	3.2	9.0	75.4	0.00	12.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	47.00	21.40	49.60	1.20	0.40	316.70	73.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Тефтели мясные с соусом красным основным	70/50	10.0	14.5	10.0	210.1	0.00	1.80	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	27.10	20.10	117.80	1.80	0.20	74.80	39.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Каша гречневая рассыпчатая	180	10.2	7.2	45.7	288.1	0.30	0.00	0.00	0.00	0.10	17.48	180.27	240.58	5.42	1.79	0.00	68.23	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб ржаной	26	1.7	0.3	8.7	45.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.70	4.90	22.60	1.00	0.30	35.40	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Выпечное изделие	50	4.6	4.7	30.5	183.1	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.40	6.20	38.20	0.50	0.30	56.50	25.10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	646	29.1	29.9	118.9	861.9	0.40	13.83	1.70	0.00	0.10	117.78	214.27	471.58	10.00	2.99	483.40	208.33	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Полдник																																					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200	0.0	0.0	20.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Выпечное изделие	60	3.3	3.0	33.9	175.8	0.05	0.03	9.66	0.00	0.04	11.91	12.23	33.56	0.83	0.00	70.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Шоколад	15	1.1	5.1	8.0	82.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	405	4.8	8.6	74.8	407.4	0.06	17.03	9.66	0.00	0.24	46.71	30.63	61.86	6.53	0.20	432.32	2.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Всего за день:		44.0	50.8	299.0	1 844.6	0.74	45.58	109.85	0.28	0.34	381.38	315.01	779.52	22.48	5.93	1 284.44	260.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	

«КОМБИФИТ»
 СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
 ИНН 7602088809
 г. МОСКВА

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал			Витамины							Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг	ТТК						
																				Вит. В1	Вит. С	Вит. А	Вит. Д		
Завтрак																									
Шницель из свиной рубленый	100	13.9	23.9	13.2	321.9	0.00	0.40	0.00	0.00	0.10	17.20	26.90	172.60	2.80	0.20	52.90	26.00	0.00	0.00	0.00					
Макаронные изделия отварные	180	7.5	4.9	48.0	270.8	0.10	0.00	14.90	0.10	0.00	39.50	14.10	56.90	1.40	0.50	86.00	121.00	0.00	0.00	0.00					
Овощи натуральные свежие	50	0.3	0.0	1.0	5.3	0.00	3.49	0.00	0.00	0.00	6.55	7.25	15.20	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
Батон йодированный	22	1.7	0.6	11.3	57.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.80	7.30	18.70	0.40	0.20	28.80	0.80	0.00	0.00	0.00					
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
Кондитерское изделие	35	3.9	8.8	25.8	201.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
Итого за прием пищи:	602	27.4	38.2	114.3	916.7	0.10	3.92	14.90	0.10	0.10	81.15	56.95	266.20	5.16	0.90	167.70	147.80	0.00	0.00	0.00					
Обед																									
Солонка по-домашнему из птицы	250/10	3.4	6.1	9.6	110.1	0.00	5.20	3.20	0.00	0.00	30.90	19.60	57.10	1.00	0.30	325.80	63.10	0.00	0.00	0.00					
Плов со свининой	220	13.5	18.1	47.5	422.5	0.00	1.80	0.50	0.00	0.10	40.90	50.70	190.10	2.30	1.00	170.40	143.70	0.00	0.00	0.00					
Овощи натуральные свежие	100	1.1	0.2	3.8	24.0	0.10	25.00	0.20	0.00	0.00	14.00	20.00	26.00	1.00	0.20	290.00	2.00	0.00	0.00	0.00					
Напиток из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	32.0	132.9	0.01	0.70	0.00	0.00	0.02	32.37	17.48	23.38	0.70	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00	0.00					
Хлеб ржаной	28	1.8	0.3	9.4	48.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.30	24.40	1.10	0.30	38.10	1.60	0.00	0.00	0.00					
Батон йодированный	23	1.7	0.7	11.8	60.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.10	7.60	19.60	0.50	0.20	30.10	0.80	0.00	0.00	0.00					
Итого за прием пищи:	831	22.1	26.4	114.1	798.5	0.21	32.70	3.90	0.00	0.12	128.27	120.68	340.58	6.60	2.00	854.40	211.40	0.00	0.00	0.00					
Полдник																									
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0.0	0.0	20.2	86.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00					
Вяленое изделие	50	3.6	6.3	22.0	153.8	0.60	0.00	1.99	0.00	0.04	9.88	13.68	34.94	0.70	0.30	0.00	23.97	0.00	0.00	0.00					
Кондитерское изд. в инд.упак.	30	1.2	4.8	21.2	132.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
Итого за прием пищи:	410	5.3	11.6	76.0	433.9	0.61	17.00	1.99	0.00	0.24	44.68	32.08	63.24	6.40	0.50	361.40	26.57	0.00	0.00	0.00					
Всего за день:		54.8	75.2	304.4	2 155.1	0.92	59.62	20.79	0.10	0.46	254.10	209.71	670.02	18.16	3.40	1333.33	385.77	0.00	0.00	0.00					

ИНН 7602088609
г. Йошкар-Ола

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептур
		Жиры, г			Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг	
		Белки, г	Болки, г																	
Завтрак																				
Пельмени отварные с маслом в бульоне	170/130/8	11.6	28.1	27.9	418.6	0.00	0.00	19.20	0.10	0.00	26.00	3.80	3.80	0.10	0.00	2.60	112.00	0.00	0.00	ТТК
Батон йодированный	38	2.9	1.1	19.5	88.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	32.30	0.80	0.30	49.80	1.40	0.00	0.00	0.00	2015
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376
Итого за прием пищи:	661	14.6	29.2	62.4	578.2	0.10	0.00	19.20	0.10	0.00	45.50	17.70	36.90	1.18	0.30	52.40	113.40	0.00	0.00	
Обед																				
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2.0	5.6	12.8	113.2	0.00	6.00	6.20	0.00	0.00	55.10	24.20	50.40	1.30	0.50	342.80	66.40	0.00	0.00	82
Биточек мясной	100	11.5	20.8	11.5	294.7	0.00	0.60	0.00	0.00	0.10	16.30	21.00	127.80	2.10	0.20	56.80	25.10	0.00	0.00	ТТК
Рис отварной	180	4.3	5.1	44.6	241.8	0.04	0.00	0.00	0.00	0.30	6.35	30.34	92.66	0.71	1.00	0.00	72.32	0.00	0.00	302
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0.3	0.1	34.8	143.0	0.02	3.20	0.00	0.00	0.02	16.70	7.80	7.00	0.90	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	343
Хлеб ржаной	35	2.3	0.4	11.7	60.9	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	6.70	30.50	1.40	0.40	47.60	2.00	0.00	0.00	
Батон йодированный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00	
Кондитерское изделие	20	1.1	6.9	11.9	111.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	815	23.0	38.5	137.6	1 017.0	0.16	11.80	6.20	0.00	0.42	105.15	96.64	325.36	6.81	2.20	473.40	186.92	0.00	0.00	
Полдник																				
Сок фруктовый в мид. упаковке	200	0.0	0.0	20.2	86.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389
Фрукт	140	0.6	0.4	14.4	65.8	0.00	7.00	0.00	0.00	0.00	26.60	16.80	22.40	2.80	0.30	217.00	1.40	0.00	0.00	ТТК
Вяленое изделие	130	7.6	3.0	75.1	355.9	0.11	0.20	7.81	0.00	0.09	1.52	31.03	77.04	24.52	0.65	0.00	52.08	0.00	0.00	406
Итого за прием пищи:	470	8.2	3.4	109.7	598.7	0.12	11.20	7.81	0.00	0.29	42.12	55.83	113.44	30.12	0.95	217.00	59.48	0.00	0.00	
Всего за день:	45.3	72.1	309.7	2 104.9	33.21	0.38	23.03	33.21	0.10	0.71	192.77	170.17	477.70	36.11	3.45	742.80	353.60	0.00	0.00	

ИНН 7602088809
г. Ярославль
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
УТВЕРЖДЕНО

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	В1, мг	С, мг		А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг	ТТК						
																				Витамин	Кальций	Магний	Фосфор		
Завтрак																									
Биточек мясной	11.5	20.8	11.5	294.7	0.00	0.60	0.00	0.00	0.10	16.30	21.00	127.80	2.10	0.20	56.80	25.10	0.00	0.00	0.00						
Макаронные изделия отварные	7.5	4.9	48.0	270.8	0.10	0.00	14.90	0.10	0.00	39.50	14.10	96.90	1.40	0.50	86.00	121.00	0.00	0.00	0.00						
Батон йодированный	1.4	0.6	9.8	48.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	6.30	16.20	0.40	0.10	24.90	0.70	0.00	0.00	0.00						
Сыр порционный в инд.упак.	3.6	2.4	0.0	46.0	0.00	0.90	22.50	0.00	0.60	63.00	5.00	135.00	0.10	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
Чай с лимоним содержанием сахара	0.1	0.0	10.0	40.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
Фрукт	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00						
Итого за прием пищи:	24.6	29.2	92.0	762.4	0.10	14.53	37.40	0.10	0.70	154.90	58.20	353.00	7.18	1.60	529.10	149.40	0.00	0.00	0.00						
Обед																									
Суп картофельный с горохом луценым	5.5	5.3	16.5	148.0	0.13	5.80	0.00	0.00	0.08	42.50	35.60	88.10	2.13	0.40	0.00	64.90	0.00	0.00	0.00						
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	11.7	13.2	3.4	194.8	0.10	1.60	18.10	0.00	0.10	18.80	16.00	104.00	0.90	0.10	54.60	63.50	0.00	0.00	0.00						
Рис отварной	4.3	5.1	44.6	241.8	0.04	0.00	0.00	0.00	0.30	6.35	30.34	92.66	0.71	1.00	0.00	72.32	0.00	0.00	0.00						
Чай с лимоном	0.2	0.0	15.2	62.6	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	14.80	6.30	8.40	0.80	0.00	34.10	0.00	0.00	0.00	0.00						
Хлеб ржаной	2.0	0.4	10.4	53.9	0.10	0.00	0.00	0.00	0.40	42.20	1.70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
Батон йодированный	2.2	0.8	14.9	76.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	6.40	9.60	24.70	0.60	0.20	38.00	1.00	0.00	0.00	0.00						
Кондитерское изделие	1.1	6.9	11.9	111.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
Итого за прием пищи:	27.0	31.7	116.9	888.1	0.37	8.20	18.10	0.00	0.48	94.55	103.74	344.86	6.34	2.10	168.90	203.42	0.00	0.00	0.00						
Полдник																									
Сок фруктовый в инд.упаковке	0.0	0.0	20.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
Фрукт	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00						
Выпечное изделие	3.6	6.3	22.0	158.8	0.60	0.00	1.99	0.00	0.04	9.88	13.68	34.94	0.70	0.30	0.00	23.97	0.00	0.00	0.00						
Кондитерское изд. в инд.упак.	1.2	4.8	21.2	132.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
Итого за прием пищи:	6.3	11.6	76.0	439.9	0.61	17.00	1.99	0.00	0.24	44.68	32.08	63.24	6.40	0.50	361.40	26.57	0.00	0.00	0.00						
Всего за день:	56.9	72.5	284.9	2 089.4	1.08	39.73	57.49	0.10	1.42	294.13	194.02	761.10	19.92	4.20	1 059.39	379.39	0.00	0.00	0.00						

ИНН 7602088809
г. Ярославль

8 день

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, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	И, мг	Ф, мг	Se, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	И, мг	Ф, мг	Se, мг								
Завтрак																											
Гуляш из свинины	50/50	11.8	18.3	4.5	248.4	0.00	1.00	0.00	0.00	0.10	20.40	17.60	125.20	2.00	0.10	53.50	80.80	0.00	0.00	260	2015						
Каша гречневая рассычатая	180	10.2	7.2	45.7	288.1	0.30	0.00	0.00	0.00	0.10	17.48	160.27	240.58	5.42	1.79	0.00	68.23	0.00	0.00	302	2015						
Овощи натуральные свежие	48	0.3	0.0	1.0	5.1	0.00	3.35	0.00	0.00	0.00	8.21	6.97	14.60	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2015						
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015						
Батон йодированный	20	1.5	0.6	10.3	52.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	6.60	17.00	0.40	0.10	26.20	0.70	0.00	0.00								
Кондитерское изделие	30	1.9	6.3	13.1	116.8	0.00	0.00	0.00	0.10	0.00	3.70	2.30	15.30	0.20	0.10	21.90	0.80	0.00	0.00								
Итого за прием пищи:	693	25.7	32.4	89.5	770.8	0.30	4.38	0.00	0.10	0.20	65.29	195.14	415.48	8.57	2.09	101.60	150.53	0.00	0.00								
Обед																											
Суп с макаронными изделиями и курицей	250/15	6.9	2.8	15.8	117.3	0.00	0.90	0.20	0.00	0.00	29.20	13.40	53.90	0.90	0.60	107.10	72.40	0.00	0.00	111	2015						
Шницель из свинины рубленый	100	13.9	23.9	13.2	321.9	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	17.20	26.90	172.60	2.80	0.20	52.90	26.00	0.00	0.00	ТТК							
Калупа тушеная	180	4.2	6.2	18.3	149.7	0.10	38.50	0.10	0.00	0.10	102.40	35.10	69.50	2.20	1.00	446.70	99.00	0.00	0.00	139	2015						
Компот из свежих плодов (клубника)	200	0.1	0.1	27.8	115.0	0.01	0.90	0.00	0.00	0.01	14.20	12.90	4.40	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	342	2015						
Хлеб ржаной	55	3.6	0.7	18.4	95.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	9.90	10.50	47.90	2.20	0.70	74.80	3.10	0.00	0.00								
Итого за прием пищи:	800	28.6	33.7	93.5	799.6	0.21	40.70	0.30	0.00	0.21	172.90	98.80	348.30	9.10	2.50	681.50	200.50	0.00	0.00								
Полдник																											
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0.0	0.0	20.2	86.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015						
Фрукт	140	0.6	0.4	14.4	65.8	0.00	7.00	0.00	0.00	0.00	26.60	16.80	22.40	2.80	0.30	217.00	1.40	0.00	0.00								
Вяленое изделие	130	7.6	3.0	75.1	355.9	0.11	0.20	7.81	0.00	0.09	1.52	31.03	77.04	24.52	0.65	0.00	52.08	0.00	0.00	406	2015						
Итого за прием пищи:	470	8.2	3.4	109.7	508.7	0.12	11.20	7.81	0.00	0.29	42.12	55.83	113.44	30.12	0.95	217.00	53.48	0.00	0.00								
Всего за день:		62.5	69.5	292.7	2 080.1	0.63	56.28	8.11	0.10	0.70	280.31	349.77	877.22	47.79	4.56	1 404.51	404.51	0.00	0.00								

«КОМПАНИИ»
 СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
 ИНН 7602083809
 г. Ярославль

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Жиры, г			Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг							
		Белки, г	Жир, г																	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг		
Завтрак																										
Каша рисовая молочная жидкая	200	5.1	3.3	31.4	182.0	0.00	0.60	12.70	0.00	0.10	115.50	26.50	118.10	0.40	0.80	185.40	41.90	0.00	0.00	182	2015					
Какао с молоком витаминизированный	200	4.1	3.5	17.6	119.0	0.06	1.60	24.40	0.00	0.19	152.20	21.30	124.60	0.50	0.60	0.00	3.00	0.00	0.00	382	2015					
Батон йодированный	31	2.3	0.9	15.9	81.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.80	10.20	26.40	0.60	0.20	40.60	1.10	0.00	0.00	ТТК						
Блинчик с вишневым фаршем	140	8.3	10.0	54.2	340.1	0.20	0.28	66.42	0.20	0.00	121.46	35.76	150.24	1.50	1.22	0.00	54.56	0.00	0.00	ТТК						
Итого за прием пищи:	571	19.8	17.7	119.1	722.3	0.26	2.48	103.52	0.20	0.29	395.96	93.76	419.34	3.00	2.82	226.00	100.56	0.00	0.00							
Обед																										
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1.7	4.4	9.0	83.3	0.00	12.00	0.20	0.00	0.00	46.40	20.50	41.70	1.10	0.40	302.50	79.80	0.00	0.00	88	2015					
Котлета рыбная	100	12.2	8.1	17.6	193.2	0.10	0.70	0.00	0.00	0.10	39.00	44.40	175.30	1.70	0.90	340.30	176.30	0.00	0.00	ТТК						
Пюре картофельное	180	4.1	6.4	26.9	181.2	0.11	23.95	0.00	0.00	0.11	48.76	36.58	114.14	1.33	1.00	0.00	74.92	0.00	0.00	312	2015					
Напиток из смеси свежих плодов см	200	0.3	0.1	34.8	143.0	0.02	3.20	0.00	0.00	0.02	16.70	7.80	7.00	0.90	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	343	2015					
Хлеб ржаной	33	2.2	0.4	11.0	57.4	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	5.90	6.30	28.70	1.30	0.40	44.90	1.80	0.00	0.00	ТТК						
Пирог Манник	50	2.8	7.8	24.5	180.7	0.00	0.00	0.00	0.10	0.00	19.30	5.20	32.00	0.30	0.20	50.20	2.10	0.00	0.00	ТТК						
Итого за прием пищи:	813	23.3	27.2	123.8	838.8	0.33	39.85	0.20	0.10	0.23	176.06	120.78	398.84	6.63	2.90	737.90	331.32	0.00	0.00							
Полдник																										
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0.0	0.0	20.2	86.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015					
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	ТТК						
Выпечное изделие	60	3.3	3.0	33.9	175.8	0.05	0.03	9.66	0.00	0.04	11.91	12.23	33.56	0.83	0.00	70.92	0.00	0.00	0.00	406	2015					
Шоколад	15	1.1	5.1	8.0	82.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ТТК						
Итого за прием пищи:	405	4.8	8.6	74.8	407.4	0.06	17.03	9.66	0.00	0.24	46.71	30.63	61.86	6.53	0.20	432.32	2.60	0.00	0.00							
Всего за день:		47.9	53.5	317.7	1968.5	0.65	59.36	113.38	0.30	0.76	618.73	245.17	880.04	15.16	5.82	1386.17	334.48	0.00	0.00							

ИНН 7602088809
г. Ярославль

СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Пудинг творожный с молоком сгущенным	150/25	24.2	9.8	40.7	368.4	0.00	0.50	28.20	0.20	0.30	259.20	38.20	290.90	1.20	1.00	312.00	8.20	0.00	0.00	223	2015
Батон Людилованный	34	2.6	1.0	17.5	89.1	0.10	0.00	0.00	0.00	0.70	7.50	11.20	28.90	0.70	0.30	44.50	1.20	0.00	0.00		
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Итого за прием пищи:	554	27.4	11.3	85.9	578.6	0.10	13.53	28.20	0.20	0.30	297.60	61.20	336.90	5.08	1.50	717.90	12.00	0.00	0.00		
Обед																					
Рассольник Ленинградский с курой, сметаной	250/15/1	4.5	7.7	12.4	143.0	0.10	6.70	10.00	0.00	0.06	43.00	27.90	105.80	1.00	0.30	0.00	64.50	0.00	0.00	96	2015
Котлета натуральная из филе кури панированная запеченая (Медальон из кури)	100	21.1	12.8	10.0	239.0	0.20	0.50	0.10	0.00	0.20	29.30	30.30	184.20	2.70	1.80	0.00	41.30	0.00	0.00	496	2004
Макаронные изделия отварные	180	7.5	4.9	48.0	270.8	0.10	0.00	14.90	0.10	0.00	39.50	14.10	56.90	1.40	0.50	86.00	121.00	0.00	0.00	309	2015
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Хлеб ржаной	36	2.4	0.4	12.0	62.6	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.50	6.80	31.30	1.40	0.40	49.00	2.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	806	35.6	25.8	97.4	775.4	0.50	7.23	25.00	0.10	0.26	129.40	80.50	381.00	6.78	3.00	135.00	228.80	0.00	0.00		
Полдник																					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0.0	0.0	20.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00		
Выпечное изделие	50	3.6	6.3	22.0	159.8	0.60	0.60	0.00	1.99	0.00	9.88	13.68	34.94	0.70	0.30	0.00	23.97	0.00	0.00	424	2015
Кондитерское изд.в инд.упак.	30	1.2	4.8	21.2	132.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	410	6.3	11.6	76.0	439.9	0.61	17.00	1.99	0.00	0.24	44.68	32.08	63.24	6.40	0.50	361.40	26.57	0.00	0.00		
Всего за день:		68.3	48.7	269.3	1793.9	1.21	37.76	55.19	0.30	0.80	471.68	173.78	781.14	18.26	3.80	1350.00	228.80	0.00	0.00		

ИНН 7602088809
г. Ярославль

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг				
																				В1, мг	С, мг		
Завтрак																							
Котлета из мяса птицы	100	13.6	19.3	10.4	287.1	0.10	1.00	23.10	0.00	0.10	28.10	22.80	142.50	1.60	0.20	60.70	26.80	0.00	0.00	ТТК			
Пюре картофельное	150	3.4	5.3	22.4	151.0	0.09	19.96	0.00	0.00	0.09	40.64	30.48	95.12	1.11	0.83	0.00	62.43	0.00	0.00	312			
Овощи натуральные свежие	80	0.7	0.1	2.3	14.4	0.00	15.00	0.10	0.00	0.00	8.40	12.00	15.60	0.60	0.10	174.00	1.20	0.00	0.00	71			
Чай с лимонком	200/15/5	0.2	0.0	15.2	62.6	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	14.90	6.30	8.40	0.80	0.00	34.10	0.00	0.00	0.00	377			
Батон Людиловский	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00				
Кондитерское изделие	20	1.1	6.9	11.9	111.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
Итого за прием пищи:	585	21.6	32.6	80.2	717.8	0.29	36.76	23.20	0.00	0.19	99.74	83.18	291.42	4.81	1.43	314.70	91.73	0.00	0.00				
Обед																							
Борщ из свежей капусты с картофелем и курицей	250/10	4.8	6.9	10.9	142.5	0.00	13.38	12.50	0.00	0.06	62.13	32.63	68.25	1.50	0.63	0.00	82.75	0.00	0.00	82			
Печень по-строгановски	50/50	13.2	11.3	3.5	184.8	0.20	8.49	57.70	0.00	144.86	33.22	17.49	292.96	5.00	0.88	0.00	85.92	0.00	0.00	255			
Каша гречневая рассычатая	200	11.3	8.0	50.7	319.7	0.33	0.00	0.00	0.00	0.11	19.40	177.90	267.04	6.02	1.99	0.00	75.74	0.00	0.00	302			
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376			
Хлеб ржаной	41	2.7	0.5	13.7	71.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	7.80	35.70	1.80	0.50	55.80	2.30	0.00	0.00				
Итого за прием пищи:	816	32.1	26.6	93.8	778.4	0.63	21.90	70.20	0.00	145.03	133.25	537.22	666.75	14.40	4.00	55.80	246.71	0.00	0.00				
Полдник																							
Сок фруктовый в м.д. упаковке	200	0.0	0.0	20.2	86.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389			
Фрукт	140	0.6	0.4	14.4	65.8	0.00	7.00	0.00	0.00	0.00	26.60	16.80	22.40	2.80	0.30	217.00	1.40	0.00	0.00				
Выпечное изделие	130	7.6	3.0	75.1	355.9	0.11	0.20	7.81	0.00	0.09	1.52	31.03	77.04	24.52	0.65	0.00	52.06	0.00	0.00	406			
Итого за прием пищи:	470	8.2	3.4	109.7	509.7	0.12	11.20	7.81	0.00	0.29	42.12	55.83	113.44	30.12	0.95	217.00	53.48	0.00	0.00				
Всего за день:		61.9	62.6	283.7	2 005.9	1.04	69.86	101.21	0.00	145.51	275.11	676.23	1 071.48	14.40	4.93	567.50	691.82	0.00	0.00				

СОВЕТСКО-КАРАИМСКАЯ
МИН 7602088809
г. Донецк

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг
Итого за весь период	682,3	724,9	3431,3	23481,2	9,59	579,43	769,95	2,18	299,25	4 185,45	3 106,89	327,87	60,55	14 286,68	4 387,14	0,40	0,00
Среднее значение за период	56,9	60,4	285,9	1 956,8	0,80	48,29	64,16	0,18	24,94	348,79	258,91	27,32	5,05	1 190,56	365,60	0,00	0,00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	11,6	27,8	60,6														

«Комбинат
социального питания»
ИНН 7602088809
г. Ярославль

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник
12-18 лет	583	816	428