



## Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 12-18 лет

осень-зима-весна

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Огурец свежий в нарезке	30	0,24	0,03	0,75	4,23	428
	Гуляш из свинины 50/50	100	11,07	21,62	4,57	256,02	91,01
	Каша гречневая рассыпчатая ✓	180	8,78	6,23	32,78	225,09	254
	Чай с сахаром с молоком 200	200	1,55	1,37	20,37	99,98	349,01
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>27,37</b>	<b>31,07</b>	<b>94,20</b>	<b>778,06</b>	
обед	Салат из свежих помидоров	100	0,99	8,97	3,42	98,38	463,01
	Суп картофельный с гречневой крупой 250	250	1,87	3,62	20,55	115,91	1 033,01
	Шарики рыбные 80/30	110	10,54	6,26	9,90	131,35	783,08
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,62	16,72	85,40	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>960</b>	<b>26,84</b>	<b>25,28</b>	<b>129,56</b>	<b>839,09</b>	
полдник	Пирожок рис,яйцо	75	8,08	10,77	33,19	266,00	233
	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	200	5,80	6,40	9,40	118,40	пром.
	Мармелад	30	0,03		23,82	96,30	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>405</b>	<b>14,31</b>	<b>17,57</b>	<b>76,21</b>	<b>525,10</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 955</b>	<b>68,52</b>	<b>73,92</b>	<b>299,97</b>	<b>2 142,25</b>	

(лист 2)

Рацион: 12-18 лет

осень-зима-весна

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Мармелад трицветик	18	0,02		7,29	29,48	пром.
	Каша ячневая молочная с маслом 200/10	210	4,18	6,73	21,14	171,70	307,02
	Запеканка творожная Школьная 95	95	8,95	7,49	11,57	143,84	159,16
	Соус молочный "Шоколадный"	30	1,17	0,87	4,13	19,03	485
	Чай "Смородинка"	200	0,26	0,09	18,98	77,70	350,24
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>633</b>	<b>20,31</b>	<b>17,00</b>	<b>98,84</b>	<b>634,49</b>	
обед	Огурец свежий в нарезке	100	0,80	0,10	2,50	14,10	428
	Суп из овощей.250	250	1,65	3,98	16,56	104,19	1 030,05
	Шницель рубленный 100	100	16,93	14,45	18,01	290,31	775,03
	Рис припущенный	180	4,21	4,79	36,48	229,79	1 003,01
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.	
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>32,55</b>	<b>24,38</b>	<b>141,57</b>	<b>955,59</b>	
полдник	Пирожок с яблоком	100	2,87	5,72	38,89	212,84	236,00
	Ряженка 2,5%	200	5,80	5,00	8,40	101,80	пром.
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	563
<b>Итого за полдник</b>		<b>400</b>	<b>9,47</b>	<b>10,92</b>	<b>54,79</b>	<b>349,64</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 973</b>	<b>62,33</b>	<b>52,30</b>	<b>295,20</b>	<b>1939,72</b>	

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 1      День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Огурец свежий в нарезке	25	0,20	0,03	0,63	3,53	428
	Биточки по-Братски 100	100	9,74	14,87	8,17	194,65	760,06
	Макароны отварные (рожки)	180	5,51	4,69	33,81	199,49	370
	Сок фруктовый вишневый	200	1,40	0,40	22,80	100,40	пром.
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>565</b>	<b>22,58</b>	<b>21,81</b>	<b>101,14</b>	<b>690,81</b>	
обед	Салат из свежих помидоров	100	0,99	8,97	3,42	98,38	463,01
	Суп гороховый 250	250	5,13	3,79	19,01	126,35	1 026,04
	Котлета рубленая из птицы (курица)	100	18,03	15,58	19,12	288,04	103,02
	Рагу овощное	180	2,87	7,13	19,03	168,98	413
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>35,98</b>	<b>36,53</b>	<b>128,60</b>	<b>998,95</b>	
полдник	Булочка дорожная	60	6,53	12,08	37,08	283,43	202,04
	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	200	5,80	6,40	9,40	118,40	пром.
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	563
	<b>Итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>13,13</b>	<b>18,68</b>	<b>53,98</b>	<b>436,83</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 885</b>	<b>71,69</b>	<b>77,02</b>	<b>283,72</b>	<b>2 126,59</b>	

(лист 4)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 1      День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Горошек зеленый	10	0,31	0,02	0,65	4,02	419
	Биточки рыбные Сочные 100	100	6,92	13,58	8,55	154,12	127,06
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Кофейный напиток на молоке	200	2,73	2,11	20,87	113,41	345
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>19,51</b>	<b>22,78</b>	<b>90,13</b>	<b>623,46</b>	
обед	Закуска из консервированных огурцов	100	0,71	10,08	1,35	98,91	429,01
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	260	1,98	5,92	16,98	119,12	549,01
	Мясо тушеное 60/50	110	13,05	23,66	4,03	279,91	54,03
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,78	6,23	32,78	225,09	254
	Напиток из шиповника	200	0,27	0,12	22,24	94,45	376
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>960</b>	<b>32,75</b>	<b>47,07</b>	<b>125,20</b>	<b>1 049,88</b>	
полдник	Блинчики	100	8,18	5,88	34,13	222,28	330
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,20	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>400</b>	<b>14,38</b>	<b>11,28</b>	<b>51,93</b>	<b>366,88</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 930</b>	<b>66,64</b>	<b>81,13</b>	<b>267,26</b>	<b>2 040,22</b>	

Рацион: 12-18 лет

осень-зима-весна

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр в нарезке	15	3,95	3,99		51,69	968
	Каша пшеничная молочная с маслом 200/10	210	3,83	8,49	22,59	194,39	305
	Запеканка творожная с изюмом с повидлом 80/20	100	9,03	7,99	17,88	160,26	159,13
	Чай с сахаром	200	0,19	0,05	18,24	74,10	350
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>22,73</b>	<b>22,84</b>	<b>94,44</b>	<b>673,18</b>
обед	Помидор свежий с маслом растительным	100	0,99	10,17	3,43	109,17	431,02
	Борщ с капустой и картофелем 250/10	260	1,84	5,89	19,54	118,53	110
	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 80/30	110	12,98	5,83	18,11	165,17	979,01
	Макароны отварные (рожек витой)	180	5,51	4,69	33,81	199,49	370,02
	Напиток яблочно-вишневый	200	0,10	0,10	22,61	91,73	366
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>960</b>	<b>29,38</b>	<b>27,74</b>	<b>145,32</b>	<b>916,49</b>	
полдник	Ватрушка с творогом	75	10,01	5,15	32,14	215,35	214,01
	Ряженка 2,5%	200	5,80	5,00	8,40	101,80	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>16,21</b>	<b>10,55</b>	<b>50,34</b>	<b>361,55</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 940</b>	<b>68,32</b>	<b>60,63</b>	<b>290,10</b>	<b>1951,22</b>	

1неделя

Итого за завтрак за 5 дней	2983	112,60	115,00	478,75	3400,00
Среднее	597	22,50	23,00	95,75	680,00
Итого за обед за 5 дней	4760	157,50	161,00	670,25	4760,00
Среднее	952	31,50	32,20	134,05	952,00
Итого за полдник за 5 дней	1940	67,50	69,00	287,25	2040,00
Среднее	388	13,50	13,80	57,45	408,00
Итого за период за 5 дней	9683	337,50	345,00	1436,25	10200,00
Среднее значение за период		67,50	69,00	287,25	2040,00

(лист 6)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 2      День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Мясо тушеное 50/50	100	10,88	23,66	4,03	241,71	54,04
	Рис припущенный	180	4,21	4,79	36,48	229,79	1 003,01
	Чай с сахаром с молоком 200	200	1,55	1,37	20,37	99,98	349,01
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>566</b>	<b>22,37</b>	<b>31,64</b>	<b>96,61</b>	<b>764,22</b>	
<b>обед</b>							
	Закуска из свежих огурцов	100	0,74	8,88	2,28	91,98	422,01
	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10	260	2,34	4,69	21,68	105,06	534,05
	Котлета рыбная в сырной панировке	100	14,76	12,01	13,64	222,72	127,24
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>30,62</b>	<b>31,89</b>	<b>129,95</b>	<b>896,13</b>	
<b>полдник</b>							
	Пиожок с картофелем	75	8,06	6,41	10,54	127,71	229
	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	200	5,80	6,40	9,40	118,40	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>14,26</b>	<b>13,21</b>	<b>29,74</b>	<b>290,51</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 885</b>	<b>67,25</b>	<b>76,74</b>	<b>256,30</b>	<b>1950,86</b>	

(лист 7)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 2      День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Огурец свежий в нарезке	25	0,20	0,03	0,63	3,53	428
	Оладьи из печени Нежные 90/30	120	7,59	14,12	12,35	206,84	84,1
	Картофель тушеный	180	3,26	5,18	23,06	151,24	246
	Кофейный напиток "Здоровье"	200	2,73	2,11	20,87	113,41	пром.
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>19,51</b>	<b>23,26</b>	<b>92,64</b>	<b>667,76</b>	
<b>обед</b>							
	Салат из свежих помидоров	100	0,99	8,97	3,42	98,38	463,01
	Суп гороховый 250	250	5,13	3,79	19,01	126,35	1 026,04
	Котлета мясная Особая 100	100	14,78	13,43	12,52	279,54	53,12
	Макароны отварные (рожок витой)	180	5,51	4,69	33,81	199,49	370,02
	Комлот из кураги	200	0,98	0,06	27,44	114,17	361
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>35,35</b>	<b>32,00</b>	<b>144,02</b>	<b>1050,33</b>	
<b>полдник</b>							
	Булочка с творогом	75	10,96	3,74	28,68	198,28	214,02
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,20	пром.
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	563
<b>Итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>17,56</b>	<b>8,94</b>	<b>44,18</b>	<b>333,48</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 920</b>	<b>72,42</b>	<b>64,20</b>	<b>280,84</b>	<b>2051,57</b>	

(лист 8)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 2.      День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Мармелад трицветик	18	0,02		7,29	29,48	пром.
	Сыр порциями	10	2,63	2,66		34,46	пром.
	Каша геркулес молочная с маслом 220/10	230	7,45	8,67	31,55	231,05	296,02
	Омлет натуральный с маслом 105/5	110	9,42	13,25	1,35	162,49	1 002
	Какао с молоком	200	3,64	3,17	22,83	134,39	340,01
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>548</b>	<b>28,89</b>	<b>29,57</b>	<b>98,75</b>	<b>784,61</b>	
обед	Закуска из свежих огурцов	100	0,74	8,88	2,28	91,98	422,01
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	260	1,98	5,92	16,98	119,12	549,01
	Ежики куриные 75/45	120	13,36	7,21	11,78	178,08	113
	Картофель отварной с маслом	180	3,46	3,79	26,64	160,58	241
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,62	16,72	85,40	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>980</b>	<b>29,16</b>	<b>26,98</b>	<b>129,04</b>	<b>884,04</b>	
полдник	Булочка дорожная	60	6,53	12,08	37,08	283,43	202,04
	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	200	5,80	6,40	9,40	118,40	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
	Мармелад	30	0,03		23,82	96,30	пром.
<b>Итого за полдник</b>		<b>390</b>	<b>12,76</b>	<b>18,88</b>	<b>80,10</b>	<b>542,53</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2 018</b>	<b>70,81</b>	<b>75,43</b>	<b>307,89</b>	<b>2 211,18</b>	

(лист 9)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 2.      День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Огурец свежий в нарезке	25	0,20	0,03	0,63	3,53	428
	Котлета кур в сырной панировке 100	100	14,51	11,43	13,61	178,01	103,11
	Макароны отварные (ракушка)	180	5,51	4,69	33,81	199,49	370,05
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>586</b>	<b>26,95</b>	<b>17,87</b>	<b>103,98</b>	<b>658,57</b>	
обед	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	21,40	431
	Суп картофельный с рисом 250	250	4,27	4,18	18,57	123,09	1033,06
	Гуляш из свинины 60/50	110	13,30	25,99	5,41	307,42	91,04
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,78	6,23	32,78	225,09	254
	Напиток из шиповника	200	0,27	0,12	22,24	94,45	376
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>35,68</b>	<b>37,78</b>	<b>130,62</b>	<b>1003,85</b>	
полдник	Пирожок с яблоком	100	2,87	5,72	38,89	212,84	236
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,20	пром.
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	563
<b>Итого за полдник</b>		<b>400</b>	<b>9,47</b>	<b>10,92</b>	<b>54,39</b>	<b>348,04</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 936</b>	<b>72,10</b>	<b>66,67</b>	<b>288,99</b>	<b>2010,46</b>	

(лист 10)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 2.      День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Помидор свежий в нарезке	20	0,22	0,04	0,76	4,28	431
	Котлета рыбная "Емеля" ..	100	4,75	5,36	12,76	114,04	783,06
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Чай "Брусничка"	200	0,26	0,09	13,19	54,61	350,22
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>14,78</b>	<b>12,56</b>	<b>66,77</b>	<b>524,84</b>	
обед	Закуска из свежих огурцов	100	0,74	8,88	2,28	91,98	422,01
	Борщ с капустой и картофелем 250/10	260	1,84	5,89	19,54	118,53	110
	Курица рубленая под сыром	100	11,89	8,66	7,45	157,38	780,01
	Рис по-монастырски	180	4,16	7,76	36,92	233,63	201
	Напиток яблочно-вишневый	200	0,10	0,10	22,61	91,73	366
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>26,69</b>	<b>32,35</b>	<b>136,62</b>	<b>925,65</b>	
полдник	Булочка Веснушка	100	7,65	11,65	47,44	328,04	202,01
	Снежок 2,5%	200	5,40	5,00	21,60	153,00	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
	<b>Итого за полдник</b>		<b>400</b>	<b>13,45</b>	<b>17,05</b>	<b>78,84</b>	<b>525,44</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1930</b>	<b>54,92</b>	<b>61,96</b>	<b>302,23</b>	<b>1975,93</b>	

2 неделя

<b>Итого за завтрак за 5 дней</b>	<b>2950</b>	<b>72,50</b>	<b>61,50</b>	<b>333,75</b>	<b>2400,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>596</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>
<b>Итого за обед за 5 дней</b>	<b>4770</b>	<b>157,50</b>	<b>161,00</b>	<b>670,25</b>	<b>4760,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>954</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>
<b>Итого за полдник за 5 дней</b>	<b>1940</b>	<b>67,50</b>	<b>69,00</b>	<b>287,25</b>	<b>2040,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>388</b>	<b>13,50</b>	<b>13,80</b>	<b>57,45</b>	<b>408,00</b>
<b>Итого за период за 5 дней</b>	<b>9688</b>	<b>337,50</b>	<b>345,00</b>	<b>1436,25</b>	<b>10200,00</b>
<b>Среднее значение за период</b>		<b>67,50</b>	<b>69,00</b>	<b>287,25</b>	<b>2040,00</b>

1-2 неделя

<b>Итого за завтрак за 10 дней</b>	<b>5960</b>	<b>145,00</b>	<b>123,00</b>	<b>667,50</b>	<b>4800,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>596</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>
<b>Итого за обед за 10 дней</b>	<b>9530</b>	<b>315,00</b>	<b>322,00</b>	<b>1340,50</b>	<b>9520,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>953</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>
<b>Итого за полдник за 10 дней</b>	<b>3880</b>	<b>135,00</b>	<b>138,00</b>	<b>574,50</b>	<b>4080,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>388</b>	<b>13,50</b>	<b>13,80</b>	<b>57,45</b>	<b>408,00</b>
<b>Итого за период за 10 дней</b>	<b>19370</b>	<b>675,00</b>	<b>690,00</b>	<b>2872,50</b>	<b>20400,00</b>
<b>Среднее значение за период</b>		<b>67,50</b>	<b>69,00</b>	<b>287,25</b>	<b>2040,00</b>



Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 3      День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Огурец свежий в нарезке	30	0,24	0,03	0,75	4,23	428
	Птица тушенная в соусе (курица)	110	10,65	8,37	3,64	125,54	110,05
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,78	6,23	32,78	225,09	254
	Кофейный напиток на молоке	200	2,73	2,11	20,87	113,41	345
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>600</b>	<b>28,13</b>	<b>18,56</b>	<b>98,77</b>	<b>661,01</b>	
обед	Салат из свеклы	100	1,30	8,88	7,36	124,92	877,05
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	260	1,98	5,92	16,98	119,12	549,01
	Биточки рыбные Диетические 100	100	15,35	11,20	15,20	243,40	127,09
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Сок фруктовый абрикосовый	200	0,10		25,40	105,60	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,62	16,72	85,40	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>960</b>	<b>31,17</b>	<b>32,43</b>	<b>140,43</b>	<b>1001,69</b>	
полдник	Булочка дорожная	75	9,98	13,29	41,07	312,13	202,02
	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	200	5,80	6,40	9,40	118,40	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
	<b>Итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>16,18</b>	<b>20,09</b>	<b>60,27</b>	<b>474,93</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1935</b>	<b>75,48</b>	<b>71,08</b>	<b>294,47</b>	<b>2137,63</b>	

(лист 12)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 3      День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом 240/10	250	3,56	7,68	23,46	161,48	305,03
	Омлет с сыром, с маслом сливочным 105/5	110	9,38	14,02	1,53	173,53	192
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>19,67</b>	<b>23,52</b>	<b>80,92</b>	<b>612,55</b>
обед	Закуска из свежих огурцов	100	0,74	8,88	2,28	91,98	422,01
	Суп гороховый 250	250	5,13	3,79	19,01	126,35	1 026,04
	Шницель по-Романовски 100	100	13,56	13,26	15,54	263,62	775,08
	Капуста тушеная	180	3,87	4,07	10,72	94,56	226
	Кисель из свежих яблок	200	0,01		29,28	117,15	356
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
	<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>31,27</b>	<b>31,06</b>	<b>124,65</b>	<b>926,06</b>
полдник	Булочная мелочь со сгущенным молоком	50	9,03	7,99	17,88	160,26	пром.
	Чай с сахаром с молоком 200	200	1,55	1,37	20,37	99,98	349,01
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	563
<b>Итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>11,38</b>	<b>9,56</b>	<b>45,75</b>	<b>295,24</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1930</b>	<b>62,32</b>	<b>64,14</b>	<b>251,32</b>	<b>1833,85</b>	

(лист 13)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 3      День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Помидор свежий в нарезке	20	0,22	0,04	0,76	4,28	431
	Котлета Московская с маслом сливочным 100/5	105	8,22	24,77	12,26	269,26	497,03
	Рис припущенный	180	4,21	4,79	36,48	229,79	1 003,01
	Чай с сахаром, лимоном	200	0,44	0,10	18,55	76,62	350,2
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>18,82</b>	<b>31,52</b>	<b>108,78</b>	<b>772,69</b>	
обед	Огурец свежий с маслом растительным	100	0,72	8,90	2,26	91,82	993
	Борщ с капустой и картофелем 250/10	260	1,84	5,89	19,54	118,53	110
	Котлета сельская запеченная	100	14,02	11,45	10,25	215,39	51
	Макароны отварные (рожки)	180	5,51	4,69	33,81	199,49	370
	Сок фруктовый яблочный	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>31,05</b>	<b>31,99</b>	<b>133,88</b>	<b>942,43</b>	
полдник	Булочка Российская	75	11,63	6,93	48,35	323,37	207,01
	Снежок 2,5%	200	5,40	5,00	21,60	153,00	пром.
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	563
	<b>Итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>17,83</b>	<b>12,13</b>	<b>77,45</b>	<b>511,37</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2.650</b>	<b>67,70</b>	<b>75,64</b>	<b>315,11</b>	<b>2226,49</b>	

(лист 14)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 3      День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Горошек зеленый	15	0,47	0,03	0,98	6,03	419
	Котлета рыбная в сырной панировке	100	14,76	12,01	13,64	222,72	127,24
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Чайный напиток Росинка	200	0,44	0,05	18,74	77,10	350,04
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>575</b>	<b>25,22</b>	<b>19,16</b>	<b>98,42</b>	<b>657,76</b>	
обед	Помидор свежий с маслом растительным	100	0,99	10,17	3,43	109,17	431,02
	Суп из овощей 250	200	1,65	3,98	16,56	104,19	1030,05
	Печень тушеная в соусе красном основном 50/50	100	12,41	11,54	14,73	203,42	88,02
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,78	6,23	32,78	225,09	254
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,00		20,20	84,80	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>890</b>	<b>32,79</b>	<b>32,98</b>	<b>135,52</b>	<b>959,07</b>	
полдник	Пирожок с капустой	100	6,91	11,22	39,72	287,66	228
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,20	пром.
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	563
<b>Итого за полдник</b>		<b>400</b>	<b>13,51</b>	<b>16,42</b>	<b>55,22</b>	<b>422,86</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1.865</b>	<b>71,52</b>	<b>68,56</b>	<b>284,16</b>	<b>2039,69</b>	

(лист 15)

Рацион: 12-18 лет

осень-зима-весна

Неделя: 3

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша Дружба с маслом 200/10	210	4,39	9,77	25,73	208,54	306
	Запеканка творожная Школьная 90	90	8,48	8,41	11,54	130,84	159,23
	Молоко сгущенное	25	1,80	2,12	13,87	81,82	473
	Чай яблочный	200	0,26	0,12	19,99	82,05	350,11
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	141,50	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>20,65</b>	<b>22,22</b>	<b>105,79</b>	<b>624,39</b>	
обед	Салат из свежих помидоров	100	0,99	8,97	3,42	98,38	463,01
	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10	260	2,34	4,69	21,68	105,06	534,05
	Котлета Пожарская 100	100	16,40	12,52	17,55	249,22	793
	Картофель тушеный	180	3,26	5,18	23,06	151,24	246
	Напиток из шиповника	200	0,27	0,12	22,24	94,45	376
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,50	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>31,22</b>	<b>32,54</b>	<b>135,77</b>	<b>930,75</b>	
полдник	Язычок слоеный	50	2,40	5,40	30,36	189,40	пром.
	Ряженка 2,5%	200	5,80	5,00	8,40	101,80	пром.
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>8,60</b>	<b>10,80</b>	<b>48,56</b>	<b>335,60</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1905</b>	<b>60,48</b>	<b>65,58</b>	<b>291,19</b>	<b>1962,34</b>	

3 неделя

<b>Итого за завтрак за 5 дней</b>	<b>3745</b>	<b>112,50</b>	<b>115,00</b>	<b>478,75</b>	<b>3400,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>749</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>
<b>Итого за обед за 5 дней</b>	<b>4690</b>	<b>157,50</b>	<b>161,00</b>	<b>670,25</b>	<b>4760,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>938</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>
<b>Итого за полдник за 5 дней</b>	<b>1850</b>	<b>67,50</b>	<b>69,00</b>	<b>287,25</b>	<b>2040,00</b>
<b>Среднее</b>	<b>370</b>	<b>13,50</b>	<b>13,80</b>	<b>57,45</b>	<b>408,00</b>
<b>Итого за период за 5 дней</b>	<b>10285</b>	<b>337,50</b>	<b>345,00</b>	<b>1436,25</b>	<b>10200,00</b>
<b>Среднее значение за период</b>		<b>67,50</b>	<b>69,00</b>	<b>287,25</b>	<b>2040,00</b>

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 4      День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр в нарезке	10	2,63	2,66		34,46	968
	Каша рисовая молочная с маслом 240/10	250	4,68	9,01	36,83	235,52	306,01
	Омлет натуральный с маслом 105/5	110	9,42	13,25	1,35	162,49	1 002
	Какао с молоком	200	3,64	3,17	22,83	134,39	340,01
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	141,5	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>650</b>	<b>26,11</b>	<b>25,91</b>	<b>96,71</b>	<b>759,6</b>	
обед	Помидор свежий с маслом растительным	100	0,99	10,17	3,43	109,17	431,02
	Суп крестьянский 250 (пшено)	250	2,12	6,05	10,5	104,7	527
	Тефтели рыбные в соусе 70/50	120	9,46	11,22	13,47	175,65	142,02
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1		20,2	84,8	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,62	16,72	85,4	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>970</b>	<b>26,0</b>	<b>33,87</b>	<b>123,09</b>	<b>882,97</b>	
полдник	Булочка с повидлом	75	4,17	9,51	54,01	321,06	212
	Молоко питьевое пастеризованное	200	5,8	6,4	9,4	118,4	пром.
	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,40	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>10,37</b>	<b>16,31</b>	<b>73,21</b>	<b>483,86</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 995</b>	<b>62,48</b>	<b>80,09</b>	<b>293,04</b>	<b>2 126,43</b>	

(лист 17)

Рацион: 12-18 лет      осень-зима-весна      Неделя: 4      День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Помидор свежий в нарезке	20	0,22	0,04	0,76	4,28	431
	Котлета куриная Диетическая 100	100	11,35	11,52	13,35	176,81	783,05
	Капуста тушеная	180	3,87	4,07	10,72	94,56	226
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1		20,2	84,8	пром.
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	141,5	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>680</b>	<b>22,17</b>	<b>17,45</b>	<b>80,76</b>	<b>553,19</b>	
обед	Огурец свежий с маслом растит	100	0,72	8,9	2,26	91,82	993
	Суп гороховый 250	250	5,13	3,79	19,01	126,35	1 026,04
	Гуляш из птицы 60/50	110	15,24	8,04	3,31	146,56	1 041,05
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,78	6,23	32,78	225,09	254
	Кисель фруктовый Витаминчик	200	0,29		25,83	104,5	356,01
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,5	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>38,12</b>	<b>28,02</b>	<b>131,01</b>	<b>926,72</b>	
полдник	Пирожок с яблоком	100	2,87	5,72	38,89	212,84	236
	Кефир 2,5%	200	5,8	5	8	100,2	пром.
	Мандарины свежие	100	0,8	0,2	7,5	35	563
<b>Итого за полдник</b>		<b>400</b>	<b>9,47</b>	<b>10,92</b>	<b>54,39</b>	<b>348,04</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 930</b>	<b>69,76</b>	<b>56,39</b>	<b>266,16</b>	<b>1 827,95</b>	

(лист 18)

Рацион: 12-18 лет		осень-зима-весна		Неделя: 4		День: среда	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Огурец свежий в нарезке	20	0,16	0,02	0,5	2,82	428
	Печень тушенная в соусе молочном 60/60	120	8,74	10,55	11,98	167,73	88,08
	Макароны отварные (ригатони)	180	5,51	4,69	33,81	199,49	268,02
	Чай с сахаром с молоком 200	200	1,55	1,37	20,37	99,98	349,01
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	141,5	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>600</b>	<b>21,59</b>	<b>18,35</b>	<b>102,39</b>	<b>562,76</b>	
<b>обед</b>							
	Салат из свежих помидоров	100	0,99	8,97	3,42	98,38	463,01
	Рассольник домашний 250	250	1,98	4,88	19,45	131,4	749,02
	Котлета куриная Рябушка 100	100	18,93	11,8	18,68	256,42	783
	Картофель тушенный	180	3,26	5,18	23,06	151,24	246
	Напиток из с/фр	200	0,38		28,9	117,11	374
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,5	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>33,5</b>	<b>31,89</b>	<b>141,33</b>	<b>986,95</b>	
<b>полдник</b>							
	Булочка дорожная	60	6,53	12,08	37,08	283,43	202,04
	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	200	5,8	6,4	9,4	118,4	пром.
	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,4	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>12,73</b>	<b>18,88</b>	<b>56,28</b>	<b>446,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 900</b>	<b>67,92</b>	<b>69,22</b>	<b>300,00</b>	<b>2 095,94</b>	

(лист 19)

Рацион: 12-18 лет		осень-зима-весна		Неделя: 4		День: четверг	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>							
	Помидор свежий в нарезке	20	0,22	0,04	0,76	4,28	431
	Котлета рубленая из мяса с маслом сливочным 100/5	105	8,96	26,98	16,21	322,35	775,12
	Рис припущенный	180	4,21	4,79	36,48	229,79	1 003,01
	Чай с сахаром, лимоном	200	0,44	0,1	18,55	76,62	350,2
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	141,5	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>585</b>	<b>18,56</b>	<b>33,73</b>	<b>107,73</b>	<b>825,78</b>	
<b>обед</b>							
	Закуска из свежих огурцов	100	0,74	8,88	2,28	91,98	422,01
	Борщ с капустой и картофелем 250	250	1,62	3,71	19,54	109,61	110,08
	Колбаски детские в соусе (мясо)	100	9,58	22,11	11,45	265,66	53,1
	Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,68	4,09	39,53	279,68	256,01
	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1		20,2	84,8	пром.
	Батон	70	5,25	2,03	35,98	198,1	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,5	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>26,51</b>	<b>41,32</b>	<b>142,36</b>	<b>1098,15</b>	
<b>полдник</b>							
	Булочка с повидлом обсыпная	80	17,82	4,2	35,21	236,97	202,05
	Кефир 2,5%	200	5,8	5	8	100,2	пром.
	Мандарины свежие	100	0,8	0,2	7,5	35	563
<b>Итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>24,42</b>	<b>9,4</b>	<b>50,71</b>	<b>372,17</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 905</b>	<b>70,49</b>	<b>84,45</b>	<b>300,80</b>	<b>2 296,10</b>	

(лист 20)

Рацион: 12-18 лет

осень-зима-весна

Неделя: 4

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Огурец консервированный	20	0,16	0,02	0,3	2	429
	Шарики рыбные 80/30	110	10,54	6,26	9,9	131,35	783,08
	Картофельное пюре 180	180	3,82	5,25	24,33	159,17	252,02
	Кофейный напиток на молоке	200	2,73	2,11	20,87	113,41	345
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	141,5	пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,37	10,03	51,24	пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>380</b>	<b>10,29</b>	<b>10,47</b>	<b>61,23</b>	<b>340,92</b>	
обед	Помидор свежий в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	21,4	431
	Щи из свежей капусты с картофелем 250	250	1,74	3,49	16,98	91,66	549,11
	Биточки Школьные	100	16,05	16,46	9,85	235,46	52,04
	Макароны отварные (ракушка)	180	5,51	4,69	33,81	199,49	370,05
	Сок фруктовый яблочный	200	1		20,2	84,8	пром.
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,08	пром.
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,5	13,38	68,32	пром.
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>33,36</b>	<b>25,9</b>	<b>132,46</b>	<b>665,21</b>	
полдник	Пряник шоколадный	50	4,71	8,09	21,26	192,3	пром.
	Снежок 2,5%	200	5,4	5	21,6	153	пром.
	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,4	565,01
<b>Итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>10,51</b>	<b>13,49</b>	<b>52,66</b>	<b>389,7</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1880</b>	<b>66,85</b>	<b>54,85</b>	<b>276,25</b>	<b>1853,58</b>	

4 неделя

<b>Итого за завтрак за 5 дней</b>	3005	142,50	115,00	478,75	3406,00
<b>Среднее</b>	601	22,50	23,00	95,75	680,00
<b>Итого за обед за 5 дней</b>	4740	157,50	161,00	670,25	4760,00
<b>Среднее</b>	948	31,50	32,20	134,05	952,00
<b>Итого за полдник за 5 дней</b>	1865	67,50	69,00	287,25	2040,00
<b>Среднее</b>	373	13,50	13,80	57,45	408,00
<b>Итого за период за 5 дней</b>	9810	337,50	346,00	1436,25	10200,00
<b>Среднее значение за период</b>		67,50	69,00	287,25	2040,00

3-4 неделя

<b>Итого за завтрак за 10 дней</b>	6750	225,00	230,00	957,50	6800,00
<b>Среднее</b>	675	22,50	23,00	95,75	680,00
<b>Итого за обед за 10 дней</b>	9430	315,00	322,00	1340,50	9520,00
<b>Среднее</b>	943	31,50	32,20	134,05	952,00
<b>Итого за полдник за 10 дней</b>	3715	135,00	138,00	574,50	4080,00
<b>Среднее</b>	372	13,50	13,80	57,45	408,00
<b>Итого за период за 10 дней</b>	19895	675,00	690,00	2872,50	20400,00
<b>Среднее значение за период</b>		67,50	69,00	287,25	2040,00

1-4 неделя

<b>Итого за завтрак за 20 дней</b>	12750	450,00	460,00	1915,00	13600,00
<b>Среднее</b>	636	22,50	23,00	95,75	680,00
<b>Итого за обед за 20 дней</b>	18960	630,00	644,00	2681,00	19040,00
<b>Среднее</b>	948	31,50	32,20	134,05	952,00
<b>Итого за полдник за 20 дней</b>	7595	270,00	276,00	1149,00	8160,00
<b>Среднее</b>	380	13,50	13,80	57,45	408,00
<b>Итого за период за 20 дней</b>	39266	1350,00	1380,00	5745,00	40800,00
<b>Среднее значение за период</b>		67,50	69,00	287,25	2040,00