



СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ №1
Н.А. Квасова
2025 г



Генеральный директор
ООО «Академия питания»
В.Ю. Лыкова
« 2025 г

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 1-4,5-11 КЛАССОВ
МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА ПОКАЧИ
(НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

День: 1 понедельник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
для обучающихся 1-4 классов(возраст /-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мк г
Завтрак																				
гтк273,	Каша молочная жидкая "Дружба" с маслом сл.	205	36,00	8,28	7,98	37,50	304,0	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
гтк243	Бутерброд(батон) с колбасными изделиями и	60	49,0	6,50	8,90	12,80	94,50	195,00	180,00	25,25	133,2	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
гк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	32,00	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
гк38	Фрукты свежие(мандарины)	100	55,00	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	Итого:	565	172,00	19,25	19,48	83,80	587,78	659,2	578,0	205,3	185,6	2,05	10,8	14,26	215	0,45	0,39	51,70	226,0	3,54
Обед																				
гтк 174	Салат из свеклы с яблоками	60	16	0,80	3,10	7,50	61,00	125,70	21,00	12,00	22,00	1,10	2,30	0,25	7,20	0,01	0,01	5,00	0,00	0,00
гтк1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и зеленью	250/10	25	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
гтк115	Котлеты по-хлыновски	90	92,66	10,80	11,10	8,00	276,00	259,00	140,00	22,00	340,00	2,00	5,30	2,70	37,50	0,12	0,12	4,00	0,02	0,20
гк302	Каша пшеничная вязкая	150	12	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,0	1,00	0,00	22,40	90,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	875	173,66	27,31	24,66	110,70	906,50	1024,9	250,20	337,90	870,90	12,14	17,82	9,83	82,2	0,56	0,19	35,00	20,23	0,86
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,66	46,56	44,14	194,50	1494,28	1684,0	828,20	543,15	1056,5	14,19	28,62	24,09	296,7	1,01	0,58	86,70	246,2	4,4

для обучающихся 5-11 классоввозраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мк г
Завтрак																				
гтк273,	Каша молочная жидкая "Дружба" с маслом сл.	205	36,00	8,28	7,98	37,50	304,0	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
гтк243	Бутерброд(батон) с колбасными изделиями и сыром	60	49,0	6,50	8,90	12,80	94,50	195,00	180,00	25,25	133,2	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
гк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	32,00	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
гк38	Фрукты свежие(мандарины)	100	55,00	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	Итого:	565	172,00	19,25	19,48	83,80	587,78	659,2	578,0	205,3	185,6	2,05	10,8	14,26	215	0,45	0,39	51,70	226,0	3,54
Обед																				
гтк 174	Салат из свеклы с яблоками	100	15,16	1,30	5,16	12,50	101,60	209,50	35,00	20,00	36,70	1,80	3,83	0,41	12,00	0,02	0,01	8,30	0,00	0,00
гтк1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и зеленью	250/10	25	2,98	4,30	12,00	134,00	134,00	332,10	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
гтк115	Котлеты по-хлыновски	100	91,46	12,25	13,00	9,50	295,00	195,00	170,50	27,50	425,00	2,50	5,90	3,00	41,70	0,15	0,01	5,00	0,03	0,01
гк302	Каша пшеничная вязкая	180	15	7,12	3,00	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	9,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,00	1,00	0,00	22,40	90,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:		174	28,78	26,01	126,67	1012,13	891,8	580,94	387,46	1054,60	14,14	20,33	11,00	108,5	0,65	0,08	39,30	24,24	0,67
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,6	48,03	45,49	210,47	1599,91	1551,0	1158,9	592,71	1240,2	16,19	31,13	25,26	323,0	1,10	0,47	91,00	250,24	4,21

День: 2 вторник

Льготная категория

1 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мк г
Завтрак																				
гтк438	Огурец консервированный(порционно)	60	25,00	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
гтк151	Рагу из говядины	200	134,00	18,24	19,68	40,50	416,88	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00
гтк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	5,50	0,40	0,10	22,00	77,00	8,00	10,00	6,00	9,00	1,10	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00
гтк243	Хлеб северный (с ламинариями)	40	7,50	1,16	0,23	16,40	65,60	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
	Итого:	500	172,00	20,35	20,11	82,70	571,48	846,0	52,84	112,0	322,3	6,50	7,3	1,98	69,6	0,29	0,15	107,0	75,80	0,35
Обед																				
гтк185	Салат "Нежность"	60	20	2,28	4,86	9,50	70,80	73,90	19,20	19,80	33,60	0,60	3,26	4,11	15,48	0,03	0,06	3,00	0,91	0,31
гтк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/20	30	6,56	2,72	23,21	119,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
гтк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом	185/10	100,0	12,50	15,60	43,00	436,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк19	Напиток из яблок	200	14,0	0,20	0,20	17,90	105,00	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00
	Итого:	805	174	25,67	23,93	117,08	846,85	635,3	298,16	288,99	465,57	6,02	26,87	22,58	197,3	0,67	0,28	29,36	146,11	0,96
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		346,00	46,0	44,04	199,78	1418,33	1481,3	351,00	400,99	787,82	12,52	34,16	24,56	266,9	0,96	0,44	136,36	221,91	1,31

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мк г
Завтрак																				
гтк438	Огурец консервированный(порционно)	60	25,00	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
гтк151	Рагу из говядины	200	134,00	18,24	19,68	40,50	416,88	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00
гтк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	5,50	0,40	0,10	22,00	77,00	8,00	10,00	6,00	9,00	1,10	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00
гтк243	Хлеб северный (с ламинариями)	40	7,50	1,16	0,23	16,40	65,60	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
	Итого:	500	172,00	20,35	20,11	82,70	571,48	846,0	52,84	112,0	322,3	6,50	7,3	1,98	69,6	0,29	0,15	107,0	75,80	0,35
Обед																				
гтк185	Салат "Нежность"	60	20	2,28	4,86	9,50	70,80	73,90	19,20	19,80	33,60	0,60	3,26	4,11	15,48	0,03	0,06	3,00	0,91	0,31
гтк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/20	30	7,34	2,72	23,21	159,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
гтк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом	200/10	100	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк19	Напиток из яблок	200	14,00	0,20	0,20	17,90	105,00	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00
	Итого:	910	174,00	27,45	25,93	119,08	915,85	635,3	298,16	288,99	465,57	6,02	26,87	22,58	197,3	0,67	0,28	29,36	146,11	0,96
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		346,00	47,80	46,04	201,78	1487,3	1481,3	351,00	400,99	787,8	12,52	34,16	24,56	266,9	0,96	0,44	136,36	221,91	1,31

День: 3 среда
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк 16	Запеканка творожная "Ватрушка Царская"	150	100,00	14,07	16,30	35,60	362,18	104,00	156,00	4,4	74,00	1,01	11,80	26,50	38,00	0,03	0,27	0,50	93,00	1,50
ттк243/2	Батон витаминный "На здоровье"	30	8,00	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк103	Какао с молоком	200	21,0	3,07	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	120	43,0	0,20	0,20	10,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	Итого:	500	172	19,22	19,20	84,45	614,16	646,0	411,75	45,65	97,45	2,41	15,56	30,76	69,8	0,40	0,45	50,50	226,00	4,00
Обед																				
ттк317	Салат "Мозайка"	60	25,7	1,00	4,00	12,50	54,00	108,00	33,00	10,00	95,00	1,00	6,90	11,00	22,0	0,03	0,15	3,00	0,10	0,90
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	45,0	5,92	5,00	15,00	135,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
ттк121/1	Печень по-строгановски	100	60,0	10,30	11,60	7,90	155,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	15,0	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,00	1,00	0,00	22,40	90,00	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	925	173,7	24,85	25,95	114,58	740,35	1163	326	245	740	14	21	39	217	0,7	1,4	32,0	5,7	0,96
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,7	44,07	45,15	199,03	1354,51	1809,5	738,20	290,41	837,8	15,99	36,1	70,03	286,5	1,11	1,86	82,50	231,71	4,96

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
Завтрак																				
ттк 16	Запеканка творожная "Ватрушка Царская"	180	115,0	17,00	19,80	52,80	484,24	138,70	195,70	320,5	29,00	1,74	15,70	35,30	50,70	0,08	0,36	0,70	124,0	2,00
ттк243/2	Батон витаминный "На здоровье"	30	8,0	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк103	Какао с молоком	200	21,0	3,07	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	120	43	0,20	0,20	10,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	Итого:	530	187	22,15	22,70	101,65	736,22	680,7	451,45	361,75	52,45	3,14	19,46	39,56	82,5	0,45	0,54	50,70	257,00	4,50
Обед																				
ттк317	Салат "Мозайка"	100	22,0	1,50	9,20	15,50	167,00	128,00	43,00	13,00	106,00	1,30	10,80	13,00	24,2	0,04	0,17	4,00	0,11	1,10
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	45,0	5,92	5,00	15,00	135,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
ттк121/1	Печень по-строгановски	100	45,7	10,30	11,60	7,90	155,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	18,0	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,00	0,00	0,00	22,40	90,00	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	995	158,7	25,45	32,11	121,84	891,55	1142,7	338,65	249,16	758,55	14,04	23,8	41,27	210,8	0,73	1,51	33,02	5,69	1,13
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,7	47,60	54,81	223,49	1627,77	1823	790	611	811	17	43	81	293	1,2	2,0	83,7	262,7	6

День: 4 четверг

Льготная категория

1 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
Завтрак																				
таб.8 Ссылка тгк117	Овощи свежие (огурец) порционно	60	34,00	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тгк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	90	80,0	11,12	10,20	19,25	145,50	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
тгк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	23	4,59	6,92	25,88	214,00	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	5,00	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тгк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	5,00	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	25,00	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
	Итого:	550	172,00	21,14	19	93,78	584,5	690,3	228,65	187,75	402,55	6,05	17,75	27,9	160,8	5,35	0,518	7,16	67,4	0,58
Обед																				
тгк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	60	20,00	2,50	3,12	6,10	46,80	50,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	0,00	0,06	0,02	5,00	0,00	0,00
тгк7	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	250/10	28,00	3,12	5,57	13,50	113,00	113,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тгк142	Сосиска отварная говяжья	100	62,66	13,50	14,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тгк35	Картофельное пюре	150	33,00	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк111	Компот из ягодной смеси	200	20	0,40	0,10	27,70	113,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	950	173,7	26,19	28,98	111,08	786,15	1012,4	167,20	157,05	367,85	5,86	10,01	11,25	46,1	0,45	0,22	25,00	2,02	0,06
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,66	47,33	47,98	204,86	1370,65	1702,7	395,9	344,80	770,4	11,91	27,76	39,15	206,9	5,80	0,74	32,16	69,4	0,6

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк г	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
Завтрак																				
таб.8 Ссылка тгк117	Овощи свежие (огурец) порционно	60	34,00	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тгк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	100	85,0	13,00	12,00	20,00	180,00	175,60	22,70	5,6	28,40	0,30	4,00	9,50	97,3	0,08	0,12	2,41	54,40	0,00
тгк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	25	2,67	3,53	31,06	237,49	198,00	24,06	151,0	253,0	4,00	1,74	3,00	12,00	0,30	0,09	2,00	0,80	0,00
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	5,00	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тгк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	5,00	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	25,0	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
	Итого:	590	179	21,10	17,41	99,71	642,49	740,9	231,91	213,30	447,35	6,71	17,04	17,90	145,9	5,45	0,46	7,91	79,0	0,6
Обед																				
тгк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	80	20,0	5,74	4,57	17,98	93,58	99,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,01	0,00	0,11	0,05	10,00	0,00	0,00
тгк7	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	250/10	28,00	3,12	5,57	13,50	113,00	150,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тгк142	Сосиска отварная говяжья	100	62,66	13,50	14,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тгк35	Картофельное пюре	180	35	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк111	Компот из ягодной смеси	200	20	0,40	0,10	27,70	113,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	905	175,66	30,67	33,09	128,94	897,13	1098,4	167,20	157,05	367,85	5,86	10,01	11,26	46,1	0,50	0,25	30,00	2,02	0,06
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		354,66	51,77	50,50	228,65	1539,62	1839,3	399,1	370,35	815,2	12,57	27,05	29,16	192,0	5,95	0,71	37,91	81,02	0,61

День: 5 пятница

Льготная категория

1 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
Завтрак																				
гтк453	Каша молочная овсяная из хлопьев" Геркулес"	205	40,00	6,10	8,60	30,80	233,50	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06
гтк243/2	Батон витаминный "На здоровье"	30	10,0	1,88	1,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
гтк10	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
гтк552	Кекс творожный	50	45,00	9,00	9,00	23,00	195,50		26,00	5,00	48,00	0,30				0,07		0,00	0,07	
таб.9	Фрукты свежие(сезонные)	100	72,00	1,50	0,50	10,00	55,90	278,00	43,18	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
Скюрихин	Итого:	585	172,00	18,7	19,3	86,7	586,6	590,0	225,9	191,3	108,5	2,2	11,9	4,3	31,8	0,2	0,2	36,6	25,1	0,1
Обед																				
гтк171	Салат из свеклы с сыром	60	22,00	2,39	5,22	3,92	64,00	128,30	129,96	70,61	130,87	0,66	4,00	1,51	8,80	0,01	0,04	4,32	18,90	0,08
гтк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/15/2	25,00	3,58	3,70	28,00	128,00	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
гтк248	Мясо духовое(цыплята с картофелем)	200	82,66	15,50	16,40	25,80	365,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк434	Кисель фруктовый	200	10,0	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
скурих	Кондитерские изделия(печенье)	50	24,0	0,90	1,25	15,50	84,00	115,00	88,00	17,00	80,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,11	41,34	0,10	41,34
	Итого:	837	173,66	26,70	27,12	120,92	851,4	1097,5	467,03	447,90	526,26	7,86	19,04	12,85	120,2	0,66	0,73	89,98	190,21	43,5
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,66	45,38	46,42	207,57	1438,0	1687,5	692,96	639,15	634,71	10,01	30,90	17,11	152,1	0,87	0,91	126,54	215,28	43,6

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецент	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
Завтрак																				
гтк453	Каша молочная овсяная из хлопьев" Геркулес"	205	40,00	6,10	8,60	30,80	233,50	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06
гтк243/2	Батон витаминный "На здоровье"	30	10,0	1,88	1,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
гтк10	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
гтк552	Кекс творожный	50	45,00	9,00	9,00	23,00	195,50		26,00	5,00	48,00	0,30				0,07		0,00	0,07	
таб.9	Фрукты свежие(сезонные)	100	72,00	1,50	0,50	10,00	55,90	278,00	43,18	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	Итого:	585	172,00	18,7	19,3	86,7	586,6	590,0	225,9	191,3	108,5	2,2	11,9	4,3	31,8	0,2	0,2	36,6	25,1	0,1
Обед																				
гтк171	Салат из свеклы с сыром	100	22,00	5,65	9,36	6,53	127,00	213,80	216,60	117,69	218,12	1,10	6,70	2,52	14,70	0,02	0,00	7,21	31,50	0,02
гтк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/15/2	25	3,58	3,70	28,00	128,00	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
гтк248	Мясо духовое(цыплята с картофелем)	200	82,66	15,50	16,40	25,80	365,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк434	Кисель фруктовый	200	10,00	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
скурих	Кондитерские изделия(печенье)	50	24,00	1,88	2,50	18,50	104,00	115,00	88,00	17,00	80,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,11	41,34	0,10	41,34
	Итого:	907	173,66	30,94	32,51	126,54	934,35	1183,0	553,67	494,98	613,51	8,30	21,74	13,86	126,1	0,67	0,69	92,87	202,81	43,45
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,66	49,62	51,81	213,19	1520,95	1773,0	779,60	686,23	721,96	10,45	33,60	18,12	158,0	0,88	0,87	129,43	227,88	43,5

День: 1 понедельник

Льготная категория

1 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г	
Завтрак																					
тгк6	Омлет натуральный	150	68,00	13,90	14,30	10,00	259,00	176,50	216,00	19,0	257,0	3,00	21,56	27,82	57,20	0,07	0,99	0,30	156,0	2,20	
тгк217	Булочка в ассортименте	60	36,00	4,60	5,90	16,00	162,00	29,00	176,00	9,00	130,0	0,20	0,00	2,90	0,00	0,01	0,06	0,14	52,00	0,00	
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	25,00	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	
тгк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	6,00	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,00	
тгк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	37,00	2,90	3,50	21,30	124,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00	
	Итого:	550	172,00	24,88	25,20	81,9	710,5	525,8	798	70	733	4	31	34	81	5	1	4	254	2	
Обед																					
тгк551	Салат "Овощной" 2 вар.	60	19,0	1,50	6,10	5,40	54,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	
тгк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	30,0	1,57	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00	
тгк45	Плов по-узбекски из говядины	200	101,0	18,50	16,30	38,15	435,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01	
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,0	0,00	0,00	22,40	90,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	
	Итого:	870	178	25,695	26,74	113,956	795,35	987,7	148,71	353,68	385,86	7,536	19,06	10,44	153,6	0,2745	0,26	34	0,27	0,01	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		350,00	50,58	51,94	195,86	1505,85	1513,5	946,7	423,68	1118,9	12,02	50,42	44,66	234,4	5,57	1,67	38,44	254,07	2,21	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг					
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г	
Завтрак																					
тгк6	Омлет натуральный	200	68,00	16,68	17,16	11,30	310,00	235,30	152,00	26,3	344,0	3,87	28,75	37,09	76,27	0,13	1,32	0,48	392,0	2,93	
тгк217	Булочка в ассортименте	60	36,00	4,60	5,90	16,00	162,00	29,00	176,00	9,00	130,0	0,20	0,00	2,90	0,00	0,01	0,06	0,14	52,00	0,00	
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	25,00	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00	
тгк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	6,00	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,00	
тгк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	37,00	2,90	3,50	21,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00	
	Итого:	600	172	27,66	28,06	83,2	725,5	584,6	734	77	820	5	39	43	100	5	2	5	490	3	
Обед																					
тгк551	Салат "Овощной" 2 вар.	60	19,0	1,00	3,10	5,40	54,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00	
тгк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	30,0	1,07	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00	
тгк45	Плов по-узбекски из говядины	200	101,0	18,23	21,29	38,15	435,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01	
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,0	0,00	0,00	22,40	90,00	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00	
	Итого:	935	178	24,43	28,73	113,96	795,35	1287,7	148,71	353,68	385,86	7,54	19,06	10,44	153,6	0,27	0,26	34,00	0,27	0,01	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		350,00	52,09	56,79	197,16	1520,85	1872,3	882,71	430,95	1205,9	12,89	57,61	53,93	253,5	5,63	2,00	38,62	490,07	2,94	

День: 2 вторник
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
скуп.т8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	36,0	0,55	0,10	3,80	12,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тгк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	105,0	14,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	15,00	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	6,00	1,68	0,34	12,30	61,80	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	10,0	0,30	0,00	15,00	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:	537	172,00	19,03	20,34	82,60	568,8	470,8	71,2	78,7	157,0	4,9	13,6	3,5	61,5	0,2	0,2	19,5	0,0	0,1
Обед																				
тгк 53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	15,0	0,76	3,06	4,14	48,00	180,00	31,20	9,00	16,20	0,39	1,80	0,18	6,00	0,02	0,02	23,40	0,02	0,01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой) и сметаной	250/10	33,0	6,87	7,02	19,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65
тгк 2а	Котлета из минтая	90	47,00	10,20	8,75	6,00	224,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01
тгк 422	Картофель запеченный по-деревенски	150	54	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк21	Напиток апельсиновый	200	14,7	0,20	0,00	25,70	94,00	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0
	Итого:	1025	173,66	25,36	27,78	98,22	798,28	1303,2	168,53	216,13	329,21	4,78	81,05	12,80	397,2	0,39	0,54	63,85	1,13	1,32
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,66	44,39	48,12	180,82	1367,08	1774,0	239,68	294,83	486,16	9,71	94,67	16,26	458,7	0,54	0,76	83,35	1,16	1,38

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
скуп.т8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	80/2	36,0	0,55	0,10	3,80	16,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тгк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	105,0	14,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	17,0	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
тгк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	6,00	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	10,0	0,30	0,00	15,00	40,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого:	540	174	19,85	21,24	84,81	595,7	473,0	88,4	83,4	181,0	5,5	15,9	3,7	65,4	0,2	0,3	28,0	10,0	0,0
Обед																				
тгк 53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	17,0	1,60	4,10	16,90	116,00	316,60	52,00	15,00	27,00	0,67	3,40	0,39	14,80	0,03	0,05	39,00	0,04	0,01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой) и сметаной	250/10	33,0	6,87	7,02	19,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65
тгк 2а	Котлета из минтая	90	47,00	10,20	8,75	6,00	224,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01
тгк 422	Картофель запеченный по-деревенски	150	54,0	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк21	Напиток апельсиновый	200	14,7	0,20	0,00	25,70	94,00	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0,0
	Итого:	1155	175,7	26,195	28,82	110,975	866,28	1439,8	189,33	222,13	340,01	5,055	82,65	13,01	406	0,4025	0,56	79,45	1,15	1,32
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		349,66	46,045	50,06	195,785	1461,98	1912,8	277,68	305,53	520,96	10,505	98,58	16,67	471,4	0,5825	0,88	107,47	11,15	1,35

День: 3 среда

Льготная категория

1 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минералы. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
ттк 3	Запеканка творожная со сгущенным молоком	165	108,00	13,30	16,60	33,60	335,00	92,00	232,00	36,00	320,0	1,60	7,92	26,00	28,00	0,08	0,20	0,00	0,00	0,01
ттк243/2	Батон витаминный "На здоровье"	30	8,0	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк103	Какао с молоком	200	21,0	3,07	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	110	35,0	0,20	0,20	10,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	Итого:	505	172,00	18,45	19,50	82,5	587,0	634	488	77	343	3	12	30	60	0	0	50	133	2,5
Обед																				
тк203	Салат из свежих огурцов с яйцом и луком	60	27,00	3,10	5,10	18,26	77,40	99,50	26,00	13,00	79,00	0,50	14,30	17,05	24,60	0,02	0,12	2,00	0,01	1,50
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	33,66	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65
ттк420	Рагу с птицей	225	85	16,90	16,12	35,33	405,00	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,00	0,00	0,00	22,40	90,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:	770	173,66	26,82	27,16	119,57	819,30	1314,5	123,18	434,02	495,02	9,91	35,92	20,96	150,1	0,42	0,40	49,60	30,01	2,15
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,66	45,27	46,66	202,02	1406,28	1948,5	610,93	511,27	838,47	12,91	47,60	51,22	210,0	0,87	0,78	99,60	163,01	4,66

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минералы. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
Завтрак																				
ттк 16	Запеканка творожная со сгущенным молоком	185	108,0	18,76	21,73	52,80	484,24	138,70	195,70	320,5	29,00	1,74	15,70	35,30	50,70	0,08	0,36	0,70	124,00	2,00
ттк243/2	Батон витаминный "На здоровье"	30	8,0	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк103	Какао с молоком	200	21,0	3,07	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	135	35,0	0,20	0,20	10,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	Итого:	550	172,00	23,9	24,6	101,7	736,2	681	451	362	52	3	19	40	83	0	1	51	257	4,5
Обед																				
тк203	Салат из свежих огурцов с яйцом и луком	60	27,00	3,10	5,10	18,26	77,40	99,50	26,00	13,00	79,00	0,50	14,30	17,05	24,60	0,02	0,12	2,00	0,01	1,50
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	33,7	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65
ттк420	Рагу с птицей	225	85,0	19,00	18,13	39,74	455,60	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	18,00	0,00	0,00	22,40	90,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	Итого:		173,66	28,915	29,17	123,975	869,9	1314,5	123,18	434,02	495,02	9,91	35,92	20,96	150,1	0,42	0,40	49,60	30,01	2,15
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,66	52,825	53,8	225,625	1606,12	1995,2	574,63	795,77	547,47	13,05	55,38	60,52	232,7	0,87	0,94	100,30	287,01	6,65

День 4 четверг

Льготная категория

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минералы. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																				
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (помидор) порционно	60	34,00	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк403	Кнели из птицы с соусом	110	70,00	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01
тк35	Картофельное пюре	150	33,0	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	6,0	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк10	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.6 Скурихин	Кондитерские изделия	50	24,00	1,88	1,50	25,00	154,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
Итого		600	172,0	19,57	20,52	79,89	583,50	870,00	170,59	228,76	133,49	5,34	8,90	12,24	101,40	0,31	0,20	21,59	114,40	0,07
Обед																				
тк11	Винегрет овощной	60	15,0	0,84	5,06	6,96	73,80	124,50	22,80	11,40	21,60	0,60	1,80	0,15	10,14	0,01	0,02	9,00	0,15	0,00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/10	52,0	2,60	3,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	5,08	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65
тк142	Сосиска отварная говяжья	100	62,66	13,50	14,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,0	5,50	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	9,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк111	Компот из ягодной смеси	200	20,0	0,40	0,10	27,70	113,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
Итого:		840	173,66	26,97	28,82	129,76	914,30	991,9	123,50	301,70	691,85	8,61	13,58	15,06	56,1	0,52	0,24	23,00	20,33	0,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			345,66	46,54	49,34	209,65	1497,80	1861,9	294,09	530,46	825,3	13,95	22,48	27,30	157,5	0,83	0,44	44,59	134,73	0,73

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена руб.	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минералы. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
				Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
Завтрак																				
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (помидор) порционно	60	34,00	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк403	Кнели из птицы с соусом	110	70,00	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01
тк35	Картофельное пюре	180	35,00	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	5,0	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк10	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихин	Кондитерские изделия	50	22,00	1,88	2,50	18,50	104,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
Итого:		625	171,00	20,81	24,18	79,37	597,70	870,0	170,59	228,76	133,49	5,34	8,90	12,24	101,4	0,31	0,21	21,59	114,40	0,07
Обед																				
тк11	Винегрет овощной	100	15,00	2,40	8,10	6,60	133,00	207,50	38,00	19,00	36,00	1,00	3,00	0,25	16,90	0,02	0,04	15,00	0,25	0,00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/10	52,00	2,60	5,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	3,00	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65
тк142	Сосиска отварная говяжья	100	62,66	13,50	14,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,00	7,12	6,73	44,80	255,78	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	9,00	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк111	Компот из ягодной смеси	200	20,00	0,40	0,10	27,70	113,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
Итого:		910	176,66	30,15	34,98	136,88	999,13	1120,1	141,34	345,36	790,3	9,81	13,08	15,87	80,2	0,58	0,26	29,00	24,43	0,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			347,7	50,96	59,16	216,25	1596,83	1990,1	311,93	574,12	923,7	15,15	21,98	28,11	181,6	0,89	0,47	50,59	138,83	0,73

День: 5 пятница
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг						
		(гр./мл.)		руб.	Б	Ж		У	(ккал.)	К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	C	A,мкг
Завтрак																					
гтк438	Огурец консервированный(порционно)	60	25,00	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00	
гтк265	Плов из птицы	200	87,00	12,90	16,50	33,20	318,00	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06	
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	30	6,00	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55	
гтк103	Какао с молоком	200	21,0	3,07	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50	
гтк38	Фрукты свежие(яблоко)	110	35,0	0,20	0,20	10,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00	
	Итого	600	174,00	18,7	19,5	85,2	579,8	690	413,5	195,5	60,9	2,0	12,9	6,0	61	5,5	0,3	67,6	222	3,1	
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :		1722,00	199,3	202,2	843,4	5974,1	6622,4	3438,2	1392,1	2544,1	38,9	141,7	165,3	911	18,4	4,2	416,0	1343,0	16,5	
	в среднем за один день (завтрак)		172	19,9	20,2	84,3	597,4	662,2	343,8	139,2	254,4	3,9	14,2	16,5	91,1	1,8	0,4	41,6	134,3	1,6	
Обед																					
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	34,0	1,30	0,06	3,80	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00	
гтк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	30,0	3,76	6,29	18,10	135,00	344,10	65,30	21,00	68,00	1,08	4,38	2,34	25,30	0,06	0,06	6,20	0,15	0,01	
гтк	Биточек из курицы и говядины	100	72,66	15,50	15,90	13,10	265,00	105,00	3,10	7,40	63,0	0,90	2,78	0,00	24,00	0,01	0,01	1,00	0,01	0,00	
гтк5	Макаронные изделия отварные	150	15,0	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06	
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	
гтк434	Кисель фруктовый	200	10,0	0,20	0,00	20,00	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68		
	Итого:	920	171,7	27,39	27,60	111,78	809,35	732,7	168,00	131,50	207,15	6,47	14,18	5,62	93,7	0,53	0,49	33,20	136,19	1,75	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		345,7	46,09	47,10	196,98	1389,13	878,7	389,00	145,50	210,35	7,47	15,08	7,62	113,7	0,83	0,64	48,20	266,2	4,25	
	ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:		1739,3	262,9	268,7	1147,6	8267,8	10263	2241,0	2913,6	5080,0	82,7	258,1	160,7	1513	5,2	4,8	415,0	552,2	52,2	
	в среднем за один день (обед)		173,928	26,29	26,87	114,76	826,78	1026,3	224,10	291,36	508,00	8,27	25,81	16,07	151,3	0,52	0,48	41,50	55,22	5,22	
	Итого за 10 дней		3461,3	462,2	470,9	1991,1	14241,9	16886	5679,1	4305,7	7624,1	121,6	399,7	326,0	2424	23,6	9,0	831,0	1895,2	68,7	
	Итого в среднем за 1 день		346,128	46,22	47,09	199,11	1424,19	1688,6	567,91	430,57	762,41	12,16	39,97	32,60	242,4	2,36	0,90	83,10	189,52	6,87	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг						
		(гр./мл.)		руб.	Б	Ж		У	(ккал.)	К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	В1	В2	C	A,мкг
Завтрак																					
гтк438	Огурец консервированный(порционно)	60	25,00	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00	
гтк265	Плов из птицы	225	90,00	12,90	16,50	33,20	318,00	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06	
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	30	6,00	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55	
гтк103	Какао с молоком	200	21,0	3,07	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50	
таб.9	Фрукты свежие	100	35,00	1,40	0,40	7,50	45,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20	
	Итого	615	177,00	18,50	19,30	75,20	539,78	615,3	383,50	184,50	43,90	1,88	11,10	5,70	53,6	5,41	0,33	32,56	218,50	3,11	
	ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ:		1748,0	188,4	191,8	777,1	5583,3	6059,7	2916,6	1657,5	2294,4	38,6	140,9	143,1	864,7	18,1	4,3	340,7	1495,6	15,1	
	в среднем за один день (завтрак)		174,8	18,84	19,18	77,71	558,33	605,97	291,66	165,75	229,44	3,86	14,09	14,31	86,47	1,81	0,43	34,07	149,56	1,51	
Обед																					
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	34,0	1,30	0,06	3,80	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00	
Сквудих	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	30,0	3,76	6,29	18,10	135,00	344,10	65,30	21,00	68,00	1,08	4,38	2,34	25,30	0,06	0,06	6,20	0,15	0,01	
гтк42	Биточек из курицы и говядины	100	72,66	15,50	15,90	13,10	265,00	105,00	3,10	7,40	63,0	0,90	2,78	0,00	24,00	0,01	0,01	1,00	0,01	0,00	
гтк5	Макаронные изделия отварные	150	15,0	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06	
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	10,0	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00	
гтк434	Кисель фруктовый	200	10,0	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68		
	Итого:	920	171,7	27,39	27,60	116,01	809,35	732,7	168,00	131,50	207,15	6,47	14,18	5,62	93,7	0,53	0,49	33,20	136,2	1,75	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		348,7	45,89	46,90	191,21	1349,13	1348,0	551,50	316,00	251,05	8,35	25,28	11,32	147,4	5,94	0,82	65,76	354,69	4,86	
	ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:		1731,24	280,33	298,95	1224,84	8991,02	10846	2709,2	3064,33	5478,37	87,12	267,67	165,86	1573	5,44	4,79	449,79	572,92	52,16	
	в среднем за один день (обед)		173,124	28,0332	29,8945	122,484	899,1021	1084,6	270,918	306,433	547,837	8,7119	26,767	16,586	157,3	0,54382	0,4786	44,979	57,292	5,216	
	Итого за 10 дней		3479,24	492,59	515,36	2103,58	15310,49	17586	6077,2	5083,56	7825,26	128,83	428,06	348,47	2520	23,99	9,63	841,15	2325,5	71,80	
	Итого в среднем за 1 день		347,924	49,2592	51,5355	210,358	1531,049	1758,6	607,72	508,356	782,526	12,883	42,806	34,847	252	2,39912	0,9628	84,115	232,55	7,18	