Утверждаю:
И.о. директора МБОУ гимназии №20
им. С.С. Станиева
_____ Жмурина О.А.

Утверждаю:
ИП Писарик Д.А.
_____ Писарик Д.А.

Примерное 2-х недельное меню завтраков и обедов для обучающихся 1-4-х классов (ОВЗ) для организации горячего питания учащихся в осенне-зимний период 2022-2023гг. (7-11 лет)

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Цена за блюдо	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак															
День/неделя: Понедельник - 1															
175М	Каша рисовая молочная вязкая	200	30,340	5,002	8,542	35,444	239,320	0,091	0,491	40,590	0,374	105,291	129,339	30,950	0,667
376М/ссж	Чай с сахаром	200	2,180	0	0	10,981	43,902	0,001	0,100	0	0	4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
14М	Масло порциями	10	9,860	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001	0	40,000	0,100	2,400	3,000	0	0,020
15М	Сыр порционный	15	13,030	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
	Итого за Завтрак	**455**	**57,400**	**12,362**	**20,632**	**61,975**	**481,672**	**0,145**	**1,291**	**119,590**	**1,041**	**258,194**	**235,079**	**43,950**	**2,050**
Обед															
19М	Салат из квашенной капупусты с р/м	60	5,560	3,800	7,200	16,400	128,000	0,200	3,200	10	0,600	23,030	62,500	24,400	0,420
139М	Суп гороховый	250	10,120	7,200	3,110	28,000	167,000	0,230	5,750	12	1,200	31,100	87,000	22,700	1,080
310М	Овощное рагу	200	29,670	15,890	5,230	40,200	121,000	0,100	1,2	48	1,100	27,200	215,400	33,400	1,100
348К	Компот из сухофруктов	200	8,660	0,180	0,036	20,034	78,660	0,005	36,000	0,000	0,130	6,480	5,940	5,580	0,288
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**760**	**57,400**	**31,670**	**16,656**	**127,982**	**609,620**	**0,616**	**46,750**	**70,000**	**3,697**	**107,163**	**420,340**	**99,080**	**4,028**
День/неделя: Вторник-1															
Завтрак															
472	Омлет натуральный с сыром	140	40,740	9,930	3,317	17,477	229,800	0,162	19,493	157,667	1,937	75,473	190,308	32,877	2,334
692М/ссж	Кофейный напиток	200	14,670	3,16	2,67	15,900	152,000	0,010	2,300	20	0,3	189,400	83,500	9,400	0,130
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за _Завтрак	**370**	**57,400**	**16,370**	**6,827**	**48,797**	**460,160**	**0,219**	**22,393**	**177,667**	**2,704**	**278,426**	**293,308**	**45,877**	**2,824**

Обед

110М	Борщ	200	11,110	11,070	12,560	12,100	145,000	0,060	0,400	34,000	0,200	28,900	129,400	16,000	1,100
374М	Рыба припущенная	80	28,290	14,190	2,742	16,492	238,740	0,226	28,674	22,300	4,708	51,859	182,500	50,090	1,466
203М	Картофель отварной	150	12,430	3,080	4,910	27,900	165,000	0,170	12,220	40,000	0,300	14,500	98,000	21,200	0,700
376М/ссж	Чай с сахаром	200	2,180	0	0	10,981	43,902	0,001	0,100	0	0	4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**680**	**57,400**	**32,940**	**21,292**	**90,821**	**707,602**	**0,538**	**41,994**	**96,300**	**5,875**	**119,562**	**467,640**	**104,690**	**5,259**

День/неделя: Среда-1

Завтрак

375К	Котлета рубленная из птицы в соусе	80/30	38,330	14,190	2,742	16,492	238,340	0,226	28,674	22,300	1,708	51,589	182,500	50,090	1,466
312М	Макароны отварные	150	13,410	3,295	5,441	22,209	151,404	0,160	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
377М	Чай с лимоном	200/7	3,670	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500	0	0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Итого за _Завтрак	**180**	**57,400**	**20,819**	**9,029**	**63,286**	**506,066**	**0,436**	**57,712**	**48,600**	**2,376**	**118,112**	**309,630**	**91,920**	**3,934**

Обед

136М	Суп рисовый с картофелем	200	9,100	12,440	5,640	11,900	109,000	0,150	1,100	14,200	0,200	40,800	143,000	19,300	0,780
436М	Поджарка мясная	60	22,840	13,880	14,900	3,470	207,760	0,070	4,050	0,000	1,940	10,940	145,250	20,700	2,170
309М	Макароны отварные	150	13,410	6,038	4,575	38,497	119,481	0,093	0,000	21,333	0,871	13,929	49,488	8,858	0,901
348	Компот из сухофруктов	200	8,660	0,180	0,036	20,034	78,660	0,005	36,000	0,000	0,130	6,480	5,940	5,580	0,288
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**660**	**57,400**	**37,138**	**26,231**	**97,249**	**629,861**	**0,399**	**41,750**	**35,533**	**3,808**	**91,502**	**393,178**	**67,438**	**5,279**

День/неделя: Четверг-1

Завтрак

224, 326	Запеканка творожная	200	33,130	16,895	5,104	34,429	371,420	0,092	1,748	61,801	2,596	180,300	225,210	26,271	0,998
382М	Какао с молоком	200	12,420	3,142	2,511	16,344	101,582	0,020	0,486	8,197	0,010	101,347	94,122	25,110	0,830
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
14М	Масло порциями	10	9,860	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001	0	40,000	0,100	2,400	3,000	0	0,020
	Итого за _Завтрак	**440**	**57,400**	**23,397**	**15,705**	**66,323**	**617,452**	**0,160**	**2,834**	**109,998**	**3,173**	**297,600**	**341,832**	**54,981**	**2,208**

Обед

88М	Щи из свежей капусты	200	6,530	2,229	6,213	10,013	106,145	0,072	32,450	6,5	2,400	51,470	56,230	23,700	0,878
443	Плов из птицы с рисом	200	43,810	29,830	15,090	47,660	487,250	0,141	7,104	16,800	3,208	21,200	133,270	29,020	0,738
377М	Чай с лимоном	200/7	3,670	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500	0	0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**450**	**57,400**	**36,713**	**22,389**	**90,186**	**746,317**	**0,297**	**42,654**	**23,300**	**6,287**	**99,373**	**248,560**	**70,840**	**3,639**

День/неделя: Пятница-1

Завтрак

413М	Сосиска запеченая	50	31,660	10,100	7,500	1,200	224,000	0,090	0,000	0,000	0,500	44,000	159,000	18,000	0,900
302М	Рис отварной	150	10,220	4,614	6,450	48,204	269,322	0,053	0,000	32,000	0,340	7,781	100,035	32,340	0,671
920М	Соус	30	9,860	3,600	4,300	1,130	70,800	0,030	1,080	0,000	0,850	3,480	40,800	7,300	0,850
377М	Чай с лимоном	200/7	3,670	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500	0	0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Завтрак	**260**	**57,400**	**21,648**	**19,096**	**75,119**	**680,444**	**0,223**	**4,180**	**32,000**	**2,169**	**76,164**	**328,895**	**66,360**	**3,664**

Обед

103К/ссж	Суп с макаронными изделиями	200	9,150	4,612	3,877	16,449	119,458	0,128	14,813	24,500	1,220	26,941	110,417	27,540	1,439
468М	Оладьи из печени куриной в соусе	70	29,270	11,731	8,112	12,358	170,182	0,259	17,570	39,790	1,806	23,204	193,497	16,781	3,877
312М	Картофельное пюре	150	13,410	3,295	5,441	22,209	151,404	0,160	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
376М/ссж	Чай с сахаром	200	2,180	0	0	10,981	43,902	0,001	0,100	0	0	4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**670**	**57,400**	**24,238**	**18,510**	**85,345**	**599,906**	**0,629**	**59,021**	**90,590**	**3,882**	**120,068**	**459,724**	**94,831**	**8,534**

День/неделя: Понедельник-2

Завтрак

411М	Каша пшённая молочная	250	30,500	6,600	8,600	24,300	187,000	1,100	38,200	0,6	245,200	130,000	14,800	0,300	0,080
685М	Чай фруктовый	200	2,020	1,780	1,780	2,260	28,000	0,140	9,200	26,400	0,300	46,600	98,100	2,800	0,740
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
14М	Масло порциями	10	9,860	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001	0	40,000	0,100	2,400	3,000	0	0,020
15М	Сыр порционный	15	13,030	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
	Итого за Завтрак	**505**	**57,400**	**15,740**	**22,470**	**42,110**	**413,450**	**1,293**	**48,100**	**106,000**	**246,167**	**324,553**	**210,400**	**11,700**	**1,350**

Обед

165М	Суп овощной	200	9,120	16,800	7,800	28,900	289,000	0,070	4,800	26,000	0,350	38,700	194,000	37,900	0,890
279М	Тефтели мясные	80	31,000	8,600	9,769	9,668	161,407	0,096	2,597	34,775	1,272	22,190	89,948	14,218	0,915
302М	Рис отварной	150	10,220	4,614	6,450	48,204	269,322	0,053	0,000	32,000	0,340	7,781	100,035	32,340	0,671
377М	Чай с лимоном	200/7	3,670	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500	0	0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**480**	**57,400**	**34,668**	**25,105**	**119,285**	**872,651**	**0,303**	**10,497**	**92,775**	**2,641**	**95,374**	**443,043**	**102,578**	**4,499**

День/неделя: Вторник-2

Завтрак

358М	Запеканка манная	200	40,360	10,910	5,280	32,400	227,000	0,120	0,110	38,000	0,840	221,900	57,500	28,700	1,040
685М	Чай фруктовый	200	2,020	1,780	1,780	2,260	28,000	0,140	9,200	26,400	0,300	46,600	98,100	2,800	0,740
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
15М	Сыр порционный	15	13,030	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
	Итого за Завтрак	**430**	**57,400**	**15,970**	**7,900**	**50,080**	**333,360**	**0,307**	**9,910**	**64,400**	**1,607**	**282,053**	**175,100**	**35,100**	**2,140**

Обед															
96М	Рассольник по-Ленинградски	200	6,970	4,894	5,055	13,954	121,506	0,099	13,730	6	1,937	23,786	76,991	24,684	1,008
312М	Картофельное пюре	150	13,410	3,295	5,441	22,209	151,404	0,160	25,938	26,300	0,189	45,620	98,070	33,110	1,225
375К	Рыба запеченая	80	31,450	14,190	2,742	16,492	238,340	0,226	28,674	22,300	1,708	51,589	182,500	50,090	1,466
376М/ссж	Чай с сахаром	200	2,180	0	0	10,981	43,902	0,001	0,100	0	0	4,950	8,240	4,400	0,853
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**680**	**57,400**	**26,979**	**14,318**	**86,984**	**670,112**	**0,567**	**69,042**	**54,600**	**4,501**	**145,298**	**415,301**	**125,284**	**5,692**
День/неделя: Среда-2															
Завтрак															
411М	Каша овсяная молочная	250	30,340	16,890	10,400	28,100	247,000	0,100	0,270	100	0,950	279,700	367,000	17,400	0,800
685М/ссж	Чай с сахаром	200	2,180	1,78	1,78	2,260	28,000	0,140	9,200	26,4	0,3	46,600	98,100	2,800	0,740
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
14М	Масло порциями	10	9,860	0,080	7,250	0,130	66,090	0,001	0	40,000	0,100	2,400	3,000	0	0,020
15М	Сыр порционный	15	13,030	4,000	4,000	0,000	54,000	0,005	0,100	39,000	0,100	132,000	75,000	5,000	0,150
	Итого за Завтрак	**505**	**57,400**	**26,030**	**24,270**	**45,910**	**473,450**	**0,293**	**10,170**	**205,400**	**1,917**	**474,253**	**562,600**	**28,800**	**2,070**
Обед															
110М	Борщ	200	12,110	11,070	10,560	12,100	145,000	0,060	0,400	34,000	0,200	28,900	129,400	16,000	1,100
259М	Жаркое по-домашнему	200	39,880	14,782	22,273	20,814	343,633	0,590	27,050	0,000	2,742	26,293	215,977	51,671	2,904
685М	Чай фруктовый	200	2,020	1,780	1,780	2,260	28,000	0,140	9,200	26,400	0,300	46,600	98,100	2,800	0,740
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**650**	**57,400**	**32,232**	**35,693**	**58,522**	**631,593**	**0,871**	**37,250**	**60,400**	**3,909**	**121,146**	**492,977**	**83,471**	**5,884**
День/неделя: Четверг-2															
Завтрак															
366М	Пудинг творожный с изюмом	250	55,220	12,100	5,300	36,300	360,000	0,120	2,100	51,8	0,900	360,500	205,000	21,300	0,450
685М/ссж	Чай с сахаром	200	2,180	1,78	1,78	2,260	28,000	0,140	9,200	26,4	0,3	46,600	98,100	2,800	0,740
	Итого за Завтрак	**450**	**57,400**	**13,880**	**7,080**	**38,560**	**388,000**	**0,260**	**11,300**	**78,200**	**1,200**	**407,100**	**303,100**	**24,100**	**1,190**
Обед															
97М	Суп картофельный с крупой	200	5,590	4,986	3,085	16,047	112,413	0,131	19,648	5,600	1,670	25,082	86,746	28,630	1,980
309М	Макароны отварные	150	13,410	6,038	4,575	38,497	119,481	0,093	0,000	21,333	0,871	13,929	49,488	8,858	0,901
268М/ссж	Котлета мясная	80	26,350	10,335	9,617	11,049	190,363	0,072	0,032	8	1,811	15,840	108,270	17,390	1,673
348	Компот из сухофруктов	200	8,660	0,180	0,036	20,034	78,660	0,005	36,000	0,000	0,130	6,480	5,940	5,580	0,288
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**680**	**57,400**	**26,139**	**18,393**	**108,975**	**615,877**	**0,382**	**56,280**	**34,933**	**5,149**	**80,684**	**299,944**	**73,458**	**5,982**

День/неделя: Пятница-2

Завтрак															
413М	Сосиска запеченая	50	31,660	10,100	7,500	1,200	224,000	0,090	0,000	0,000	0,500	44,000	159,000	18,000	0,900
302М	Рис отварной	150	10,220	4,614	6,450	48,204	269,322	0,053	0,000	32,000	0,340	7,781	100,035	32,340	0,671
920М	Соус	30	9,860	3,600	4,300	1,130	70,800	0,030	1,080	0,000	0,850	3,480	40,800	7,300	0,850
377М	Чай с лимоном	200/7	3,670	0,054	0,006	9,165	37,962	0,003	2,500	0	0,012	7,350	9,560	5,120	0,883
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Завтрак	**260**	**57,400**	**21,648**	**19,096**	**75,119**	**680,444**	**0,223**	**4,180**	**32,000**	**2,169**	**76,164**	**328,895**	**66,360**	**3,664**
Обед															
155К	Суп лапша домашняя	200	12,280	5,567	7,129	9,898	126,441	0,048	1,808	7,600	2,934	19,662	53,593	11,030	0,654
732М	Котлета куриная	80	27,66	8,601	9,769	9,668	161,407	0,096	2,597	32,735	1,272	22,199	89,948	14,218	0,915
171М	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,890	8,490	6,561	38,335	246,014	0,293	0	36,000	0,634	16,849	205,562	163,065	4,583
685М/ссж	Чай с сахаром	200	2,180	1,78	1,78	2,260	28,000	0,140	9,200	26,4	0,3	46,600	98,100	2,800	0,740
	Хлеб пшеничный	20	1,400	1,320	0,240	7,928	36,600	0,034	0,000	0,000	0,200	5,800	30,000	9,400	0,780
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,990	3,280	0,840	15,420	78,360	0,047	0,6	0,000	0,467	13,553	19,500	3,6	0,360
	Итого за Обед	**680**	**57,400**	**29,038**	**26,319**	**83,509**	**676,822**	**0,658**	**14,205**	**102,735**	**5,807**	**124,663**	**496,703**	**204,113**	**8,032**

	Итого за завтрак	**187,86**	**152,10**	**567,28**	**5 034,50**	**3,56**	**172,07**	**973,85**	**264,52**	**2 592,62**	**3 088,84**	**469,15**	**25,09**
	Среднее значение за завтрак	**18,79**	**15,21**	**56,73**	**503,45**	**0,36**	**17,21**	**97,39**	**26,45**	**259,26**	**308,88**	**46,91**	**2,51**
	Соотношение БЖУ в % от ЭЦ	**15%**	**27%**	**45%**									
	ВыполнениеСанПиН 2020	**24%**	**19%**	**17%**	**21,42%**	**32,35%**	**28,68%**	**13,91%**	**264,52%**	**23,57%**	**28,08%**	**18,77%**	**20,91%**
	Выполнение МР, % от суточной нормы	**24%**	**19,6%**	**18%**	**22%**	**25%**	**20%**	**13%**	**238%**	**22%**	**22%**	**17%**	**19%**
	Итого за обед	**311,76**	**224,91**	**948,86**	**6 760,36**	**5,26**	**419,44**	**661,17**	**45,55**	**1 104,83**	**4 137,41**	**1 025,78**	**56,83**
	Среднее значение за обед	**31,18**	**22,49**	**94,89**	**676,04**	**0,53**	**41,94**	**66,12**	**4,56**	**110,48**	**413,74**	**102,58**	**5,68**
	Соотношение БЖУ в % от ЭЦ	**18%**	**30%**	**56%**									
	ВыполнениеСанПиН 2020	**40%**	**28%**	**28%**	**28,77%**	**47,83%**	**69,91%**	**9,45%**	**45,55%**	**10,04%**	**37,61%**	**41,03%**	**47,36%**
	Выполнение МР, % от суточной нормы	**40%**	**29%**	**30%**	**30%**	**38%**	**49%**	**9%**	**41%**	**10%**	**30%**	**37%**	**43%**
	Итого день	**499,62**	**377,01**	**1 516,14**	**11 794,86**	**8,82**	**591,51**	**1 635,02**	**310,08**	**3 697,45**	**7 226,25**	**1 494,93**	**81,92**
	Среднее значение за день	**49,96**	**37,70**	**151,61**	**1 179,49**	**0,88**	**59,15**	**163,50**	**31,01**	**369,75**	**722,62**	**149,49**	**8,19**
	Соотношение БЖУ в % от ЭЦ	**17%**	**29%**	**51%**									
	ВыполнениеСанПиН 2020	**64,89%**	**47,72%**	**45,26%**	**50,19%**	**80,18%**	**98,59%**	**23,36%**	**310,08%**	**33,61%**	**65,69%**	**59,80%**	**68,27%**
	Выполнение МР, % от суточной нормы	**63%**	**48%**	**48%**	**52%**	**63%**	**69%**	**21%**	**279%**	**32%**	**53%**	**54%**	**62%**
	Усредненная потребность в пищевых	**63**	**70**	**305**	**2100**	**1,1**	**60**	**700**	**10**	**1100**	**1100**	**250**	**12**
	Потребность в пищевых веществах	**77**	**79**	**335**	**2350**	**1,1**	**60**	**700**	**10**	**1100**	**1100**	**250**	**12**
	Коэффициент потерь	**0,8**	**0,9**	**0,97**		**0,8**	**0,7**	**0,9**	**0,9**	**0,95**	**0,8**	**0,9**	**0,9**
	МР+потери	**78,8**	**77,8**	**314,4**	**2272,7**	**1,4**	**85,7**	**777,8**	**11,1**	**1157,9**	**1375,0**	**277,8**	**13,3**

Распределение ЭЦ			Норма
	Завтрак	**24,64%**	**20-25%**
	Обед	**28,77%**	**30-35%**