



МБОУ СОШ 6

МАЛЬЦЕВ О А

ОСНОВНОЕ/ОРГАНИЗОВАННОЕ/ МЕНЮ ПРИГотовляемых БлюД
ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 12-18 ЛЕТ

1 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	75	8,22	11,45	15,13	169,42	1
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	200	5,45	7,13	30,38	224,18	183
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,57	3,64	16,55	118,22	379
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	68,97	2
Итого за прием пищи:	585	20,32	22,95	86,68	627,79	
Обед						
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА / СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ И ТОМАТЫ/	100	0,92	0,15	3,06	18,43	9
УХА РОСТОВСКАЯ	250	7,32	5,99	10,15	129,04	106
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	12,15	22,09	29,24	357,00	311
СОК ФРУКТОВЫЙ/ ВИНОГРАДНЫЙ/	180	0,87	0,17	17,63	75,08	389
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,34	0,43	35,13	165,77	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	55	2,25	2,94	22,32	125,10	31
Итого за прием пищи:	975	31,50	32,12	134,49	952,00	
Всего за день:		51,82	55,07	221,17	1 579,79	

2 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1,51	5,08	9,27	89,80	45
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ	180	4,02	6,68	28,28	190,48	133
КОТЛЕТА РАДУЖНАЯ	100	9,78	10,66	10,45	204,43	18
СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/	180	0,87	0,17	17,63	75,08	389
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	1
Итого за прием пищи:	600	19,03	22,89	84,15	647,94	
Обед						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,90	0,20	8,00	47,00	338
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ / ГРЕНКИ 250/20	270	5,19	4,72	18,57	142,53	102
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,89	6,50	36,06	273,83	181
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ ПОД СЫРНЫМ СОУСОМ	100	8,19	17,26	1,63	168,00	10
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,00	2,43	14,75	93,49	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
Итого за прием пищи:	950	31,40	31,83	126,08	948,52	
Всего за день:		50,43	54,72	210,23	1 596,46	

3 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	2,52	5,73	13,71	118,16	54
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,43	7,22	13,34	131,05	139
БИТОЧКИ ОСОБЫЕ ИЗ ГОВЯЖЬЕГО СЕРДЦА/	100	9,78	6,97	9,81	173,40	19
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	19,05	93,80	388
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	1
Итого за прием пищи:	620	20,24	20,49	74,43	604,56	
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	100	1,30	0,10	6,90	35,00	11
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,83	4,35	12,36	98,82	82
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,78	5,41	24,60	168,01	335
КОТЛЕТЫ ПЕРМСКИЕ	100	11,83	16,92	25,51	300,00	26
НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	200	4,71	4,07	17,48	126,50	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
Итого за прием пищи:	930	30,68	31,57	133,92	952,00	
Всего за день:		50,92	52,06	208,35	1 556,56	

4 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	5,25	0,08	74,80	14
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	11,11	10,95	20,91	258,91	210
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	5,35	4,40	17,48	132,58	24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ// ЯБЛОКО/	100	0,44	0,44	10,78	51,70	338
Итого за прием пищи:	550	21,23	21,49	77,02	650,23	
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	12
СУП СЫРНЫЙ С СУХАРИКАМИ 250/20	270	6,69	8,25	22,95	182,12	23
МЯСО, ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ	280	14,51	14,12	36,39	334,25	28
УЗВАР ИЗ СУХОФРУКТОВ И ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,37	0,15	14,88	69,28	13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,34	0,43	35,13	165,77	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
Итого за прием пищи:	960	31,46	32,20	134,01	952,00	

Всего за день:			52,69	53,69	211,03	1 602,23
----------------	--	--	-------	-------	--------	----------

4

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ/ОГУРЦЫ/	100	0,80	0,10	2,52	14,00	71
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	5,87	25,76	177,34	312
КОТЛЕТЫ ДРУЖБА С МАСЛОМ 120/5	125	13,10	16,67	16,26	299,80	20
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,25	0,01	9,33	39,55	376
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	1
Итого за прием пищи:	625	20,83	22,95	72,39	618,84	
Обед						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,90	0,20	8,00	47,00	338
СУП С КРУПНОЙ	250	3,48	4,93	23,05	132,94	115
ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С КУРИЦЕЙ	280	13,37	20,15	32,38	403,37	222
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	5,08	4,04	18,39	131,36	379
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
Итого за прием пищи:	920	29,30	29,98	123,87	914,66	
Всего за день:		50,13	52,93	196,26	1 533,50	

5

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,13	9,92	8,44	149,34	3
РАГУ ИЗ ЦЫПЛЕНКА-БРОЙЛЕРА	220	7,48	6,95	11,02	176,81	289
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	349
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ /печенье сахарное /	20	1,50	1,96	14,88	53,40	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
Итого за прием пищи:	550	19,15	19,34	76,81	574,17	
Обед						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338
СУП-ЛАПША	250	3,33	4,45	18,36	131,18	113
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ С СЫРОМ	280	19,73	24,39	58,35	524,41	34
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,00	2,43	14,75	93,49	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
Итого за прием пищи:	900	31,50	32,18	134,05	952,00	
Всего за день:		50,65	51,52	210,86	1 526,17	

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	100	8,66	10,81	25,68	247,26	429
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,18	6,74	27,77	197,58	189
СОК ФРУКТОВЫЙ/ ВИНОГРАДНЫЙ/	180	0,87	0,17	17,63	75,08	389
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,40	0,30	10,30	47,00	338

Итого за прием пищи:						
Обед	630	18,63	18,40	104,14	675,47	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	100	0,98	6,15	3,68	75,28	24
ПАСТА С КУРИЦЕЙ	250	1,94	4,38	9,15	86,96	88
КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	280	22,77	21,06	74,68	575,33	14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	349
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	1
Итого за прием пищи:	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
Всего за день:	890	31,50	32,16	134,03	952,00	
		50,13	50,56	238,17	1 627,47	

6

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ// ЯБЛОКО/						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННОЙ 170/30	100	0,44	0,44	10,78	51,70	338
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	12,72	17,95	26,25	334,15	223
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	1
ЧАЙ С САХАРОМ	20	1,12	0,22	9,88	45,98	2
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ / ВАФЛИ/	200	0,19	0,00	7,19	29,50	377
Итого за прием пищи:	20	2,70	3,53	26,78	150,12	35
Обед	560	18,70	22,26	90,92	658,81	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	100	1,60	5,10	6,90	80,00	35
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250	2,69	4,56	18,40	128,11	112
ТЕФТЕЛИ БЕЛИП 100/20	180	4,41	6,21	22,05	262,11	181
СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИШНЕВЫЙ/	120	13,65	15,19	15,58	159,00	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	389
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	1
Итого за прием пищи:	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
Всего за день:	940	30,18	32,11	127,10	928,15	
		48,88	54,37	218,02	1 586,96	

7

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,69	5,11	5,44	75,22	42
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ "КАЗАЧОК"	180	3,83	5,87	14,76	177,34	312
СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ	100	8,19	10,00	13,33	134,24	22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,52	0,35	28,46	122,22	389
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	1
Итого за прием пищи:	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
Обед	620	18,51	21,78	89,76	641,26	
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ/ ТОМАТЫ/						
ОРОЩ ПО-КУБАНСКИ	100	1,10	0,20	3,80	24,00	71
РЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С МЯСОМ	250	4,61	4,44	15,80	117,14	15
КАЧАО НА МОЛОКЕ	280	13,48	21,99	51,12	400,02	16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	5,71	4,75	18,26	140,24	24
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
Итого за прием пищи:	100	0,90	0,20	8,00	47,00	338
Всего за день:	1010	31,50	32,18	134,01	904,71	
		50,01	53,96	223,77	1 545,97	

10 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ/ОГУРЦЫ/							
ПЛОВ С МЯСОМ		100	0,80	0,10	2,52	14,00	71
НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ		200	9,27	14,93	41,84	404,65	265
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		180	3,82	3,66	15,73	95,37	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73	1
Итого за прием пищи:		30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
		550					
Обед			18,93	19,20	92,88	669,94	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/							
СУП С КЛЕЦКАМИ		100	0,40	0,30	10,30	47,00	338
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ С МЯСОМ		250	3,85	8,05	22,01	183,14	118.2
СОК ФРУКТОВЫЙ/ ВИНОГРАДНЫЙ/		280	19,57	23,00	40,02	412,11	224
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		200	0,97	0,19	19,59	83,42	389
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,82	0,31	25,09	118,41	1
Итого за прием пищи:		40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
		920	31,26	32,20	133,97	925,66	
Всего за день:			50,19	51,40	226,85	1 595,60	

9

11 день

11 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ	100	1,32	5,09	6,42	77,46	29
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,39	5,18	23,81	241,12	309
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	120	8,41	11,90	15,94	134,34	234
КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	349
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
Итого за прием пищи:	650	19,64	22,55	75,71	588,56	
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	20
СУП С КРУПОЙ	250	3,48	4,93	23,05	132,14	115
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	5,87	25,76	177,34	312
СЕРДЦЕ ГОВЯЖЬЕ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	15,65	11,51	20,27	257,74	17
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	9,26	39,08	377
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	2
Итого за прием пищи:	990	31,30	32,19	133,65	951,90	
Всего за день:		50,94	54,74	209,36	1 540,46	

12 день

12 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
УЛОЧКА ДОМАШНЯЯ						
ЫР (ПОРЦИЯМИ)	60	4,55	7,74	28,00	166,00	37
АША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15
АЙ С САХАРОМ	250	9,83	10,32	19,23	196,53	189
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	200	0,19	0,00	7,19	29,50	377
ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	0,90	0,20	8,00	47,00	338
	30	1,68	0,33	14,82	68,97	2

Итого за прием пищи:							
	Обед	650	19,47	21,54	77,24	544,40	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/							
		100	0,40	0,30	10,30	47,00	338
СУП МОЛОЧНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		250	4,61	5,90	13,52	132,35	124
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		180	6,49	5,20	31,42	184,07	309
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	10,83	15,45	9,14	214,00	235
СОК ФРУКТОВЫЙ/ ЯБЛОЧНЫЙ/		180	0,87	0,17	17,63	74,88	389
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,68	0,33	14,82	68,97	2
Итого за прием пищи:		880	27,93	27,60	116,90	816,00	
Всего за день:			47,40	49,14	194,14	1 360,40	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Прием пищи, наименование блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период			604,19	634,17	2 568,20	18 651,56
Среднее значение за период			50,35	52,85	214,02	1 554,30
Соотношение белков, жиров, углеводов в меню за период			1,00	1,00	4,00	
СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)						
			Завтрак	Обед		
Итого за весь период			7 190,00	11 265,00		
Среднее значение за период			599,17	938,75		

ПРИМЕЧАНИЕ:

ДОПУСКАЕТСЯ::

1. Приготовление блюд из других крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
2. Выдача других фруктов в соответствии с сезоном и соблюдением норм выдачи и энергетической ценности
3. Выдача иных соков натуральных с соблюдением норм выдачи и энергетической ценности
4. Выдача иных овощей (свежих и соленых) в соответствии с сезоном и соблюдением энергетической ценности
5. Выдача других кондитерских изделий (не кремовых) с соблюдением норм выдачи и энергетической ценности
6. Приготовление блюд из других видов рыбы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности