

УТВЕРЖДАЮ

Директор филиала  
ООО "Столичная Кулинарная  
\* Компания "

Л.С. Сафарян



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ

Ирина Владимировна - Шенякина

18.09.2024г. Сафарян

2024г.



## ОСНОВНОЕ МЕНЮ

2-х недельное для обучающихся 1-4 классов (возрастная категория: 7-11 лет) обед 2я смена

Оказание услуг по организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование, получающих основное и среднее общее образование, для школ Симферопольского района на 2023-2024 учебный год

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучмы, Москва 2016 г.

\* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г (2011 г), рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПШТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)

\* Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, разработанная ГОУ высшего профессионального образования Московский государственный университет прикладной биотехнологии (МГУПБ) И.О. ректора Е.И.Титов, Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения Первый заместитель исполнительного директора В.И.Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НИЦ здоровья детей РАМН Директор В.Р.Кучма, 2006 г

\* Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях (отделенных) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов. практ. руководство (нормативный документ) / Сост. Б.С.Каганов, А.С. Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др. - М.:2010. - 496с.

\* СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

\* Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического питания) оптимизированного состава для детей, Департамента здравоохранения г. Москвы / Сост. д.м.н., профессор Шарафетдинов Х.Х., д.м.н., профессор Конь И.Я., д.м.н. и др. - М.:2011

\* Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации (практическое руководство для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания) Тутельян В. А., Гаптаров М.М.Г., 2014г. - с. 459

\* Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения. / Практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания и заведующих производством. Том 1, 2, М. А. Самсонов, 1995/96 г.

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. / Сборник технических нормативов ФГАУ НИЦД Минздрава России, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСЛОЗ» —М.: Издатель Научный центр здоровья детей / Сост. Г.Г. Онищенко, В.А.Тутельян, Д.Б. Никитюк, В.В. Чернигов и др. - М.:2022. — 698 с.

Симферопольский район

2024год

Основное (перспективное) двухдневное меню (обеды)  
 Разработано согласно требованиям и нормам СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для детей категории 7-11лет

2 смена 1-4кл

Неделя : 1 ДЕНЬ 1

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг
			белки, г	жиры, г	углеводы, г					
70/71/2011	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (огурец) *	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00	13,80	8,40	0,36
132/2016	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,70	4,44	15,42	120,68	9,20	49,25	30,61	2,00
327/2022	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ	200	5,85	8,42	13,84	156,34	73,35	86,57	35,40	1,46
484/2016	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
	<b>Итого обед:</b>	<b>720</b>	<b>16,39</b>	<b>13,68</b>	<b>76,84</b>	<b>505,62</b>	<b>89,55</b>	<b>179,41</b>	<b>107,02</b>	<b>8,28</b>

ДЕНЬ 2

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг
			белки, г	жиры, г	углеводы, г					
7.46/70/71/2010	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пп) / овощи натур.(помидор)	60	0,96	3,78	4,44	54,48	10,20	10,20	3,12	0,06
131/2010	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,87	3,80	13,78	97,07	13,59	35,24	24,39	1,21
338/2016	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕН, КУРИНЫЙ	100	17,40	16,80	16,30	286,00	0,90	59,78	22,20	3,62
345/2016	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	3,15	5,13	25,67	161,73	31,50	17,67	42,00	1,60
349/2017	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,80	5,84	33,00	0,96
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)**	100	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	19,45	11,48	2,56
	<b>Итого обед:</b>	<b>880</b>	<b>29,90892</b>	<b>30,84052</b>	<b>145,7747</b>	<b>983,22054</b>	<b>67,46324</b>	<b>167,2757</b>	<b>166,4934</b>	<b>12,12882</b>

ДЕНЬ 3												
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг		
			белки, г	жиры, г	углеводы, г							
8.9/2011	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,17	5,06	6,94	78,05	8,76	22,55	15,10	0,90		
108/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,70	4,80	19,50	136,49	9,36	31,84	18,38	0,82		
255/2017	ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	100	18,26	21,65	9,77	264,94	34,05	12,60	20,60	6,91		
341/2016	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	6,34	4,91	28,61	183,75	0,00	12,55	100,11	3,37		
458/2016	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,60	5,00	22,00	156,00	1,40	240,00	28,00	0,20		
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90		
373/2017	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ	120	13,00	7,05	23,83	215,16	7,33	122,65	22,21	2,05		
	<b>Итого обед:</b>	<b>890</b>	<b>52,43</b>	<b>49,04</b>	<b>137,01</b>	<b>1163,18</b>	<b>60,90</b>	<b>457,99</b>	<b>229,00</b>	<b>15,91</b>		

ДЕНЬ 4												
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг		
			белки, г	жиры, г	углеводы, г							
47/70/71/2017	ОВОЩИ натуральн. / (Салат из капусты свежей)*	60	0,95	3,05	4,94	52,57	15,18	15,14	11,76	0,56		
122/2016	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,98	3,51	13,74	95,14	13,42	20,31	21,25	0,80		
370/2016	ПЛОВ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	200	18,90	18,60	49,20	440,00	0,40	175,10	34,63	1,79		
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	10,50	14,00	1,16		
451/2016	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,12	0,12	22,90	93,90	3,00	5,40	2,70	0,72		
12.20/2010	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (пш) 1 шт	15	1,13	1,47	11,16	62,10	0,00	4,35	3,00	0,32		
	<b>Итого обед:</b>	<b>745</b>	<b>28,10</b>	<b>27,43</b>	<b>131,64</b>	<b>889,91</b>	<b>32,00</b>	<b>240,00</b>	<b>100,54</b>	<b>6,11</b>		

ДЕНЬ 5												
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг		
			белки, г	жиры, г	углеводы, г							
70/71/2011	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (огурец) *	60	0,66	0,12	2,28	13,20	10,50	8,40	12,00	0,54		
101/2011	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,44	3,94	8,75	83,00	15,99	50,28	19,72	0,89		
467/2022	КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ"	100	12,05	2,01	6,95	94,69	2,27	50,81	50,10	0,95		
354/2016	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,25	4,34	22,05	140,69	25,95	76,43	33,01	1,23		
11.17/2010	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	12,65	68,77	200,00	12,09	3,40	0,61		
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76		
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90		
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки) **	100	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	19,45	11,48	2,56		
	<b>Итого обед:</b>	<b>870</b>	<b>22,80</b>	<b>11,60</b>	<b>87,67</b>	<b>570,50</b>	<b>265,18</b>	<b>233,26</b>	<b>154,31</b>	<b>8,44</b>		

НЕДЕЛЯ : 2 ДЕНЬ 6

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг
			белки, г	жиры, г	углеводы, г					
7.46/2010	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пп)	60	0,96	3,78	4,44	54,48	10,20	3,12	0,06	
157/2016	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	1,53	3,34	6,67	63,60	23,64	16,77	0,59	
339/366	ГОРБУША ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	100	17,20	10,86	5,66	187,63	1,11	3,87	0,15	
203/2017	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,45	5,78	30,45	195,71	0,00	12,14	0,83	
484/2016	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	8,00	2,80	
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	0,76	
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	10,50	1,16	
	<b>Итого обед:</b>	<b>780</b>	<b>31,16</b>	<b>24,64</b>	<b>97,12</b>	<b>739,62</b>	<b>38,95</b>	<b>102,74</b>	<b>66,28</b>	<b>6,35</b>

ДЕНЬ 7

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг
			белки, г	жиры, г	углеводы, г					
120/2022	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2,14	7,81	4,42	96,92	5,08	72,09	13,21	0,77
132/2016	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,70	4,44	15,42	120,68	9,20	49,25	30,61	2,00
318/363/2016	КОЛЛЕТА РУБЛЕН. ИЗ ПИЩИ С СОУСОМ	100	13,28	5,54	13,22	154,64	1,60	22,40	50,88	1,35
341/2016	КАША ГРЕЧЕВАЯ	150	6,34	4,91	28,61	183,75	0,00	12,55	100,11	3,37
11.1.7/2010	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	12,65	68,77	200,00	12,09	3,40	0,61
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки) **	100	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	19,45	11,48	2,56
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90
	<b>Итого обед:</b>	<b>870</b>	<b>31,85</b>	<b>23,89</b>	<b>109,31</b>	<b>794,92</b>	<b>226,35</b>	<b>203,62</b>	<b>234,30</b>	<b>12,32</b>

ДЕНЬ 8

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг
			белки, г	жиры, г	углеводы, г					
7071/2011	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (отурец)*	60	0,66	0,12	2,28	13,20	10,50	8,40	12,00	0,54
131/2010	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,87	3,80	13,78	97,07	13,59	35,24	24,39	1,21
492/2022	АЗУ из говядины с картофелем	200	18,02	19,28	27,49	356,24	29,28	33,39	56,04	2,94
373/2017	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ	120	13,00	7,05	23,83	215,16	7,33	122,65	22,21	2,05
458/2016	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,60	5,00	22,00	156,00	1,40	240,00	28,00	0,20
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	10,50	14,00	1,16
	<b>Итого обед:</b>	<b>850</b>	<b>44,17</b>	<b>35,93</b>	<b>119,08</b>	<b>983,87</b>	<b>62,10</b>	<b>459,38</b>	<b>169,84</b>	<b>8,86</b>

ДЕНЬ 9													
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг			
			белки, г	жиры, г	углеводы, г								
7.46/70/71/2010	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пп) / овощи натур.(помидор)*	60	0,96	3,78	4,44	54,48	10,20	10,20	3,12	0,06			
122/2016	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,98	3,51	13,74	95,14	13,42	20,31	21,25	0,80			
299/2016	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ	100	13,71	10,52	13,28	232,56	2,52	14,76	26,35	1,62			
143/2017	ОВОЩНОЕ РАГУ	150	2,65	16,48	12,90	213,00	18,76	55,40	24,39	0,90			
484/2016	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80			
12.20/2010	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (пп) 1 шт	15	1,13	1,47	11,16	62,10	0,00	4,35	3,00	0,32			
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76			
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	6,60	11,40	0,90			
	<b>Итого обед:</b>	<b>785</b>	<b>25,79</b>	<b>36,52</b>	<b>102,08</b>	<b>878,08</b>	<b>48,90</b>	<b>134,82</b>	<b>110,71</b>	<b>8,16</b>			

ДЕНЬ 10													
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С, мг	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг			
			белки, г	жиры, г	углеводы, г								
70/71/2011	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (огурец)*	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00	13,80	8,40	0,36			
137/2016	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	2,19	5,18	10,93	101,10	18,92	32,83	24,15	0,77			
234/366/2011-2012	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 70/30	100	9,45	12,07	13,58	201,55	1,17	56,75	32,50	1,17			
303/2011	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,56	4,17	26,57	154,05	0,00	4,13	16,12	0,33			
451/2016	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,12	0,12	22,90	93,90	3,00	5,40	2,70	0,72			
403/2016	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки) **	100	0,35	0,35	8,62	41,36	10,47	19,45	11,48	2,56			
18/2016	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76			
19/2016	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	10,50	14,00	1,16			
	<b>Итого обед:</b>	<b>880</b>	<b>20,17</b>	<b>22,63</b>	<b>113,32</b>	<b>745,96</b>	<b>36,56</b>	<b>152,05</b>	<b>122,55</b>	<b>7,84</b>			
	<b>ВСЕГО за 10 дней:</b>	<b>8270</b>	<b>303</b>	<b>276</b>	<b>1120</b>	<b>8255</b>	<b>928</b>	<b>2331</b>	<b>1461</b>	<b>94</b>			
	<b>СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:</b>	<b>827</b>	<b>30,28</b>	<b>27,62</b>	<b>111,99</b>	<b>825,49</b>	<b>92,80</b>	<b>233,05</b>	<b>146,10</b>	<b>9,44</b>			

\*Овощи натуральные - допускается использование иных овощей; \*\*Фрукты свежие - допускается выдана иных фруктов. \*\*\* Кисломоломочный продукт - допускается использование иного кисломоломочного продукта ;

**ИТОГО ПО ОСНОВНОМУ МЕНЮ**

35%

ИТОГО	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	белки, г	жиры, г	углево-ды, г	
Итого за весь период	303	276	1120	8255
Среднее значение за период в день	30,3	27,6	112,0	825,5
Норма по СанПиН	27,0	27,7	117,3	822,5
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	112,2	99,6	95,5	100,36

**СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ В ГРАММАХ**

Возраст детей	Обед
7 - 11 лет	827,00

ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОННОМ ПИТАНИИ

с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

обед 24 смена  
растная категория: 7-11 лет  
32,5 % суточной нормы

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах г (нетто) согласно приложению №12	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека										норма на 10 дней	% выполнения в сравнении с 30%	% выполнения в сравнении с 35%	% выполнения 32,5
			1 день	2 день	Злень	4день	5день	6день	7день	8день	9день	10 день				
1	Хлеб ржаной	24-28	20,00	30,00	20,00	30,00	20,00	30,00	20,00	30,00	20,00	30,00	250,00	104,17	89,29	96,73
2	Хлеб пшеничный	45/52,5	40,00	60,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	59,25	467,15	103,81	88,98	96,40
3	Мука пшеничная	4,5/5,25	0,00	5,00	22,25	0,00	6,00	0,00	0,90	6,40	2,07	1,35	43,97	97,71	83,70	90,71
4	Крупы, бобовые	13,5/15,75	16,00	0,00	36,25	41,30	0,00	0,00	66,00	0,00	13,00	40,19	212,74	157,59	135,07	146,33
5	Макаронные изделия	4,5/5,25	0,00	0,00	0,00	52,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	52,50	116,67	100,00	108,33
6	Картофель	56,1/65,45	40,00	191,78	40,00	60,00	144,30	20,00	40,00	155,50	108,00	16,00	815,58	145,38	124,61	134,99
7	Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соевые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей*, в т.ч. томат-поре, зелень), г	84/98	254,00	129,00	84,40	138,60	156,40	120,88	70,99	183,42	204,70	117,15	1459,54	173,75	148,93	161,34
8	Фрукты свежие	55,5/64,75	0,00	100,00	70,00	30,00	100,00	0,00	100,00	70,00	0,00	130,00	600,00	108,11	92,66	100,38
9	Сухофрукты	4,5/5,25	0,00	15,00	0,00	0,00	20,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	55,00	122,22	104,76	113,49
10	Соки плодовоовощные	60/70	200,00	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00	0,00	200,00	0,00	0,00	600,00	100,00	85,71	92,86
11	Мясо (1 катег)	21/24,5	14,00	0,00	0,00	64,50	0,00	0,00	0,00	76,80	66,00	0,00	221,30	105,38	90,33	97,86
12	Субпродукты (печень)	9/10,5	0,00	0,00	90,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	90,00	100,00	85,71	92,86
13	Птица потрош. 1кат.	10,5/12,25	0,00	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	48,30	0,00	0,00	0,00	117,30	111,71	95,76	103,74
14	Рыба (филе)	17,4/20,3	0,00	0,00	0,00	0,00	67,00	80,00	0,00	0,00	0,00	57,75	204,75	117,67	100,86	109,27
15	Молоко	90/105	0,00	24,00	12,50	0,00	32,50	0,00	0,00	0,00	20,00	22,75	111,75	12,42	10,64	11,53
16	Кисломолочная продукция	45/52,5	0,00	0,00	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00	0,00	400,00	88,89	76,19	82,54
17	Творог (5% - 9% м.д.ж.)	15/17,5	0,00	0,00	65,00	0,00	0,00	0,00	0,00	65,00	0,00	0,00	130,00	86,67	74,29	80,48
18	Сыр	3/3,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	6,00	20,00	17,14	18,57
19	Сметана	3/3,5	0,00	4,56	0,00	6,00	4,00	6,00	0,00	4,56	6,00	0,00	31,12	103,73	88,91	96,32
20	Масло сливочное	9/10,5	0,00	4,00	6,30	0,00	4,50	5,50	7,65	4,00	3,00	10,80	45,75	50,83	43,57	47,20
21	Масло растительное	4,5/5,25	10,00	6,50	12,00	11,00	5,00	6,50	9,10	6,40	6,00	3,50	76,00	168,89	144,76	156,82
22	Яйцо, шт.	0,3/0,35	0,00	0,00	0,30	0,00	0,20	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,70	23,33	20,00	21,67
23	Сахар	9/10,5	4,40	12,05	18,70	3,00	17,00	0,33	3,30	17,85	0,00	15,30	91,93	102,14	87,55	94,85
24	Кондитерские изделия	3/3,5	0,00	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,00	0,00	30,00	100,00	85,71	92,86
25	Чай	0,3/0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
26	Какао-порошок	0,3/0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
27	Кофейный напиток	0,6/0,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
28	Дрожжи хлебопекарные	0,06/0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
29	Крахмал	0,9/1,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
30	Соль йодиров.	0,9/1,05	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	10,00	111,11	95,24	103,18
31	Степин	0,6/0,7	0,00	0,20	0,20	0,00	0,20	0,00	0,20	0,00	0,00	0,20	1,00	16,67	14,29	15,48