

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 6 по 11 КЛАССЫ

(образовательные организации с режимом обучения до 6 часов)

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углевод, г | Калорийно- ств., ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг | Р, мг | Мг, мг | Fe, мг |
|---|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 1-ая неделя | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 День | | | | | | | | | | | | | | |
| № 271 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2017 | Котлета Домашняя из говядины | 100 | 11,28 | 16,71 | 9,00 | 221,74 | 0,15 | 0,22 | 3,04 | 2,52 | 14,98 | 116,22 | 17,87 | 1,89 |
| № 203 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2017 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 180/5 | 6,83 | 4,43 | 38,37 | 220,56 | 0,07 | 0,00 | 20,00 | 0,98 | 14,63 | 46,10 | 10,34 | 1,03 |
| № 349 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2017 | Компот из сухофруктов (75С) | 200 | 0,66 | 0,09 | 22,03 | 92,90 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,51 | 32,48 | 23,44 | 17,46 | 0,70 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 30 | 2,280 | 0,240 | 14,760 | 71 | 0,033 | 0 | 0 | 0,330 | 6,000 | 19,500 | 4,200 | 0,330 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,86 | 69,30 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,49 | 10,15 | 52,50 | 16,45 | 1,37 |
| Итого: | | 550 | 23,36 | 21,89 | 98,02 | 675,00 | 0,33 | 0,94 | 23,04 | 4,83 | 78,24 | 257,76 | 66,32 | 5,32 |
| 2 День | | | | | | | | | | | | | | |
| № 15 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели -2017 | Сыр порционно | 10 | 2,63 | 2,66 | 0,00 | 34,33 | 0,00 | 0,07 | 21,00 | 0,04 | 100,00 | 60,00 | 5,50 | 0,07 |
| № 260 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели -2017 | Гуляш из говядины | 50/50 | 10,45 | 11,71 | 22,89 | 221,00 | 0,03 | 0,92 | | 2,61 | 21,81 | 154,15 | 22,03 | 3,06 |
| № 171 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2015 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 5,51 | 4,76 | 37,65 | 266,76 | 0,25 | 0,00 | 11,98 | 0,50 | 28,48 | 248,20 | 168,62 | 5,66 |
| № 377 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2017 | Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | 0,13 | 0,02 | 10,20 | 42,00 | | 2,83 | | 0,01 | 14,05 | 4,40 | 2,40 | 0,34 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 20 | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 | 0,022 | 0 | 0 | 0,220 | 4,000 | 13,000 | 2,800 | 0,220 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,20 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,56 | 11,60 | 60,00 | 18,80 | 1,56 |
| Итого: | | 550 | 22,88 | 21,99 | 96,42 | 680,29 | 0,38 | 3,82 | 32,98 | 3,94 | 179,94 | 539,75 | 220,15 | 10,91 |
| 3 День | | | | | | | | | | | | | | |
| № 293 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2017, 366/2016 | Куриные бедра запеченные с томатным соусом | 90/20 | 12,00 | 10,04 | 13,76 | 195,10 | 0,10 | 3,04 | 64,92 | 1,70 | 47,55 | 162,01 | 24,73 | 1,65 |
| № Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2017 | Рис отварной рассыпчатый | 180 | 5,45 | 11,45 | 44,12 | 262,64 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,34 | 1,64 | 73,13 | 19,60 | 0,63 |
| № 376 Сбор. рец. На прод.-ню для обрч. Во всех образ. укреж.-Дели 2017 | Чай с сахаром | 190/10 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 | | 0,03 | | | 10,95 | 2,80 | 1,40 | 0,26 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,33 | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,20 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,56 | 11,60 | 60,00 | 18,80 | 1,56 |
| Итого: | | 560 | 22,44 | 22,23 | 98,48 | 647,44 | 0,24 | 3,07 | 64,92 | 2,93 | 77,73 | 317,44 | 68,74 | 4,43 |
| 4 День | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| № 45 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели - 2017 | Салат из Белокочанной капусты | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,47 | 60,40 | 0,02 | 17,10 | 0,00 | 8,39 | 24,97 | 28,31 | 15,09 | 0,47 |
| № 239 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели 2017 | Рыба, тушенная в томате с овощами | 50/50 | 9,15 | 5,62 | 7,80 | 105,00 | 0,05 | 3,73 | 5,82 | 2,52 | 39,07 | 162,19 | 48,53 | 0,85 |
| № 312 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели - 2017 | Пюре картофельное | 180 | 3,71 | 7,95 | 24,57 | 184,50 | 0,17 | 21,79 | 12,00 | 0,25 | 45,09 | 104,81 | 33,30 | 1,16 |
| № 342 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели 2017 | Компот из свежих яблок (75 С) | 200 | 0,16 | 0,16 | 13,91 | 58,74 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,08 | 14,18 | 4,40 | 5,14 | 0,95 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 30 | 2,280 | 0,240 | 14,760 | 71 | 0,033 | 0 | 0 | 0,330 | 6,000 | 19,500 | 4,200 | 0,330 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 9,90 | 49,50 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 7,25 | 37,50 | 11,75 | 0,98 |
| Итого: | | 635 | 18,26 | 17,52 | 77,41 | 528,64 | 0,33 | 43,52 | 17,82 | 11,92 | 136,56 | 356,71 | 118,01 | 4,73 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| 5 День | | | | | | | | | | | | | | |
| № 62 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели - 2017 | Салат из моркови с сахаром | 100 | 1,233 | 0,094 | 11,476 | 81,7 | 0,057 | 3,36 | 0 | 13,4 | 25,76 | 52,766 | 36,047 | 0,664 |
| № 271 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели 2017 | Котлеты говяжьи в томатном соусе | 75/30 | 12,17 | 16,62 | 8,98 | 214,35 | 0,05 | 0,71 | 7,20 | 2,67 | 12,58 | 131,74 | 26,41 | 2,15 |
| № 171 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели 2015 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 5,51 | 4,76 | 40,85 | 271,76 | 0,25 | 0,00 | 11,98 | 0,50 | 28,48 | 248,20 | 168,62 | 5,66 |
| № 376 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели 2017 | Чай с маршмеллом | 190/10 | 0,09 | 0,02 | 11,91 | 48,15 | | 0,03 | | | 11,25 | 2,95 | 1,70 | 0,29 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 20 | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 | 0,022 | 0 | 0 | 0,220 | 4,000 | 13,000 | 2,800 | 0,220 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | 5,80 | 30,00 | 9,40 | 0,78 |
| Итого: | | 625 | 21,84 | 21,89 | 90,98 | 702,56 | 0,42 | 4,10 | 19,18 | 17,07 | 87,87 | 478,66 | 244,98 | 9,77 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| 6 День | | | | | | | | | | | | | | |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели + | Фрукты и ягоды свежие (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 0,03 | 10,00 | | 0,20 | 16,00 | 11,00 | 9,00 | 2,20 |
| № 15 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели 2017 | Сыр порционнo | 10 | 2,03 | 2,63 | 0,00 | 34,33 | 0,00 | 0,07 | 21,00 | 0,04 | 100,00 | 60,00 | 5,50 | 0,07 |
| ТТК | Жаркое по - домашнему с гуриной грудкой | 50/200 | 15,92 | 20,750 | 51,298 | 484 | 0,145 | 11,596 | 29,100 | 5,02 | 65,333 | 227,867 | 54,375 | 5,249 |
| № 377 Сбор. рец. На продажу для обуч. Во всех образц. Учреж.-Дели 2017 | Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | 0,13 | 0,02 | 10,20 | 42,00 | | 2,83 | | 0,01 | 14,05 | 4,40 | 2,40 | 0,34 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,44 | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого: | | 600 | 21,52 | 24,12 | 90,98 | 701,67 | 0,22 | 24,50 | 50,10 | 5,71 | 203,38 | 329,27 | 76,87 | 8,30 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | Калорийно сть, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг |
|--|--|------------|--------------|--------------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 день | | | | | | | | | | | | | | |
| №293 Сбор рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Птица запеченная | 100 | 9,870 | 17,720 | 0,000 | 210,4 | 0,080 | 2,700 | 107,2 | 2,120 | 54,100 | 190,580 | 24,920 | 2,200 |
| № 203 Сбор.рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 200/3 | 7,380 | 5,198 | 49,610 | 244 | 0,074 | 0,000 | 12,000 | 1,322 | 7,200 | 50,460 | 28,160 | 1,480 |
| № 376 Сбор.рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Чай с сахаром, с яблоком | 180/10/10 | 0,110 | 0,060 | 10,990 | 45 | 0,003 | 1,030 | 0,020 | 0,020 | 12,700 | 3,900 | 2,300 | 0,500 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 30 | 2,280 | 0,240 | 14,760 | 71 | 0,033 | 0 | 0 | 0,330 | 6,000 | 19,500 | 4,200 | 0,330 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,20 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,56 | 11,60 | 60,00 | 18,80 | 1,56 |
| Итого: | | 573 | 22,28 | 23,70 | 91,20 | 649,55 | 0,26 | 3,73 | 119,20 | 4,35 | 91,60 | 324,44 | 78,38 | 6,07 |
| 2 День | | | | | | | | | | | | | | |
| №83 Сбор рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 50 | 4,990 | 10,15 | 14,890 | 170 | 0,037 | 0,07 | 61 | 0,480 | 108,400 | 82,500 | 9,700 | 0,420 |
| №143,241 Сбор.рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Овощи тушеные с мясом | 50/200 | 13,33 | 13,28 | 43,58 | 346,67 | 0,02 | 18,77 | 39,00 | 0,00 | 68,94 | 172,79 | 38,24 | 2,24 |
| ПТК | Чай "Витаминный" с ягодами | 185/10/5 | 0,24 | 0,09 | 12,420 | 54 | 0,004 | 50,03 | 0 | 0,19 | 13,950 | 3,65 | 2,25 | 0,410 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,840 | 47 | 0,022 | 0 | 0 | 0,22 | 4,000 | 13 | 2,8 | 0,220 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 30 | 1,980 | 0,360 | 11,880 | 59 | 0,051 | 0 | 0 | 0,420 | 8,700 | 45,000 | 14,100 | 1,170 |
| Итого: | | 550 | 22,06 | 24,04 | 92,61 | 677,60 | 0,14 | 68,87 | 100,00 | 1,31 | 203,99 | 316,94 | 67,09 | 4,46 |
| 3 День | | | | | | | | | | | | | | |
| № 294 Сбор.рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Котлеты из мяса кур в томатном соусе | 80/30 | 10,05 | 11,40 | 16,61 | 202,54 | 0,17 | 1,19 | 19,36 | 54,72 | 50,63 | 68,95 | 21,46 | 3,01 |
| № 312 Сбор.рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Пюре картофельное | 180 | 3,68 | 5,76 | 20,53 | 154,70 | 0,17 | 21,79 | 0,00 | 0,22 | 44,37 | 103,91 | 33,30 | 1,21 |
| № 376 Сбор.рец. На прод.мо для обрч. Во всех образ.учреж.Дели 2017 | Чай с сахаром | 190/10 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 | 0,03 | 0,03 | 0 | 0,220 | 10,95 | 2,80 | 1,40 | 0,26 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 20 | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 | 0,022 | 0 | 0 | 0,220 | 4,000 | 13,000 | 2,800 | 0,220 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 40 | 2,640 | 0,480 | 15,840 | 79 | 0,068 | 0 | 0 | 0,560 | 11,600 | 60,000 | 18,800 | 1,560 |
| Итого: | | 550 | 17,96 | 17,82 | 72,82 | 523,44 | 0,42 | 23,02 | 19,36 | 55,71 | 121,55 | 248,66 | 77,76 | 6,26 |
| 4 День | | | | | | | | | | | | | | |
| №279,331 Сбор рец. На прод.мо для питания детей в дош.образоват.учрежд. Дели 2017 | Терфели мясные в сметанно-томатном соусе | 60/40 | 7,284 | 11,790 | 8,738 | 124 | 0,048 | 0,276 | 29,620 | 0,421 | 20,726 | 80,202 | 15,521 | 0,640 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| № 203 Сбор рец. На прод.-мо для об-ч. Во всех образ. учр-ж. Дели 2017 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6.100 | 2.980 | 38.300 | 187 | 0.068 | 0.000 | 12.000 | 0.96 | 14.150 | 45.500 | 10.343 | 1.023 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6 стр. 134, 2012 Дели + | Напиток из свежих фруктов (75 С) | 200 | 0.34 | 0.17 | 11.48 | 63.60 | 0.02 | 3.17 | 0.00 | 0.13 | 15.67 | 7.05 | 7.78 | 0.88 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6 стр. 144, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 35 | 2.66 | 0.28 | 17.22 | 82.25 | 0.04 | 0.00 | 0.00 | 0.39 | 7.00 | 22.75 | 4.90 | 0.39 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 35 | 2.310 | 0.420 | 13.860 | 69 | 0.060 | 0 | 0 | 0.490 | 10.150 | 52.500 | 16.450 | 1.365 |
| Итого: | | 550 | 18,69 | 18,62 | 78,12 | 526,14 | 0,24 | 3,45 | 41,62 | 2,39 | 68,69 | 208,00 | 55,00 | 4,29 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 5 День | | | | | | | | | | | | | | |
| № 45 Сбор рец. На прод.-мо для об-ч. Во всех образ. учр-ж. Дели 2017 | Салат из свежей капусты с морковью | 100 | 1.31 | 3.25 | 6.47 | 60.40 | 0.02 | 17.10 | 0.00 | 8.39 | 24.97 | 28.31 | 15.09 | 0.47 |
| № 265 Сбор рец. На прод.-мо для об-ч. Во всех образ. учр-ж. Дели 2017 | Плов из говядины с рисом | 50/200 | 18.97 | 20.36 | 54.79 | 509.83 | 0.08 | 2.31 | 0.00 | 5.25 | 22.04 | 285.70 | 63.75 | 4.13 |
| № 376 Сбор рец. На прод.-мо для об-ч. Во всех образ. учр-ж. Дели 2017 | Чай с сахаром, с яблоком | 180/10/10 | 0.11 | 0.06 | 10.990 | 45 | 0.003 | 1.03 | | 0.02 | 12.700 | 3.9 | 2.3 | 0.500 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6 стр. 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 20 | 1.520 | 0.160 | 9.840 | 47 | 0.022 | 0 | 0 | 0.220 | 4.000 | 13.000 | 2.800 | 0.220 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.30 | 9.90 | 49.50 | 0.04 | 0.00 | 0.00 | 0.35 | 7.25 | 37.50 | 11.75 | 0.98 |
| Итого: | | 595 | 23,56 | 24,13 | 91,99 | 711,78 | 0,17 | 20,44 | 0,00 | 14,23 | 70,96 | 368,40 | 95,69 | 6,29 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|-------------|----------------|----------------|----------------|-----------------|----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|
| 6 День | | | | | | | | | | | | | | |
| № 234 Сбор рец. На прод.-мо для об-ч. Во всех образ. учр-ж. Дели 2017 | Биточки рыбные | 90 | 9.600 | 9.984 | 13.212 | 149.20 | 0.054 | 0.288 | 4.680 | 4.518 | 39.132 | 147.330 | 34.434 | 1.296 |
| № 146 Сбор рец. На прод.-мо для об-ч. Во всех образ. учр-ж. Дели 2017 | Картофель запеченный дольками | 200 | 5.52 | 6.04 | 49.90 | 331.25 | 0.28 | 29.00 | 0.00 | 9.10 | 30.90 | 144.58 | 53.72 | 2.00 |
| № 376 Сбор рец. На прод.-мо для об-ч. Во всех образ. учр-ж. Дели 2017 | Чай с сахаром | 190/10 | 0.070 | 0.020 | 10.000 | 40 | | 0.03 | | | 10.950 | 2.800 | 1.400 | 0.260 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6 стр. 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный | 20 | 1.520 | 0.160 | 9.840 | 47 | 0.022 | 0 | 0 | 0.220 | 4.000 | 13.000 | 2.800 | 0.220 |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной | 40 | 2.64 | 0.48 | 15.84 | 79.20 | 0.07 | 0.00 | 0.00 | 0.56 | 11.60 | 60.00 | 18.80 | 1.56 |
| Итого: | | 550 | 21,99 | 22,72 | 98,79 | 646,65 | 0,42 | 29,32 | 4,68 | 14,40 | 96,58 | 367,71 | 111,15 | 5,34 |
| ВСЕГО за 12 дней: | | 6888 | 256,847 | 260,676 | 1077,81 | 7670,762 | 3,55484 | 228,768 | 492,8956 | 138,786 | 1417,102 | 4113,74 | 1280,138 | 76,1605 |
| В среднем на 1 учащегося в День: | | 574 | 21,40 | 21,72 | 89,82 | 639,23 | 0,30 | 19,06 | 41,07 | 11,57 | 118,09 | 342,81 | 106,68 | 6,35 |