

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Батракова О.В.

Директор ГБОУ "Созвездие"

О.В. Батракова/

Т.Г. Кобзева/

2023 года

2023 года

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет с диагнозом "аллергия"**

**1 день**

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры              |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|--------------------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |                          |
| Завтрак                                |              |                  |         |             |                          |                          |
| Каша гречневая вязкая                  | 250          |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Чай с сахаром                          | 200/15       |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 50           |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Печенье галетное                       | 50           |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 565          | 16,7             | 2,9     | 119,0       | 573,8                    |                          |
| Обед                                   |              |                  |         |             |                          |                          |
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100          |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Суп картофельный с крупой (рисовая)    | 250          |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Котлеты, биточки, шницели              | 100          |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Картофельное пюре                      | 200          |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Компот из изюма                        | 200          |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60           |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100          |                  |         |             |                          | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 1010         | 34,1             | 16,8    | 162,0       | 938,0                    |                          |
| Всего за день:                         |              | 50,8             | 19,7    | 281,0       | 1 511,8                  |                          |

**2 день**

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                                |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша пшеничная вязкая                  | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Напиток яблочный                       | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное                       | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 550          | 15,9             | 3,0     | 135,1   | 637,1          |                          |
| Обед                                   |              |                  |         |         |                |                          |
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Суп картофельный                       | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Мясо отварное                          | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Каша гречневая вязкая                  | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 1010         | 50,1             | 37,8    | 152,6   | 1 153,8        |                          |
| Всего за день:                         |              | 66,0             | 40,8    | 287,7   | 1 790,9        |                          |

**3 день**

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                                |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша пшеничная вязкая                  | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Чай с сахаром                          | 200/15       |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное                       | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 565          | 15,7             | 1,7     | 125,6   | 585,8          |                          |
| Обед                                   |              |                  |         |         |                |                          |
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Рассольник ленинградский               | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Плов по-узбекски                       | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Компот из изюм                         | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |



|                                                   |     |      |      |       |         |
|---------------------------------------------------|-----|------|------|-------|---------|
| Итого за прием пищи:                              | 910 | 34,4 | 34,7 | 165,2 | 1 113,0 |
| Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) |     |      |      |       |         |
| Фрукты или Овощи или Напитки (соки, нектары,      | 200 |      |      |       |         |
| Всего за день:                                    |     | 50,1 | 36,4 | 290,8 | 1 698,8 |

## 4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                        |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша рисовая вязкая            | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Чай с сахаром                  | 200/15       |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                 | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Печенье галетное               | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:           | 565          | 13.0             | 1.5     | 123.8   | 565.9          |                          |

## Обед

|                                        |     |      |      |       |         |                          |
|----------------------------------------|-----|------|------|-------|---------|--------------------------|
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100 |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Суп картофельный с крупой (рисовая)    | 250 |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Жаркое по-домашнему                    | 250 |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Компот из изюма                        | 200 |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100 |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 960 | 41,3 | 31,6 | 144,1 | 1 028,3 |                          |

## Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)

|                                              |     |      |      |       |         |  |
|----------------------------------------------|-----|------|------|-------|---------|--|
| Фрукты или Овощи или Напитки (соки, нектары, | 200 |      |      |       |         |  |
| Всего за день:                               |     | 54,3 | 33,1 | 267,9 | 1 594,2 |  |

## 5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                        |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша пшениная вязкая           | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Напиток яблочный               | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                 | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Печенье галетное               | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:           | 550          | 15,9             | 3,0     | 135,1   | 637,1          |                          |

## Обед

|                                        |      |      |      |       |         |                          |
|----------------------------------------|------|------|------|-------|---------|--------------------------|
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Суп картофельный                       | 250  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Котлеты, биточки, шницели              | 100  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Картофельное пюре                      | 200  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60   |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 1010 | 34,4 | 16,8 | 167,7 | 964,1   |                          |
| Всего за день:                         |      | 50,3 | 19,8 | 302,8 | 1 601,2 |                          |

## 6 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                        |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша гречневая вязкая          | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Чай с сахаром                  | 200/15       |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                 | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Печенье галетное               | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:           | 565          | 16.7             | 2.9     | 119.0   | 573.8          |                          |

## Обед

|                                        |      |      |      |       |         |                          |
|----------------------------------------|------|------|------|-------|---------|--------------------------|
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Рассольник ленинградский               | 250  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Мясо отварное                          | 100  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Картофель тушеный                      | 200  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Компот из изюма                        | 200  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60   |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100  |      |      |       |         | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 1010 | 48,5 | 48,1 | 153,6 | 1 242,7 |                          |
| Всего за день:                         |      | 65,2 | 51,0 | 272,6 | 1 816,5 |                          |

## 7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса | Пищевые вещества |  |  | Энергетическая | № рецеп-туры |
|--------------------------------|-------|------------------|--|--|----------------|--------------|
|--------------------------------|-------|------------------|--|--|----------------|--------------|



| Прием пищи, наименование блюда           | порции     | Белки, г    | Жиры, г     | Углевод      | калорийная     | № рецеп-туры             |
|------------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|--------------------------|
| <b>Завтрак</b>                           |            |             |             |              |                |                          |
| Каша пшеничная вязкая                    | 250        |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Чай с сахаром                            | 200/15     |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                           | 50         |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное                         | 50         |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| <b>Итого за прием пищи:</b>              | <b>565</b> | <b>15,7</b> | <b>1,7</b>  | <b>125,6</b> | <b>585,8</b>   |                          |
| <b>Обед</b>                              |            |             |             |              |                |                          |
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец)  | 100        |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250/25     |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Плов по-узбекски                         | 200        |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Компот из изюма                          | 200        |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пеклеваемый                         | 60         |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                           | 100        |             |             |              |                | Сборник рецептур или ТТК |
| <b>Итого за прием пищи:</b>              | <b>935</b> | <b>39,5</b> | <b>37,2</b> | <b>166,2</b> | <b>1 161,3</b> |                          |
| <b>Всего за день:</b>                    |            | <b>55,2</b> | <b>38,9</b> | <b>291,8</b> | <b>1 747,1</b> |                          |

## 8 день

| 8 день                                 |              |                  |         |         |                |                          |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                                |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша рисовая вязкая                    | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Напиток яблочный                       | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное                       | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 550          | 12,9             | 1,6     | 134,5   | 609,7          |                          |
| Обед                                   |              |                  |         |         |                |                          |
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Суп картофельный                       | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Котлеты, биточки, шницели              | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Картофельное пюре                      | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 1010         | 34,4             | 16,8    | 167,7   | 964,1          |                          |
| Всего за день:                         |              | 47,3             | 18,4    | 302,2   | 1 573,8        |                          |

## 9 день

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                                |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша пшеничная вязкая                  | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Чай с сахаром                          | 200/15       |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное                       | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 565          | 16,0             | 2,9     | 124,4   | 593,3          |                          |
| Обед                                   |              |                  |         |         |                |                          |
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Рассольник ленинградский               | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Жаркое по-домашнему                    | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Компот из изюма                        | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 960          | 41,5             | 33,6    | 143,6   | 1 044,8        |                          |
| Всего за день:                         |              | 57,5             | 36,5    | 268,0   | 1 638,1        |                          |

## 10 день

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                                |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша гречневая вязкая                  | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Чай с сахаром                          | 200/15       |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное                       | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:                   | 565          | 16,7             | 2,9     | 119,0   | 573,8          |                          |
| Обед                                   |              |                  |         |         |                |                          |
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Суп картофельный с мясом               | 250/25       |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |



|                             |             |             |             |              |                |                          |
|-----------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------|--------------------------|
| Тефтели с рисом             | 100         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Картофель тушеный           | 200         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Компот из изюма             | 200         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пеклеванный            | 60          |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный              | 100         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>1035</b> | <b>38,6</b> | <b>39,6</b> | <b>166,9</b> | <b>1 180,0</b> |                          |

## Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)

|                                              |     |             |             |              |                |  |
|----------------------------------------------|-----|-------------|-------------|--------------|----------------|--|
| Фрукты или Овощи или Напитки (соки, нектары, | 200 |             |             |              |                |  |
| <b>Всего за день:</b>                        |     | <b>55,3</b> | <b>42,5</b> | <b>285,9</b> | <b>1 753,8</b> |  |

## 11 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                        |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша рисовая вязкая            | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Напиток яблочный               | 200          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                 | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное               | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:           | 550          | 12,9             | 1,6     | 134,5   | 609,7          |                          |

## Обед

|                                        |             |             |             |              |              |                          |
|----------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец | 100         |             |             |              |              | Сборник рецептов или ТТК |
| Суп картофельный с крупой (пшенной)    | 250         |             |             |              |              | Сборник рецептов или ТТК |
| Котлеты, биточки, шницели              | 100         |             |             |              |              | Сборник рецептов или ТТК |
| Картофельное пюре                      | 200         |             |             |              |              | Сборник рецептов или ТТК |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200         |             |             |              |              | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                       | 60          |             |             |              |              | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                         | 100         |             |             |              |              | Сборник рецептов или ТТК |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>1010</b> | <b>34,2</b> | <b>16,8</b> | <b>165,0</b> | <b>952,3</b> |                          |

## Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)

|                                              |     |             |             |              |                |  |
|----------------------------------------------|-----|-------------|-------------|--------------|----------------|--|
| Фрукты или Овощи или Напитки (соки, нектары, | 200 |             |             |              |                |  |
| <b>Всего за день:</b>                        |     | <b>47,1</b> | <b>18,4</b> | <b>299,5</b> | <b>1 562,0</b> |  |

## 12 день

| 12 день                        |              |                  |         |         |                |                          |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------------|--------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |         | Энергетическая | № рецеп-туры             |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод |                |                          |
| Завтрак                        |              |                  |         |         |                |                          |
| Каша пшеничная вязкая          | 250          |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Чай с сахаром                  | 200/15       |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Хлеб пшеничный                 | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Печенье галетное               | 50           |                  |         |         |                | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи:           | 565          | 15,7             | 1,7     | 125,6   | 585,8          |                          |

## Обед

|                                          |             |             |             |              |                |                          |
|------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------|--------------------------|
| Овощи по сезону (огурец свежий, огурец   | 100         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250/25      |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Мясо отварное                            | 100         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Каша гречневая вязкая                    | 200         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Компот из изюма                          | 200         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пеклеванный                         | 60          |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| Хлеб пшеничный                           | 100         |             |             |              |                | Сборник рецептов или ТТК |
| <b>Итого за прием пищи:</b>              | <b>1035</b> | <b>55,1</b> | <b>42,3</b> | <b>147,4</b> | <b>1 192,5</b> |                          |
| <b>Всего за день:</b>                    |             | <b>70,8</b> | <b>44,0</b> | <b>273,0</b> | <b>1 778,3</b> |                          |

## ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого                      | б      | ж      | уг       | ккал      |
|----------------------------|--------|--------|----------|-----------|
| Итого за период            | 615,60 | 366,40 | 3 155,30 | 18 472,30 |
| Среднее значение за период | 51,30  | 30,53  | 262,94   | 1 539,36  |

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ: