

Утверждаю
ИП ЧАХШЕВА М.Я.
2022-2023г.



Согласовано
Директором
МБОУ № 12
Ф.И.О.
2022-2023г.



Основное (организованное) меню (10-ти дневное)

Питания для обучающихся в общеобразовательных организациях
муниципального образования

Каневской район

СЕЗОН: ЗИМНИЙ

Возраст 7-11 лет

В том числе дети с ограниченными возможностями
Здоровья (ОВЗ)

Сезон: зима - весна возрастная категория: 7-11лет понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Жиры				
Неделя 1 День 1 Неделя 1 День 1								
завтрак	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,06	5,34	53,01	45	2011
	ГУЛЯШ	75	11,14	11,06	2,31	153,23	260	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5	4,51	31,9	188,33	309	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	430	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,16	9,54	45,59	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109	2013
Итого за завтрак:		515	20,04	19,13	70,77	534,96		
обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,78	3,21	13,13	89,01	96	2011
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,5	2,63	4,57	45,05	40	2012
	КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С РИСОМ (80/20)	100	14,64	15,86	7,37	230,59	301	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,2	4,4	25,5	150	325	2008
	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1,4	0,4	22,8	102,442.1		2008
	ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,7	113	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	0,27	16,7	79,78	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,2	109	2013
Итого за обед:		885	25,54	27,57	110,87	800,33		
Итого за день:		1400	45,58	46,7	181,64	1335,29		

сезон: зима - весна возрастная категория: 7-11лет вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Жиры					
Неделя 1 День 2									
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ И ПЕРЦЕМ	60	0,85	3,67	3,97	52,48	55	2011	
	ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №364 (80/30)	80/30	10,9	4,71	7,35	115,2	241	2008	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,96	4,92	19,99	136,52	312	2011	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,36	44575	2011	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,58	0	32,36	131,73	349	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109	2013	
Итого за завтрак:		562	18,5	19,51	82,34	580,08			
обед	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	200	1,41	3,09	12,81	84,86	116	2011	
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2- ОЙ ВАРИАНТ)	60	0,99	4,57	5,64	68,31	42	2008	
	КУЛЕШ С МЯСОМ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ	200	15,24	13,66	22,76	274,84	203.1	2012	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,42	141	382	2011	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	14,88	83,4	590.1	2008	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,23	14,32	68,39	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,3	8,35	43,5	109	2013	
Итого за обед:		735	26,77	26,82	103,18	764,3			
Итого за день:		1297	45,27	46,33	185,52	1344,38			

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Вещества					
Неделя 1 День 3 Неделя 1 День 3 Неделя 1 День 3	завтрак								
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	50	1,44	3,09	3,99	49,44	12	2012
		ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	80	10,47	9,99	10,3	172,8	284	2008
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,43	5,16	19,98	143,83	324	2008
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (2-ОЙ ВАРИАНТ) ВИШНЯ	200	0,31	0,08	27,34	113,07	342.2	2011
Итого за завтрак:		25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109	2013
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	525	19,82	18,75	80,22	570,93		
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,58	4,6	9,94	89,69	82	2011
		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,52	3,07	1,57	36,98	21	2011
Итого за обед:		90	15,58	11,72	8,76	203,43	280	2008	
		РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	150	3,19	5,3	21,43	146,7	312.1	2011
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,58	0	32,36	131,73	349	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,31	19,09	91,18	108	2013
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,2	109	2013
Итого за обед:		770	26,4	25,36	103,17	751,91			
Итого за день:		1295	46,22	44,11	183,39	1322,84			

сезон: зима - весна возрастная категория: 7-11 лет четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Вещества					
Неделя 1									
День 4									
завтрак	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	140	14,02	9,38	41,08	309,93	240	2012	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107	432	2008	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,4	14	2011	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0	36,4	15	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,3	8,35	43,5	109	2013	
	МАНДАРИН	120	0,96	0,24	9	45,6	112.1	2013	
Итого за завтрак:		500	20,49	18,3	80,87	579,83			
обед	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,46	2,63	13,46	87,21	113	2011	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	60	0,99	2,51	4,87	46,17	53	2011	
	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕНЬЕ В СОУСЕ	90	12,56	15,49	2,7	205,12	290	2011	
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,13	5,74	25,07	172,81	184.1	2008	
	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	0,97	0	24,64	106,7	442.2	2008	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,31	19,09	91,18	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,2	109	2013	
Итого за обед:		770	27,06	27,04	99,85	761,39			
Итого за день:		1270	47,55	45,34	180,72	1341,22			

сезон: зима - весна возрастная категория: 7-11лет пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Вещества					
Неделя 1 День 5 Неделя 1 День 5	завтрак	60	0,95		3,06	4,94	52,58	47	2011
		173	16,54		16,68	15,94	280,03	258	2011
		200	0,16		0,01	19,76	80,92	377	2011
		110	0,44		0,44	10,78	51,7	113	2013
		25	1,85		0,19	11,93	56,99	108	2013
Итого за завтрак:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32		0,24	6,68	34,8	109	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	588	21,26		20,62	70,03	557,02		
обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	1,02		4,07	7,63	71,34	102	2011
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,5		2,63	4,57	45,05	40	2012
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (80/30)	110	9,96		7,96	11,98	162,91	245	2008
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5,85		11,7	21,45	214,5	133	2008
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (2-ОЙ ВАРИАНТ), ВИШНЯ, ЯБЛОКО	200	0,24		0,12	27,19	112,1	342,3	2011
Итого за обед:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96		0,31	19,09	91,18	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66		0,3	8,35	43,5	109	2013
	МАНДАРИН	120	0,96		0,24	9	45,6	112,1	2013
Итого за день:		905	23,15		27,33	109,26	786,18		
Итого за день:		1493	44,41		47,95	179,29	1343,2		

	Вес блюда	Пищевые вещества			Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Белки					
итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	538	20,022	19,262	76,846	564,564		
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350		
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470		
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5		
выход норм в % соотношении за 5 дней		26,0025974	24,38228	22,939104	24,024		
итого обеды за 5 дней (1 неделя) в среднем фактически:	813	25,784	26,824	105,266	772,822		
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350		
норма по СанПин 30% от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705		
норма по СанПин 35% от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5		
выход норм в % соотношении за 5 дней		33,4857143	33,95443	31,422687	32,88604255		

сезон: зима - весна возрастная категория: 7-11 лет понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Вещества					
Неделя 2									
День 1									
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14		5,34	4,62	71,4	115	2013
	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ (КАША) ПШЕНИЧНАЯ	90	9,57		9,72	8,56	162,25	277	2011
	ВЯЗКАЯ	145	3,99		3,65	24,93	148,44	185	2008
	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1,4		0,4	22,8	102,442.1		2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85		0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66		0,3	8,35	43,5	109	2013
Итого за завтрак:		545	19,61		19,6	81,19	584,58		
обед	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,13		3,23	14,56	96,01	112	2011
	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО								
	КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,74		3,11	3,65	49,38	10	2012
	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	200	16,81		16,78	15,93	282,03	274	2012
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКО, ВИШНЯ)	20	1,5		1,96	14,88	83,4590.1		2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,24		0,12	27,19	112,1	394	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,59		0,27	16,7	79,78	108	2013
Итого за обед:		25	1,66		0,3	8,35	43,5	109	2013
Итого за День:		740	26,67		25,77	101,26	746,2		
		1285	46,28		45,37	182,45	1330,78		

сезон: зима - весна возрастная категория: 7-11лет вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Вещества					
Неделя 2 День 2 Неделя 2 День 2									
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	60	0,99		2,51	4,87	46,17	53	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	16,54		16,94	17,3	287,93	259	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		0,1	15	60	430	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85		0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66		0,3	8,35	43,5	109	2013
	МАНДАРИН	110	0,88		0,22	8,25	41,8	112	2013
Итого за завтрак:		595	22,12		20,26	65,7	536,39		
обед	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	200	4,72		2,08	20,24	119,2	93	2008
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2- ОЙ ВАРИАНТ)	60	0,99		4,57	5,64	68,31	42	2008
	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) (70/30)	100	9,72		13,39	11,19	203,33	284.1	2008
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,44		3,84	34,77	195,57	209	2008
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,77		1,7	26,79	133,95	432.1	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85		0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32		0,24	6,68	34,8	109	2013
Итого за обед:		755	26,81		26,01	117,24	812,15		
Итого за день:		1350	48,93		46,27	182,94	1348,54		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Вещества					
Неделя 2									
День 3									
завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,52		2,57	1,57	32,49	44582	2011
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	110	11,6		8,38	11,63	168	265	2012
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,96		4,92	19,99	136,52	312	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)								
	яблоко	200	0,31		0,08	27,34	113,07	342.2	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85		0,19	11,93	56,99	108	2013
	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	1,88		2,45	18,6	104,25		2008
Итого за завтрак:		560	19,12		18,59	91,06	611,32		
обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,48		3,09	7,2	63,12	88	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	60	0,62		3,09	4,17	47,29	29	2012
	БЕФСТРОГАНОВ	90	14,08		16,66	5,26	235,4	375	1996
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,42		3,95	21,43	138,75	324.1	2008
	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	0,97		0	24,64	106,7	442.2	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59		0,27	16,7	79,78	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66		0,3	8,35	43,5	109	2013
	МАНДАРИН	110	0,88		0,22	8,25	41,8	112	2013
Итого за обед:		870	26,7		27,58	96	756,34		
Итого за день:		1430	45,82		46,17	187,06	1367,66		

Сезон: зима - весна
 возрастная категория: 7-11 лет

четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Вещества					
Неделя 2 День 4 Неделя 2 День 4	завтрак	60	0,95		3,06	4,94	52,58	47	2011
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ								
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,48		11,65	11,33	195,94	314	2008
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	145	3,01		4,08	21,04	132,7	184	2008
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1		0,2	19,8	86	442	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85		0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66		0,3	8,35	43,5	109	2013
Итого за завтрак:		525	19,95		19,48	77,39	567,71		
обед	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,46		2,63	13,46	87,21	113	2011
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК								
	ПЛОВ	60	0,5		2,63	4,57	45,05	40	2012
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	18,29		18,15	31,5	362,69	266	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,16		0,01	14,92	61,56	377.1	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,59		0,27	16,7	79,78	108	2013
	ЯБЛОКО	25	1,66		0,3	8,35	43,5	109	2013
		120	0,48		0,48	11,76	56,4	113.1	2013
Итого за обед:		820	26,14		24,47	101,26	736,19		
Итого за день:		1345	46,09		43,95	178,65	1303,9		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Жиры					
Неделя 2 День 5 Неделя 2 День 5									
завтрак	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	1,44	3,09	3,99	49,44	12	2012	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	70	8,84	11,94	7,5	173,25	316	2008	
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,85	4,09	15,62	112,21	143	2011	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,58	0	32,36	131,73	349	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,8	109	2013	
Итого за завтрак:		515	16,88	19,55	78,08	558,42			
обед	СУП С КРУПОЙ	200	1,49	4,2	9,79	83,04	115	2011	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РЫБНЫМ ЦЕДРАКОМ	60	2,83	5,71	4,32	80,39	50	2011	
	ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (60/50)	110	14,4	4,71	6,36	126,35	229	2011	
	КАРЕФФУСЖЕНЬИЙ	150	5,85	11,7	21,45	214,5	133	2008	
	ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО НАТУРАЛЬНОГО	200	0,3	0,06	32,83	132,8	358	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	0,27	16,7	79,78	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,3	8,35	43,5	109	2013	
	ГРУША	120	0,48	0,36	12,36	56,4	111	2013	
Итого за обед:		900	29,6	27,31	112,16	816,76			
Итого за день:		1415	46,48	46,86	190,24	1375,18			

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	548	19,536	19,496	78,684	571,684
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		25,3714286	24,67848	23,487761	24,32697872
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 5 дней (2 неделя) в среднем фактически:	817	27,184	26,228	105,584	773,528
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30% от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35% от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		35,3038961	33,2	31,517612	32,91608511

	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Белки	Жиры			
Итого завтраки за 10 дней (две недели) в среднем фактически:	543	19,779	19,379	77,765	568,124	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470	
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		25,687013	24,53038	23,213433	24,17548936	

	Вес блюда	Пищевые вещества		Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Белки	Жиры			
Итого обеды за 10 дней (две недели) в среднем фактически:	815	26,484	26,526	105,425	773,175	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 30% от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705	
норма по СанПин 35% от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		34,3948052	33,57722	31,470149	32,90106383	