

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ СОШ № 21

  
Ю.С. Белова  
« 05 » сентября 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ООО «ФОРМУЛА ВКУСА-РЕГИОНЫ»  
  
Ю.С. Белова  
« 05 » сентября 2022 г.

## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ (I СМЕНА)

для организации питания детей с ОВЗ и детей-инвалидов в образовательных учреждениях для  
возрастной группы 12 лет и старше на осенне-зимний период

**Меню приготавливаемых блюд для детей с ОВЗ и детей-инвалидов  
ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ (I смена)**

**Возрастная категория 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	131
	Омлет натуральный	200	18,58	33,10	3,51	386,50	210
	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68	15
	Какао смолоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	382
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
	Хлеб ржаной	45	2,52	0,50	22,23	103,54	пром
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	338
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>725</b>	<b>39,25</b>	<b>47,47</b>	<b>88,46</b>	<b>938,34</b>	
<b>Обед:</b>							
	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,95	89,28	пром
	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,50	8,13	16,80	150,33	83
	Плов с мясом	230	24,09	24,84	38,25	472,93	Л443
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	16,74	81,92	пром
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>34,57</b>	<b>33,87</b>	<b>133,00</b>	<b>973,36</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>73,82</b>	<b>81,34</b>	<b>221,47</b>	<b>1911,69</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1							
день 2							
<b>Завтрак:</b>	Салат из белокочанной капусты	100	1,42	4,17	8,67	77,83	45
	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	11,05	11,34	11,88	189,74	Л1500
	Каша вязкая пшениная	180	5,93	9,47	38,62	262,80	303
	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	376
	Хлеб пшеничный	50	3,38	0,42	25,08	117,62	пром
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	19,76	92,03	пром
	Напиток кисломолочный (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	пром
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>870</b>	<b>30,08</b>	<b>32,26</b>	<b>127,21</b>	<b>914,88</b>	
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые)	100	0,67	0,08	1,42	9,08	70
	Суп с крупой и томатом	250	1,38	5,99	6,10	83,79	Л1150
	Зразы рыбные рубленые	100	10,46	16,60	15,50	253,30	237
	Картофель отварной	180	3,52	6,07	20,87	152,16	125
	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68	15
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	349
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	16,74	81,92	пром
<b>Итого за обед;</b>		<b>950</b>	<b>28,53</b>	<b>35,14</b>	<b>122,72</b>	<b>921,57</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>58,61</b>	<b>67,40</b>	<b>249,93</b>	<b>1836,45</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1							
день 3							55
Завтрак:	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00	267
	Шницель мясной рубленый	100	10,31	15,13	8,95	213,18	205
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	5,68	6,11	31,32	202,94	377
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	пром
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
	Хлеб ржаной	40	1,40	0,28	12,35	57,52	пром
	Кондитерское изделие	25	2,80	3,15	30,03	159,58	пром
Итого на завтрак:		705	24,19	26,69	122,24	825,82	
							47
Обед:	Закуска из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17	102
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50	255
	Печень по-строгановски	120	16,2	11,04	10,32	205,44	196
	Каша гречневая	180	10,62	6,18	59,76	337,14	342
	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	пром
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	16,74	81,92	пром
	Напиток кисломолочный (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	пром
		1150	47,41	36,46	188,48	1271,82	
Итого за обед;			71,60	63,14	310,72	2097,64	
Итого за день:							

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1							
день 4							
Завтрак:	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,45	89,28	пром 284
	Запеканка картофельная с мясом	200	18,63	20,77	17,52	331,49	358
	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	пром
	Хлеб пшеничный	50	3,38	0,42	25,08	117,62	пром
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	19,76	92,03	
Итого на завтрак:		590	26,24	21,72	122,21	789,26	
Обед:	Салат "Витаминный"	100	1,18	3,20	8,88	69,13	49
	Рассольник	250	2,53	6,25	14,98	127,26	94
	Голубцы ленивые	100	8,33	8,50	6,26	134,89	160
	Каша ячневая со сливочным маслом	180	7,58	10,98	37,08	277,20	297
	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	20
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	16,74	81,92	пром
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	338
Итого за обед;		1050	27,07	30,42	141,47	949,05	
Итого за день:			53,31	52,14	263,68	1738,32	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1							
день 5							
Завтрак:	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	131
	Котлета рыбная	100	8,65	6,93	12,01	144,98	234
	Каша рисовая с морковью	180	3,48	6,48	44,64	250,80	178
	Фруктовый чай	200	0,60	0,40	10,40	61,80	377/1
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
	Хлеб ржаной	45	1,40	0,28	12,35	57,52	пром
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>665</b>	<b>22,50</b>	<b>18,59</b>	<b>112,30</b>	<b>720,70</b>	
Обед:	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	100	0,67	0,08	1,42	9,08	70
	Щи из квашенной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75	92
	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57	289
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,66	0,48	16,74	81,92	пром
	Пирог "Южный"	100	6,8	6,825	49,225	285,5125	414
<b>Итого за обед;</b>		<b>980</b>	<b>33,37</b>	<b>28,66</b>	<b>146,35</b>	<b>976,78</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>55,87</b>	<b>47,26</b>	<b>258,64</b>	<b>1697,48</b>	<b>0,00</b>

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1							
день 6							
<b>Завтрак:</b>	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68	15
	Пудинг из творога запеченый	200	22,75	21,15	36,50	427,35	222
	Сгущенное молоко	30	0,12	0,00	15,76	63,54	пром
	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	258
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
	Фрукты свежие (груша)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	338
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>610</b>	<b>64,56</b>	<b>134,78</b>	<b>932,14</b>	<b>1660,86</b>	
<b>Обед:</b>	Закуска из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17	47
	Суп гороховый	250	8,25	11,50	23,13	229,00	102
	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	11,05	11,34	11,88	189,74	1500
	Соус сметанный	50	13,15	6,87	7,50	78,50	303
	Макароны отварные с овощами	180	0,68	6,61	29,23	179,17	205
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,66	0,48	16,74	81,92	пром
<b>Итого за обед:</b>		<b>980</b>	<b>42,26067</b>	<b>41,4762</b>	<b>145,762</b>	<b>1055,44617</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>106,82</b>	<b>176,26</b>	<b>1077,90</b>	<b>2716,31</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2							
день 7							
Завтрак:	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68	15
	Каша манная молочная	250	3,21	0,40	23,88	298,30	181
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	382
	Хлеб пшеничный	60	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	338
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>650</b>	<b>15,69</b>	<b>10,10</b>	<b>73,77</b>	<b>635,10</b>	
Обед:	Салат из свеклы отварной.	100	1,42	6,03	8,30	93,15	52
	Суп из овощей со сметаной	250	1,99	7,49	11,44	121,09	99
	Запеканка картофельная с мясом	200	18,63	20,77	17,52	331,49	284
	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	20
	Кондитерское изделие	20	1,50	1,90	15,20	83,90	пром
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	16,74	81,92	пром
	Напиток кисломолочный (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	пром
<b>Итого за обед;</b>		<b>1070</b>	<b>36,48274</b>	<b>43,5765</b>	<b>122,696196</b>	<b>1029,09321</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>52,18</b>	<b>53,68</b>	<b>196,47</b>	<b>1664,19</b>	



Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2							
день 8							
<b>Завтрак:</b>	Салат из белокочанной капусты	100	1,42	4,17	8,67	77,83	45
	Рагу из птицы	200	14,35	13,39	17,37	247,45	289
	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	358
	Хлеб ржаной	60	1,40	0,28	12,35	57,52	пром
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
	Напиток кисломолочный	200	6,00	6,40	8,21	114,40	пром
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>800</b>	<b>26,18</b>	<b>24,58</b>	<b>106,06</b>	<b>750,14</b>	
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	100	0,67	0,08	1,42	9,08	70
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,50	6,25	16,80	133,45	81
	Шницель рыбный натуральный	100	8,11	7,06	12,06	143,89	235
	Каша ячневая со сливочным маслом	180	7,58	10,98	37,08	277,20	297
	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	342
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	16,74	81,92	пром
<b>Итого за обед;</b>		<b>930</b>	<b>26,03</b>	<b>25,54</b>	<b>143,04</b>	<b>905,79</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>52,21</b>	<b>50,12</b>	<b>249,10</b>	<b>1655,94</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2							
день 9							
<b>Завтрак:</b>	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	131
	Печень по-строгановски	120	16,2	11,04	10,32	205,44	255
	Каша рисовая с морковью	180	3,48	6,48	44,64	250,80	178
	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	376
	Хлеб пшеничный	60	1,69	0,21	12,54	58,81	пром
	Хлеб ржаной	40	1,40	0,28	12,35	57,52	пром
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>700</b>	<b>28,51</b>	<b>22,20</b>	<b>107,68</b>	<b>744,53</b>	
<b>Обед:</b>	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00	55
	Суп-лапша домашняя	250	2,57	5,54	11,62	115,75	48
	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	100	16,2	16,4	13	213	454
	Капуста тушеная	180	4,50	8,28	19,26	169,20	534
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	349
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,48	16,74	81,92	пром
<b>Итого за обед;</b>		<b>930</b>	<b>31,74</b>	<b>32,97</b>	<b>127,05</b>	<b>889,51</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>60,25</b>	<b>55,17</b>	<b>234,74</b>	<b>1634,04</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
недели 2							
день 10							
Завтрак:	Икра кабачковая						
	Зразы рыбные рубленые	100	1,68	0,08	20,45	89,28	пром
	Картофель отварной	100	10,46	16,60	15,50	253,30	237
	Фруктовый чай	180	3,52	6,07	20,87	152,16	125
	Хлеб ржаной	200	0,60	0,40	10,40	61,80	377/1
	Хлеб пшеничный	40	1,40	0,28	12,35	57,52	пром
		60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
<b>Итого на завтрак:</b>		<b>680</b>	<b>21,71</b>	<b>23,95</b>	<b>109,66</b>	<b>755,21</b>	
Обед:	Салат "Витаминный"	100	1,18	3,20	8,88	69,13	49
	Суп гороховый	250	8,25	11,50	23,13	229,00	102
	Фрикадельки из кур	100	13,71	20,47	8,10	272,00	297
	Макароны отварные с овощами	180	0,68	6,61	29,23	179,17	205
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	50	2,66	0,48	16,74	81,92	пром
	Напиток кисломолочный (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	пром
<b>Итого за обед;</b>		<b>1140</b>	<b>37,54</b>	<b>49,17</b>	<b>144,58</b>	<b>1171,58</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>59,25</b>	<b>73,12</b>	<b>254,24</b>	<b>1926,79</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Ужин 2							
Ужин 11							
Завтрак:	Салат из моркови с яблоком						
	Пудинг из творога запеченый	100	2,83	2,17	27,50	140,83	61
	Сгущенное молоко	200	22,75	21,15	36,50	427,35	222
	Кофейный напиток с молоком	30	0,12	0,00	15,76	63,54	пром
	Хлеб пшеничный	200	2,79	3,19	19,71	118,69	258
		40	2,70	0,34	20,06	94,10	пром
Итого на завтрак:		570	31,19	26,85	119,53	844,51	
Обед:	Салат из квашенной капусты	100	1,72	5,02	8,50	86,03	47
	Суп картофельный с клецками	250	2,05	2,15	13,27	133,1	38
	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	7,93	6,58	9,41	128,58	239
	Каша рисовая с морковью	180	3,48	6,48	44,64	250,80	178
	Шарлотка с яблоками	100	4,89	7,80	40,69	252,54	374
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	349
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	пром
	Хлеб ржаной	40	2,66	0,48	16,74	81,92	пром
Итого за обед;		1030	27,44	29,11	195,35	1205,61	
Итого за день:			58,63	55,95	314,88	2050,13	

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Яйцо отварное						
	Каша "Дружба" молочная						
	Чай черный с сахаром	40	5,08	4,60	0,81	63,00	
	Хлеб пшеничный	250	8,25	10,41	43,86	291,39	344
	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,07	0,02	15,00	60,46	84
Итого за завтрак:		40	2,70	0,34	20,06	94,10	376
		120	0,50	0,50	12,25	55,50	пром
		650	16,60	15,87	91,98	564,45	338
Обед:	Салат из свеклы с огурцами солеными						
	Щи из квашеной капусты	100	1,17	1,67	4,33	37,00	
	Печень по-строгановски	250	1,69	5,36	8,70	89,75	55
	Картофельное пюре	120	16,2	11,04	10,32	205,44	92
	Сок фруктовый	180	3,72	5,82	24,78	166,33	255
	Хлеб пшеничный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	520
	Хлеб ржаной	60	4,05	0,51	30,09	141,15	389
	Фрукты свежие (груша)	40	2,66	0,48	16,74	81,92	пром
Итого за обед;		120	0,50	0,50	12,25	55,50	пром
		1070	30,98	25,3792	127,41333	861,892	338
Итого за день:		1720	47,58417	41,2492	219,388333	1426,342	
Среднее значение за период:			62,51	68,07	320,93	1862,94	

Литература 1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. - Москва 2004г. «Хлебпродинформ» под редакцией В.Т.Лапиной.

2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / по редакции В.А. Тутельяна и М.П. Могильного. М. Делти плюс, 2017

Количество продуктов вг., мл., нетто

Категория продукта	норма в день	Количество продуктов вг., мл., нетто												итого	за 1 день	% выполнения от нормы			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
	45,8	97		121	128			117											
	32		48			101,5	48				90								
	24			92						93									
	46,2		108			97					110								
	24	105	14	12	115	8	7		102			125	108	92			353	46,08	100,52
	210	180	120	60	60	100	380	340	12,4	15	12	15	40				294	32,00	100,00
	99		200	200				200	60	60	120	250	360				540	24,50	102,08
растительные продукты	36							185			200						2090	29,62	123,40
зерно пшеничный	6	10	5	10	5		5		10	10	5		185				1000	174,17	82,94
	9	21			21		21		21		5	7	5				370	83,33	84,18
	21	14	23	15	19	22,5	21	21,5	29	16	17	19	28				72	6,00	100,00
растительное	10,8	10	8	11	12	11,5	14	15,6	13,1	12	13,8	8,2	8,2				84	7,00	77,78
кондитерские изделия	12				53		53				53						245	20,42	97,22
	30	45	70	14	16	34	16	38		41	14	40	36,5				159	13,25	110,42
пшеничная	12		5,6			39,5	12		5,5	5	31,2	51					364,5	30,38	101,25
	21	15	25	20	12	20	25	25	20	20	20	35	14				149,8	12,48	104,03
кондитерские изделия	9				25			20			20	30					251	20,92	99,60
кофе	112,2	60	100	180	80	276	80	200	210		190	60	160				95	7,92	87,96
	192	110	170,7	254	151	205	177	187,2	291,5	108,2	300,5	262,7	77,8				1596	133,00	118,54
крупы сухие	12			45		15		15		45		45					165	13,75	114,58
крупы свежие	110	120	170		135	225	125	125	45		100	95	250				1390	115,83	105,30
крупы	120	200		100	200	200	200		100		200		200				1400	116,67	97,22
масло	1,2	2,5	2,5						2,5	2,5		2,5		2,5			15	1,25	104,17
	0,72				4						4						8	0,67	92,59
молоко	1,2					7						7					14	1,17	97,22
молоко	0,18					1,2						0,5	0,5				2,2	0,18	101,85
молоко	2,4			15					15								30	2,50	104,17
хлеб пшеничный	120	80	130	120	120	130	120	130	140	135	120	115	100				1440	120,00	100,00
хлеб ржаной	72	85	80	80	80	100	50	50	80	80	90	45	45				865	72,08	100,12
средний % выполнен	1391,7																16364,9	1363,74	97,99

Расчет доли калорийности завтраков и обедов от суточной потребности в пищевых веществах и энергии для обучающихся общеобразовательных учреждений возрастной группы с 12 лет и старше ОВЗ

дни недели	завтрак	% завтрака от суточной потребности	обед	% обеда от суточной потребности	всего за день	% от суточной потребности
1	938,34	34,50	973,36	35,79	1911,69	70,28
2	914,88	33,64	921,57	33,88	1836,45	67,52
3	825,82	30,36	1271,82	46,76	2097,64	77,12
4	789,26	29,02	949,05	34,89	1738,32	63,91
5	720,70	26,50	976,78	35,91	1697,48	62,41
6	1660,86	61,06	1055,45	38,80	2716,31	99,86
7	635,10	23,35	1029,09	37,83	1664,19	61,18
8	750,14	27,58	905,79	33,30	1655,94	60,88
9	744,53	27,37	889,51	32,70	1634,04	60,08
10	755,21	27,77	1171,58	43,07	1926,79	70,84
11	844,51	31,05	1205,61	44,32	2050,13	75,37
12	564,45	20,75	861,89	31,69	1426,34	52,44
среднее значение за 12 дней	845,32	31,08	1017,63	37,41	1862,94	68,49

показатель	среднее значение за завтрак	среднее значение за обед
белки	28,89	33,62
жиры	33,75	34,31
углеводы	176,10	144,83

**Всего прошито, пронумеровано  
и скреплено печатью**

\_\_\_\_\_ ) листов

фирмы \_\_\_\_\_

Должность \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ »

20 \_\_\_\_\_ г.

М.П.

