

Утверждаю

директор МОУ «Кривецкая

средняя общеобразовательная школа»



Примерное десятидневное меню для обучающихся 1-4-х классов

для организации питания школьников в

МОУ «Кривецкая средняя общеобразовательная школа»

2021 - 2022 учебном году

Возрастная категория: 7-11 лет

1 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
завтрак																
520	каша молочная "Дружба"	205	5,1	5,1	31,8	185,6	0,1	0,1	1,2	0,2	125,2	36,3	152,7	0,8		
1167	чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,0	61,3	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	0,0	0,0		
	хлеб пшеничный	80	6,1	0,7	37,4	170,9	0,0	0,1	0,0	0,0	16,0	22,4	55,0	1,0		
	всего		11,4	5,9	84,3	417,8	0,1	0,2	1,3	0,2	150,9	62,0	207,7	1,8		
обед																
91	салат из белокачанной капусты	60	1,1	3,4	3,2	49,3	0,0	0,0	19,7	2,4	59,4	27,5	40,9	0,8		
319	суп картофельный с горохом	250	6,8	5,0	18,9	148,5	0,1	0,1	3,4	0,5	1,1	0,6	7,7	6,0		
862	котлета из кур	80	13,1	7,5	10,2	161,3	0,1	0,1	1,0	0,2	139,1	20,5	351,1	1,0		
903	пюре картофельное	150	2,7	4,7	17,5	123,3	0,1	0,6	32,3	0,5	82,6	42,3	197,8	0,0		
	сок	200	1,0	0,0	23,4	94,0	0,0	0,1	80,0	0,0	36,0	0,0	26,0	0,6		
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4		
	всего		27,5	21,1	87,8	647,4	0,3	1,0	136,4	3,6	332,9	104,3	684,4	9,8		
	ИТОГО		38,9	26,9	172,1	1065,2	0,4	1,2	137,6	3,8	483,8	166,3	892,1	11,6		

2 День

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
завтрак														
617	пудинг из творога (запеченный)	150	20,9	14,3	31,7	338,0	0,0	0,1	0,4	0,3	289,9	30,1	301,6	1,3
1184	какао с молоком	200	3,8	4,0	25,8	154,0	0,1	0,1	2,2	0,1	49,9	0,7	0,0	0,0
	всего		24,7	18,3	57,5	492,0	0,1	0,1	2,6	0,4	339,8	30,8	301,6	1,3
обед														
51	икра кабачковая	60	1,1	4,7	4,6	66,0	0,0	0,8	29,4	4,8	25,6	25,3	33,6	1,2
274	борщ со свежей капустой	250/10	2,3	3,7	7,0	64,3	0,3	0,1	7,8	0,4	70,4	31,1	250,7	1,3
779	плов	200	17,3	9,3	30,1	275,0	0,0	0,3	26,4	0,0	109,0	0,0	0,0	7,3
1168	чай с сахаром	200/15/7	0,3	0,1	15,2	63,0	0,0	2,5	0,0	0,0	17,0	10,0	7,0	0,9
	хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	18,7	85,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	11,2	27,5	0,5
	всего		24,0	18,1	75,6	553,3	0,3	3,7	63,6	5,1	230,0	77,6	318,8	11,2
	ИТОГО		48,7	36,4	133,1	1045,3	0,4	3,8	66,2	5,5	569,8	108,4	620,4	12,4

3 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
завтрак																
			10,6	17,0	2,1	203,0	0,2	0,1	1,9	0,0	151,2	6,7	60,5	0,5		
586	Блинчик	150														
1167	чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,0	61,3	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	0,0	0,0		
	хлеб пшеничный	80	6,1	0,7	37,4	170,9	0,0	0,1	0,0	0,0	16,0	22,4	55,0	1,0		
	всего		16,9	17,8	54,5	435,2	0,2	0,2	1,9	0,0	176,9	32,4	115,6	1,5		
обед																
133	винегрет овощной	60	1,3	2,3	6,5	52,2	0,0	0,0	10,0	0,0	37,0	43,0	43,0	1,4		
304	суп с макар.издел	250/10	2,2	3,5	15,0	101,3	0,0	0,1	7,8	29,0	30,7	35,5	155,6	4,7		
768	гуляш	125	13,9	6,7	4,5	135,0	0,0	0,1	1,1	0,2	22,0	26,9	173,9	4,0		
888	каша гречневая рассыпчатая	150	8,9	6,4	40,0	253,0	0,0	0,1	0,0	0,0	15,6	36,0	127,8	2,9		
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	25,2	103,2	0,0	0,0	3,6	0,0	20,0	0,0	12,0	0,4		
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4		
	всего		29,5	19,5	105,8	715,7	0,1	0,5	22,5	29,2	139,9	154,7	573,2	14,8		
	ИТОГО		46,4	37,3	160,3	1150,9	0,3	0,6	24,4	29,2	316,8	187,1	688,8	16,3		

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
завтрак															
520	каша манная молочная	205	4,8	5,1	24,5	157,0	0,0	0,2	7,0	0,1	12,1	21,1	67,0	0,6	
1167	чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,0	61,3	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	0,0	0,0	
	всего		5,0	5,2	39,5	218,3	0,1	0,2	7,1	0,1	21,8	24,4	67,1	0,6	
обед															
91	салат из белокочанной капусты	60	1,1	3,4	3,2	49,3	0,0	0,0	34,4	2,4	59,4	27,5	40,9	0,8	
334	суп с крупой гречневой	250	2,8	2,3	18,9	108,0	0,6	0,0	12,4	0,0	13,4	0,0	0,0	0,4	
666	котлета рыбная	80	9,4	6,3	10,9	141,0	0,0	0,1	0,7	0,3	55,8	23,8	255,0	0,6	
903	пюре картофельное	150	2,7	4,7	17,6	123,3	0,1	0,6	32,3	0,5	82,6	42,3	197,8	0,0	
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	25,2	103,2	0,0	0,0	3,6	0,0	20,0	0,0	12,0	0,4	
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4	
	всего		19,3	17,2	90,4	595,8	0,7	0,8	83,4	3,3	245,9	107,0	566,6	3,7	
	ИТОГО		24,3	22,3	129,9	814,1	0,8	1,1	90,5	3,3	267,7	131,4	633,7	4,3	

5 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг															
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe											
завтрак																									
520	каша геркулесовая молочная	205	3,9	8,2	17,5	160,7	0,0	0,3	14,9	0,0	22,3	53,9	137,8	1,5											
1167	чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,0	61,3	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	0,0	0,0											
	всего		4,1	8,3	32,5	222,0	0,1	0,3	14,9	0,0	32,0	57,2	137,8	1,6											
обед																									
222	икра свекольная	60	1,4	4,0	7,0	71,4	0,0	4,0	0,0	0,0	23,4	35,4	10,8	4,0											
319	суп картофельный с горохом	250	5,6	4,9	18,5	142,2	0,1	0,1	3,4	0,5	1,1	0,6	7,7	6,0											
897	макаронные изделия отварные	150	5,0	7,5	30,1	208,0	0,0	0,9	0,0	0,0	32,0	28,4	154,7	2,1											
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	25,2	103,2	0,0	0,0	3,6	0,0	20,0	0,0	12,0	0,4											
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4											
	всего		15,3	16,9	95,4	595,8	0,1	5,0	7,0	0,5	91,2	77,8	246,1	13,9											
	ИТОГО		19,4	25,1	127,9	817,8	0,2	5,4	21,9	0,5	123,2	135,0	383,9	15,5											

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg*	Fe
завтрак														
619	каша манная молочная	200	15,0	10,5	13,0	209,0	0,3	0,6	0,0	12,0	348,0	8,0	6,0	0,0
1167	чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,0	61,3	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	0,0	0,0
	всего		15,2	10,6	28,0	270,3	0,3	0,6	0,1	12,0	357,7	11,3	6,0	0,0
обед														
133	винегрет овощной	60	1,3	2,3	6,5	52,2	0,0	0,1	12,7	2,7	31,6	20,7	65,0	1,1
294	суп с крупой гречневой	250/10	2,2	4,6	8,6	83,7	0,0	0,1	11,5	0,3	45,0	31,4	70,0	1,1
795	котлета	80	10,3	8,1	9,4	153,0	0,0	0,1	0,0	0,0	31,2	22,6	123,0	1,9
891	рис отварной	150	3,4	4,2	36,0	195,0	0,4	0,4	0,0	0,0	1,4	12,0	70,3	0,6
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	25,2	103,2	0,0	0,0	3,6	0,0	20,0	0,0	12,0	0,4
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4
	всего		20,5	19,7	100,2	658,1	0,4	0,8	27,8	3,0	143,8	100,0	401,3	6,5
	ИТОГО		35,7	30,3	128,3	928,4	0,7	1,4	27,9	15,0	501,5	111,3	407,3	6,5

7 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
завтрак														
520	каша молочная "Дружба"	205	5,1	5,1	31,8	185,6	0,1	0,1	1,2	0,2	125,2	36,3	152,7	0,8
1184	какао с молоком	200	3,8	4,0	25,8	154,0	0,1	0,1	2,2	0,1	49,9	0,7	0,0	0,0
	всего		8,9	9,1	57,6	339,6	0,1	0,2	3,4	0,3	175,1	37,0	152,7	0,8
обед														
222	салат из свежей капусты	60	1,4	4,1	7,0	71,4	0,0	4,0	0,0	0,0	23,4	35,4	10,8	4,0
317	суп картофельный с фрикадельками	250/25	6,2	7,0	13,6	142,6	0,3	0,1	5,1	0,0	62,8	5,4	29,8	1,6
836	куры отварные	80	15,3	11,7	0,2	164,7	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	1,3	68,2	1,0
888	каша гречневая рассыпчатая	150	7,9	5,7	36,0	227,7	0,0	0,1	0,0	0,0	15,6	36,0	127,8	2,9
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	25,2	103,2	0,0	0,0	3,6	0,0	20,0	0,0	12,0	0,4
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4
	всего		34,1	29,0	96,6	780,6	0,4	4,3	8,7	0,1	141,1	91,4	309,5	11,2
	ИТОГО		43,0	38,1	154,3	1120,2	0,5	4,5	12,1	0,3	316,2	128,5	462,1	12,0

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг								
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
															Завтрак	Обед			
1260	оладьи	120	7,2	11,9	39,2	297,6	0,0	0,2	3,2	1,0	12,2	10,1	54,2	1,3					
1167	чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,0	61,3	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	0,0	0,0					
	всего		7,4	12,0	54,2	358,9	0,1	0,2	3,2	1,0	21,9	13,4	54,2	1,3					
51	икра кабачковая	60	1,1	4,7	4,6	66,0	0,0	0,8	29,1	4,8	25,6	25,3	63,2	1,1					
306	щи из свежей капусты	250	2,2	3,5	15,0	101,0	0,0	0,1	7,8	29,0	30,7	35,5	155,6	4,7					
817	запеканка картофельная с мясом	243	19,4	19,0	32,0	384,8	0,0	0,2	3,8	153,0	6,9	151,9	272,7	3,1					
	сок	200	1,0	0,0	23,4	94,0	0,0	0,1	80,0	0,0	36,0	0,0	26,0	0,6					
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4					
	всего		26,4	27,7	89,6	716,8	0,0	1,2	120,7	186,8	113,9	226,0	578,4	10,9					
	ИТОГО		33,8	39,7	143,8	1075,7	0,1	1,4	123,9	187,8	135,7	239,4	632,6	12,2					

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г				Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						
			Б		У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
			Б	Ж	У	У												
			завтрак															
			обед															
			ужин															
586	каша гречневая молочная	250	10,6	17,0	2,1	203,0	0,2	0,1	1,9	0,0	151,2	6,7	60,5	0,5				
1184	какао с молоком	200	3,8	4,0	25,8	154,0	0,1	0,1	2,2	0,1	49,9	0,7	0,0	0,0				
	всего		14,4	21,0	27,9	357,0	0,2	0,1	4,1	0,1	201,1	7,4	60,5	0,5				
222	икра свекольная	60	1,4	4,0	7,0	71,4	0,0	4,0	0,0	0,0	23,4	35,4	10,8	4,0				
315	борщ с капустой	250/10	2,7	4,3	23,1	96,0	0,1	11,0	0,0	1,1	41,5	100,5	24,0	0,9				
666	котлета рыбная	80	9,4	6,3	10,9	141,0	0,0	0,1	0,7	0,3	55,8	23,8	255,0	0,6				
903	пюре картофельное	150	2,7	4,7	17,5	123,3	0,1	0,6	32,3	0,5	82,6	42,3	197,8	0,0				
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	25,2	103,2	0,0	0,0	3,6	0,0	20,0	0,0	12,0	0,4				
	хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	71,0	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4				
	всего		19,5	19,8	98,3	605,9	0,2	15,8	36,7	1,9	238,0	215,4	560,5	7,3				
	ИТОГО		33,9	40,8	126,2	962,9	0,4	15,9	40,8	2,0	439,1	222,7	621,0	7,8				

10 день		№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg *	Fe	
					завтрак												
					3,9	8,2	17,5	0,0	0,3	14,9	0,0	22,3	53,9	137,8	1,5		
520			каша геркулесовая молочная	205	0,2	0,1	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	0,0	0,0		
1167			чай с сахаром		4,1	8,3	32,5	0,1	0,3	14,9	0,0	32,0	57,2	137,8	1,6		
			всего														
					обед												
					1,3	2,3	6,5	9,8	0,6	5,0	0,1	51,0	38,0	5,5	1,2		
133			винегрет овощной	60													
317			суп картофельный с фрикадельками	250/25	6,2	7,0	13,6	0,3	0,1	5,1	0,0	62,8	5,4	29,8	1,6		
795			котлета	80	10,3	8,1	9,4	0,0	0,1	0,0	0,0	31,2	22,6	123,0	1,9		
897			макаронные изделия отварные	150	5,0	7,5	30,1	0,0	0,9	0,0	0,0	32,0	28,4	154,7	2,1		
1184			Компот из сухофруктов	200	3,8	4,0	25,8	0,1	0,1	2,2	0,1	49,9	0,7	0,0	0,0		
			хлеб ржаной	40	2,8	0,5	14,6	0,0	0,1	0,0	0,0	14,7	13,3	60,9	1,4		
			всего		29,4	29,4	99,9	10,2	1,8	12,3	0,1	241,6	108,5	373,9	8,2		

Ведомость контроля за рационом питания (7 -11 лет)

Наименование группы продуктов	норма в г.	Фактически выдано продуктов в бруто по дням на 1 чел-ка										Итого за 10 дн.	откл., %				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10						
	бруто																
хлеб ржаной	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40,0	0
хлеб пшеничный	75	94	80	94,4	80	80	94,4	80	80	14	80	94,4	80	94,4	80	77,7	
мука пшеничная	7,5	33,78	0	0	4	1,6	0	0	0	209,2	61	111,6	5	0	65,2	67,2	
крупы, бобовые, мак.	30	64,2	44	43,5	68,6	223,5	322,9	199,5	153,5	259,87	223,5	196,3	570,2	390,5	299,2	294,2	
картофель, свежие овощи	300	326,2	259,87	223,5	322,9	199,5	153,5	259,87	223,5	196,3	570,2	390,5	299,2	299,2	294,2	294,2	
фрукты свежие	100	0	200	0	0	221,4	200	200	200	200	200	200	200	221,4	0	104,3	
сухофрукты	7,5	0	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	12,0	
сахар	17	14,5	42,5	20	29	7,8	29	29	29	29	29	29	29	41,8	20,5	24,1	
какао-порошок	0,6	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0,6	
чай	0,2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0,7	
мясо говядины 1 кат	38,5	0	107	107	0	90,4	0	39	107	0	39	107	0	0	39	48,9	
птица	17	92	0	0	0	0	0	166	0	0	166	0	0	0	81,6	34,0	
рыба	30	0	0	0	112	0	112	0	112	0	112	0	0	112	0	33,6	
колбасные изделия	7,5	0	0	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	50	0	10,0	
молоко, кисло-молочн., творог	250	142,6	203	41,5	143,8	100	146	195	48,1	185,3	100	130,5	100	185,3	100	130,5	
сметана	5	0	28,4	10	0	0	0	29,5	0	10	10	10	10	10	20	10,8	
сыр	5	10	15	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	0	10	4,5	
масло сливочн.	15	22,43	3,4	22	15	10	16,5	10	3,43	27	30,43	16,0	16,0	27	30,43	16,0	
масло растител.	7,5	13,13	10	16	13,5	12,6	16	5,5	12,13	6,1	8,63	11,4	11,4	6,1	8,63	11,4	
яйца	1/2 (20)	1/40.	3/16.	14,5.	0	0	0	0	1/40.	14/5.	13/20.	13/2.	13/2.	14/5.	13/20.	13/2.	
соль	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	
дрожжи	0,5	0,85	0	0	0	0	0	0	2,25	0	2,25	0	0,85	0	0,85	0,4	

Наименование группы продуктов	норма в г.	Фактически выдано продуктов в брутто по дням на 1 чел-ка										итого за 10 дн.						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							
	брутто																	
хлеб ржаной	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40,0
хлеб пшеничный	75	94	80	80	94,4	80	14	80	80	94,4	80	80	80	94,4	80	80	80	77,7
мука пшеничная	7,5	23,5	0	4	0	1,6	0	0	0	1,6	0	0	23,5	0	23,5	0	23,5	7,6
крупы, бобовые, мак.	30	38,5	20	48,2	43,5	39,2	40,5	70,35	5	0	0	0	5	0	25,5	0	25,5	33,1
картофель, свежие овощи	300	326,2	259,87	223,5	322,9	153,5	199,5	196,3	570,2	390,5	299,2	294,2	294,2	390,5	299,2	294,2	294,2	294,2
фрукты свежие	100	0	200	0	0	221,4	200	200	0	221,4	0	104,3	0	221,4	0	104,3	0	104,3
сухофрукты	7,5	0	24	15	15	15	15	0	0	15	15	11,4	0	15	15	11,4	0	11,4
сахар	17	14,5	32,5	20	19	7,8	15	20	7,2	41,8	20,5	19,8	0	41,8	20,5	19,8	0	19,8
какао-порошок	0,6	0	2	0	0	0	0	2	0	2	0	0,6	0	2	0	0,6	0	0,6
чай	0,2	0,5	0	0,5	0,5	0,5	0,5	0	0,5	0	0,5	0,4	0	0	0,5	0,4	0	0,4
мясо говядины 1 кат	38,5	0	107	107	0	90,4	0	39	107	0	39	48,9	0	107	0	39	48,9	48,9
птица	24	60,5	0	0	0	0	0	166	0	0	81,6	30,8	0	0	81,6	30,8	0	30,8
рыба	30	0	0	0	112	0	112	0	0	112	0	33,6	0	112	0	33,6	0	33,6
колбасные изделия	7,5	0	0	50	0	0	0	0	0	0	0	10,0	0	50	0	10,0	0	10,0
молоко, кисло-молочн., творог	250	242,6	253	141,5	353,6	250	293,8	325	0	295,1	250	240,5	0	295,1	250	240,5	0	240,5
сметана	5	0	10	10	0	0	29,5	0	0	10	20	8,0	0	10	20	8,0	0	8,0
сыр	5	10	15	0	0	10	0	0	0	10	0	4,5	0	0	10	4,5	0	4,5
масло сливочн.	15	22,43	3,4	22	15	10	16,5	10	3,43	27	30,43	16,0	0	27	30,43	16,0	0	16,0
масло растител.	7,5	11,3	10	11,25	9	7	11,25	5,5	5	6,1	5,5	8,2	0	6,1	5,5	8,2	0	8,2
яйца	20	0,025	0,2	2,8	0	0	0	0	0,025	2,8	0,025	24,0	0	2,8	0,025	24,0	0	24,0
соль	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	0	2,5	2,5	2,5	0	2,5

Реш

ИСПОЛНИТЕЛЬ: МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА БЕЛЬЧИКОВА Е.В.