

СОГЛАСОВАНО

Директор

*М.В. Старостин*  
*Власов / Власов Т.Т.*  
«1» *октябрь* 2024г.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

« 1 »

октября

Фионов Т.В.

2024г.



**Примерное повозрастное меню и основные  
показатели пищевой и энергетической ценности  
приготавливаемых блюд для горячего питания  
учащихся общеобразовательных учреждений  
Республики Мордовия**

| День/неделя: Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет    |                                  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
|--|----------------------------------|------------------|----------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|----------------|----------------|---------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд   | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                |               | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|  |                                  |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)        | Е             | Са                        | Р              | Мg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                       |                                  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| 14   | Масло (порциями)                 | 10               | 0,080                | 7,250         | 0,130          | 66,100           | 0,001         |                | 40,000         | 0,100         | 2,400                     | 3,000          |                | 0,020         |
| 181  | Каша манная молочная             | 200              | 4,305                | 5,726         | 24,820         | 168,621          | 0,059         | 0,988          | 35,200         | 0,350         | 98,608                    | 87,350         | 14,372         | 0,324         |
| 376  | Чай с сахаром                    | 200              | 0,200                | 0,051         | 13,043         | 53,388           | 0,001         | 0,100          | 0,500          |               | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,859         |
|  | Батон                            | 50               | 3,500                | 0,500         | 23,000         | 110,000          | 0,055         |                |                | 0,850         | 9,500                     | 32,500         | 6,500          | 0,600         |
|  | Овсяное печенье                  | 40               | 0,280                | 0,988         | 3,576          | 24,000           |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| <i>Итого за Завтрак</i>                              |                                  | <i>500,000</i>   | <i>8,365</i>         | <i>14,515</i> | <i>64,569</i>  | <i>422,109</i>   | <i>0,116</i>  | <i>1,088</i>   | <i>75,700</i>  | <i>1,300</i>  | <i>115,458</i>            | <i>131,090</i> | <i>25,272</i>  | <i>1,803</i>  |
| <i>Обед</i>  |                                  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
|  | Икра овощная                     | 60               | 1,020                | 5,400         | 5,400          | 81,600           | 0,012         | 4,200          |                | 1,860         | 24,600                    | 22,200         | 9,000          | 0,420         |
| 88/2011  | Щи из свежей капусты на бульоне  | 200              | 1,614                | 4,665         | 9,351          | 86,012           | 0,067         | 20,455         | 164,551        | 1,967         | 27,283                    | 44,011         | 18,542         | 0,723         |
| 291  | Плов из мяса птицы               | 240              | 19,820               | 22,310        | 43,142         | 452,016          | 0,126         | 4,216          | 371,088        | 3,972         | 31,186                    | 247,029        | 56,207         | 2,280         |
| 348  | Компот из сухофруктов            | 180              | 0,234                |               | 18,263         | 74,595           | 0,005         | 350,180        |                | 0,248         | 7,470                     | 6,840          | 4,905          | 0,192         |
|  | Хлеб пшеничный                   | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                | 0,330         | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный             | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                | 0,090         | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
| <i>Итого за Обед</i>                                 |                                  | <i>740,000</i>   | <i>27,518</i>        | <i>33,605</i> | <i>105,406</i> | <i>842,423</i>   | <i>0,363</i>  | <i>379,171</i> | <i>535,639</i> | <i>8,467</i>  | <i>118,439</i>            | <i>377,080</i> | <i>104,854</i> | <i>4,785</i>  |
| <b>Итого за Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет</b> |                                  | <b>1 240,000</b> | <b>35,883</b>        | <b>48,120</b> | <b>169,975</b> | <b>1 264,532</b> | <b>0,479</b>  | <b>380,259</b> | <b>611,339</b> | <b>9,767</b>  | <b>233,897</b>            | <b>508,170</b> | <b>130,126</b> | <b>6,588</b>  |
| День/неделя: Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет        |                                  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд   | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                |               | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|  |                                  |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)        | Е             | Са                        | Р              | Мg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                       |                                  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
|  | Кукуруза порционно               | 30               | 0,861                | 0,180         | 2,970          | 17,340           | 0,006         | 1,650          | 0,900          | 0,009         | 1,200                     | 15,300         | 4,800          | 0,123         |
| 294  | Котлеты рубленые из мяса птицы   | 90               | 14,084               | 8,796         | 12,735         | 187,761          | 0,146         | 3,000          | 16,500         | 2,602         | 31,110                    | 135,520        | 57,470         | 1,508         |
| 202  | Рожки отварные                   | 150              | 6,414                | 3,656         | 40,944         | 222,482          | 0,099         |                | 16,000         | 0,910         | 19,340                    | 53,160         | 9,720          | 0,994         |
| 377  | Чай с лимоном                    | 200              | 0,236                | 0,055         | 13,163         | 54,748           | 0,002         | 1,700          | 0,580          | 0,008         | 6,550                     | 9,120          | 4,880          | 0,883         |
|  | Хлеб пшеничный                   | 40               | 3,040                | 0,320         | 19,680         | 94,000           | 0,044         |                |                | 0,440         | 8,000                     | 26,000         | 5,600          | 0,440         |
| <i>Итого за Завтрак</i>                              |                                  | <i>510,000</i>   | <i>24,635</i>        | <i>13,007</i> | <i>89,492</i>  | <i>576,331</i>   | <i>0,297</i>  | <i>6,350</i>   | <i>33,980</i>  | <i>3,969</i>  | <i>66,200</i>             | <i>239,100</i> | <i>82,470</i>  | <i>3,948</i>  |
| <i>Обед</i>  |                                  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| 45   | Салат из белокочанной капусты    | 60               | 0,852                | 3,055         | 5,900          | 55,011           | 0,021         | 16,450         | 260,000        | 1,416         | 25,060                    | 21,400         | 11,300         | 0,373         |
| 102  | Суп гороховый на курином бульоне | 200              | 7,698                | 5,512         | 15,090         | 140,241          | 0,200         | 7,604          | 170,831        | 2,436         | 33,802                    | 105,679        | 31,012         | 1,815         |
| 260  | Гуляш из птицы                   | 90               | 14,615               | 11,270        | 3,460          | 176,210          | 0,082         | 2,433          | 21,400         | 2,750         | 16,719                    | 130,178        | 21,489         | 0,804         |
| 128  | Картофельное пюре                | 150              | 3,249                | 3,833         | 23,431         | 141,572          | 0,173         | 27,995         | 19,000         | 0,179         | 40,220                    | 96,820         | 34,510         | 1,332         |
| 376  | Чай с сахаром                    | 180              | 0,200                | 0,051         | 12,045         | 49,398           | 0,001         | 0,100          | 0,500          |               | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,856         |
|  | Хлеб пшеничный                   | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                | 0,330         | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный             | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                | 0,090         | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
| <i>Итого за Обед</i>                                 |                                  | <i>740,000</i>   | <i>31,444</i>        | <i>24,951</i> | <i>89,176</i>  | <i>710,632</i>   | <i>0,630</i>  | <i>54,702</i>  | <i>471,731</i> | <i>7,201</i>  | <i>148,651</i>            | <i>419,317</i> | <i>118,911</i> | <i>6,350</i>  |
| <b>Итого за Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет</b>     |                                  | <b>1 250,000</b> | <b>56,079</b>        | <b>37,958</b> | <b>178,668</b> | <b>1 286,963</b> | <b>0,927</b>  | <b>61,052</b>  | <b>505,711</b> | <b>11,170</b> | <b>214,851</b>            | <b>658,417</b> | <b>201,381</b> | <b>10,298</b> |



| День/неделя: Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет   |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |               |                           |                |                |               |
|---|---|------------------|----------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|
| № реп.  | Наименование дней недели, блюд                            | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                  |               | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|   |   |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)          | Е             | Са                        | Р              | Мg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |               |                           |                |                |               |
|   | Печенье   | 50               | 3,900                | 7,690         | 34,645         | 220,000          | 0,040         |                | 5,500            | 1,750         | 14,500                    | 45,000         | 10,000         | 1,050         |
| 185   | Каша гречневая молочная вязкая                            | 200              | 9,241                | 7,776         | 39,404         | 264,991          | 0,256         | 1,300          | 40,000           | 0,450         | 136,315                   | 241,543        | 114,306        | 3,518         |
| 384   | Какао из консервов "Какао со стуженным молоком и сахаром" | 200              | 2,460                | 2,250         | 16,380         | 95,610           | 0,030         | 0,390          | 9,000            | 0,060         |                           |                |                |               |
|   | Хлеб пшеничный  | 50               | 3,800                | 0,400         | 24,600         | 117,500          | 0,055         |                |                  | 0,550         | 10,000                    | 32,500         | 7,000          | 0,550         |
|   | <i>Итого за Завтрак</i>                                   | <i>500,000</i>   | <i>19,401</i>        | <i>18,116</i> | <i>115,029</i> | <i>698,101</i>   | <i>0,381</i>  | <i>1,690</i>   | <i>54,500</i>    | <i>2,810</i>  | <i>160,815</i>            | <i>319,043</i> | <i>131,306</i> | <i>5,118</i>  |
| <i>Обед</i>                                   |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |               |                           |                |                |               |
| 65  | Салат из моркови с яблоком                                | 60               | 0,554                | 3,694         | 7,685          | 67,078           | 0,027         | 3,400          | 760,000          | 1,766         | 12,660                    | 22,622         | 15,790         | 0,607         |
| 82  | Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне             | 200              | 4,250                | 4,716         | 10,076         | 99,121           | 0,066         | 16,854         | 175,351          | 1,997         | 30,062                    | 61,769         | 18,942         | 0,980         |
| 392   | Пельмени  | 185              | 14,444               | 32,429        | 50,469         | 555,054          | 0,001         |                | 20,000           | 0,050         | 14,448                    | 4,200          | 0,792          | 0,114         |
| 342   | Компот ассорти  | 200              | 0,220                | 0,060         | 13,614         | 62,270           |               | 357,000        |                  |               |                           |                |                | 0,039         |
|   | Хлеб пшеничный  | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                  | 0,330         | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|   | Хлеб ржано-пшеничный                                      | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                  | 0,090         | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
|   | <i>Итого за Обед</i>                                      | <i>705,000</i>   | <i>24,298</i>        | <i>42,129</i> | <i>111,094</i> | <i>931,723</i>   | <i>0,247</i>  | <i>377,374</i> | <i>955,351</i>   | <i>4,233</i>  | <i>85,070</i>             | <i>145,591</i> | <i>51,724</i>  | <i>2,910</i>  |
|   | <b>Итого за Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет</b>            | <b>1 205,000</b> | <b>43,699</b>        | <b>60,245</b> | <b>226,123</b> | <b>1 629,824</b> | <b>0,628</b>  | <b>379,064</b> | <b>1 009,851</b> | <b>7,043</b>  | <b>245,885</b>            | <b>464,634</b> | <b>183,030</b> | <b>8,028</b>  |
| День/неделя: Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |               |                           |                |                |               |
| № реп.  | Наименование дней недели, блюд                            | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                  |               | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|   |   |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)          | Е             | Са                        | Р              | Мg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |               |                           |                |                |               |
| 15  | Сыр (порциями)  | 15               | 3,900                | 3,915         |                | 51,600           | 0,005         | 0,120          | 34,500           | 0,075         | 150,000                   | 96,000         | 6,750          | 0,150         |
| 210   | Омлет натуральный   | 150              | 25,717               | 27,354        | 4,565          | 367,581          | 0,158         | 0,871          | 492,900          | 2,032         | 187,650                   | 421,030        | 32,040         | 4,777         |
| 376   | Чай с сахаром   | 200              | 0,200                | 0,051         | 13,043         | 53,388           | 0,001         | 0,100          | 0,500            |               | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,859         |
|   | Батон   | 40               | 2,800                | 0,400         | 18,400         | 88,000           | 0,044         |                |                  | 0,680         | 7,600                     | 26,000         | 5,200          | 0,480         |
| 338   | Фрукты (яблоки)   | 130              | 0,520                | 0,520         | 12,740         | 61,100           | 0,039         | 13,000         |                  | 0,260         | 20,800                    | 14,300         | 11,700         | 2,860         |
|   | <i>Итого за Завтрак</i>                                   | <i>535,000</i>   | <i>33,137</i>        | <i>32,240</i> | <i>48,748</i>  | <i>621,669</i>   | <i>0,247</i>  | <i>14,091</i>  | <i>527,900</i>   | <i>3,047</i>  | <i>371,000</i>            | <i>565,570</i> | <i>60,090</i>  | <i>9,126</i>  |
| <i>Обед</i>                                   |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |               |                           |                |                |               |
| 52  | Салат из свеклы отварной                                  | 60               | 0,870                | 3,055         | 5,104          | 51,330           | 0,012         | 5,800          |                  | 1,378         | 21,460                    | 25,000         | 12,760         | 0,812         |
| 96  | Рассольник московский на бульоне                          | 200              | 1,958                | 4,015         | 13,178         | 97,201           | 0,061         | 7,824          | 165,631          | 1,529         | 21,322                    | 64,330         | 17,321         | 0,671         |
| 259   | Жаркое по-домашнему                                       | 240              | 17,195               | 20,370        | 27,906         | 362,416          | 0,253         | 35,460         | 58,464           | 3,558         | 39,542                    | 228,892        | 54,697         | 2,984         |
| 398   | Напиток из плодов шиповника                               | 180              | 0,476                | 0,196         | 16,742         | 79,660           | 0,010         | 140,000        | 114,380          | 0,532         | 8,400                     | 2,380          | 2,380          | 0,450         |
|   | Хлеб пшеничный  | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                  | 0,330         | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|   | Хлеб ржано-пшеничный                                      | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                  | 0,090         | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
|   | <i>Итого за Обед</i>                                      | <i>740,000</i>   | <i>25,329</i>        | <i>28,866</i> | <i>92,180</i>  | <i>738,807</i>   | <i>0,489</i>  | <i>189,204</i> | <i>338,475</i>   | <i>7,417</i>  | <i>118,624</i>            | <i>377,602</i> | <i>103,358</i> | <i>6,087</i>  |
|   | <b>Итого за Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет</b>          | <b>1 275,000</b> | <b>58,466</b>        | <b>61,106</b> | <b>140,928</b> | <b>1 360,476</b> | <b>0,736</b>  | <b>203,295</b> | <b>866,375</b>   | <b>10,464</b> | <b>489,624</b>            | <b>943,172</b> | <b>163,448</b> | <b>15,213</b> |

| День/неделя: Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет     |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |              |                           |                |                |               |       |
|---|--|------------------|----------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|-------|
| № рец.  | Наименование дней недели, блюд                       | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |       |
|   |  |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)        | Е            | Са                        | Р              | Mg             | Fe            |       |
| <i>Завтрак</i>                                    |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |              |                           |                |                |               |       |
|   | Джем   | 20               | 0,080                |               |                | 13,000           | 50,000        | 0,002          | 0,100          |              |                           | 2,800          | 1,800          | 1,400         | 0,260 |
| 396   | Блины  | 120              | 6,000                | 4,800         | 44,400         | 244,800          |               |                |                |              |                           |                |                |               |       |
| 377   | Чай с лимоном  | 200              | 0,236                | 0,055         | 13,163         | 54,748           | 0,002         | 1,700          | 0,580          | 0,008        | 6,550                     | 9,120          | 4,880          | 0,883         |       |
| 348   | Сок 200 мл в инд.уп.                                 | 200              |                      |               | 22,400         | 90,000           | 0,020         | 2,000          |                |              |                           | 14,000         | 8,000          | 2,800         |       |
|   | <b>Итого за Завтрак</b>                              | <b>540,000</b>   | <b>6,316</b>         | <b>4,855</b>  | <b>92,963</b>  | <b>439,548</b>   | <b>0,024</b>  | <b>3,800</b>   | <b>0,580</b>   | <b>0,008</b> | <b>9,350</b>              | <b>24,920</b>  | <b>14,280</b>  | <b>3,943</b>  |       |
| <i>Обед</i>                                       |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |              |                           |                |                |               |       |
| 67  | Винегрет овощной                                     | 60               | 0,919                | 4,109         | 4,920          | 60,630           | 0,038         | 6,100          | 160,450        | 1,849        | 11,900                    | 26,760         | 12,095         | 0,464         |       |
| 103   | Суп с вермишелью на бульоне                          | 200              | 4,178                | 2,279         | 9,953          | 76,481           | 0,053         | 5,004          | 170,831        | 1,097        | 13,322                    | 45,819         | 10,042         | 0,602         |       |
| 268   | Котлеты рубленные из мяса                            | 90               | 14,197               | 16,290        | 12,523         | 254,991          | 0,306         | 0,600          | 2,430          | 1,384        | 24,680                    | 136,340        | 38,700         | 1,601         |       |
| 173   | Каша гречневая вязкая                                | 150              | 4,695                | 4,122         | 21,180         | 140,401          | 0,160         |                | 16,000         | 0,336        | 12,040                    | 112,210        | 74,220         | 2,516         |       |
| 376   | Чай с сахаром  | 180              | 0,200                | 0,051         | 12,045         | 49,398           | 0,001         | 0,100          | 0,500          |              | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,856         |       |
|   | Хлеб пшеничный                                       | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                |              | 0,330                     | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330 |
|   | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                |              | 0,090                     | 21,900         | 37,500         | 12,000        | 0,840 |
|   | <b>Итого за Обед</b>                                 | <b>740,000</b>   | <b>29,019</b>        | <b>28,081</b> | <b>89,871</b>  | <b>730,101</b>   | <b>0,711</b>  | <b>11,924</b>  | <b>350,211</b> | <b>5,086</b> | <b>94,792</b>             | <b>386,369</b> | <b>155,657</b> | <b>7,209</b>  |       |
|   | <b>Итого за Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет</b>     | <b>1 280,000</b> | <b>35,335</b>        | <b>32,936</b> | <b>182,834</b> | <b>1 169,649</b> | <b>0,735</b>  | <b>15,724</b>  | <b>350,791</b> | <b>5,094</b> | <b>104,142</b>            | <b>411,289</b> | <b>169,937</b> | <b>11,152</b> |       |
| День/неделя: Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |              |                           |                |                |               |       |
| № рец.  | Наименование дней недели, блюд                       | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |       |
|   |  |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)        | Е            | Са                        | Р              | Mg             | Fe            |       |
| <i>Завтрак</i>                                    |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |              |                           |                |                |               |       |
| 15  | Сыр (порциями)                                       | 15               | 3,900                | 3,915         |                | 51,600           | 0,005         | 0,120          | 34,500         | 0,075        | 150,000                   | 96,000         | 6,750          | 0,150         |       |
| 173   | Каша пшеничная молочная                              | 200              | 5,694                | 6,515         | 27,655         | 192,650          | 0,157         | 0,988          | 35,200         | 0,140        | 101,972                   | 140,100        | 35,628         | 0,920         |       |
| 376   | Чай с сахаром  | 200              | 0,200                | 0,051         | 13,043         | 53,388           | 0,001         | 0,100          | 0,500          |              | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,859         |       |
|   | Батон  | 50               | 3,500                | 0,500         | 23,000         | 110,000          | 0,055         |                |                |              | 0,850                     | 9,500          | 32,500         | 6,500         | 0,600 |
|   | Печенье  | 50               | 3,900                | 7,690         | 34,645         | 220,000          | 0,040         |                | 5,500          | 1,750        | 14,500                    | 45,000         | 10,000         | 1,050         |       |
|   | <b>Итого за Завтрак</b>                              | <b>515,000</b>   | <b>17,194</b>        | <b>18,671</b> | <b>98,343</b>  | <b>627,638</b>   | <b>0,258</b>  | <b>1,208</b>   | <b>75,700</b>  | <b>2,815</b> | <b>280,922</b>            | <b>321,840</b> | <b>63,278</b>  | <b>3,579</b>  |       |
| <i>Обед</i>                                       |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |              |                           |                |                |               |       |
|   | Икра овощная   | 60               | 1,020                | 5,400         | 5,400          | 81,600           | 0,012         | 4,200          |                |              | 1,860                     | 24,600         | 22,200         | 9,000         | 0,420 |
| 101   | Суп картофельный с крупой                            | 200              | 4,202                | 2,348         | 12,265         | 86,465           | 0,084         | 12,064         | 150,893        | 1,019        | 15,230                    | 63,134         | 18,046         | 0,822         |       |
| 392   | Пельмени   | 185              | 14,444               | 32,429        | 50,469         | 555,054          | 0,001         |                | 20,000         | 0,050        | 14,448                    | 4,200          | 0,792          | 0,114         |       |
| 342   | Компот ассорти                                       | 200              | 0,220                | 0,060         | 13,614         | 62,270           |               |                | 357,000        |              |                           |                |                | 0,039         |       |
|   | Хлеб пшеничный                                       | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                |              | 0,330                     | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330 |
|   | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                |              | 0,090                     | 21,900         | 37,500         | 12,000        | 0,840 |
|   | <b>Итого за Обед</b>                                 | <b>705,000</b>   | <b>24,716</b>        | <b>41,467</b> | <b>110,998</b> | <b>933,589</b>   | <b>0,250</b>  | <b>373,384</b> | <b>170,893</b> | <b>3,349</b> | <b>82,178</b>             | <b>146,534</b> | <b>44,038</b>  | <b>2,565</b>  |       |
|   | <b>Итого за Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет</b> | <b>1 220,000</b> | <b>41,910</b>        | <b>60,138</b> | <b>209,341</b> | <b>1 561,227</b> | <b>0,508</b>  | <b>374,592</b> | <b>246,593</b> | <b>6,164</b> | <b>363,100</b>            | <b>468,374</b> | <b>107,316</b> | <b>6,144</b>  |       |



| День/неделя: Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет    |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |              |                           |                |                |               |
|--|--|------------------|----------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд                   | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                  |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|  |  |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)          | Е            | Са                        | Р              | Mg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                   |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |              |                           |                |                |               |
| 188  | Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком | 170              | 22,811               | 13,204        | 46,436         | 400,471          | 0,124         | 0,626          | 83,000           | 1,112        | 181,230                   | 300,920        | 42,830         | 1,245         |
| 384  | Кофейный напиток                                 | 200              | 2,220                | 2,250         | 16,320         | 94,500           | 0,030         | 0,390          | 9,000            | 0,060        |                           |                |                |               |
|  | Хлеб пшеничный                                   | 40               | 3,040                | 0,320         | 19,680         | 94,000           | 0,044         |                |                  | 0,440        | 8,000                     | 26,000         | 5,600          | 0,440         |
| 338  | Фрукты (яблоки)                                  | 130              | 0,520                | 0,520         | 12,740         | 61,100           | 0,039         | 13,000         |                  | 0,260        | 20,800                    | 14,300         | 11,700         | 2,860         |
| <i>Итого за Завтрак</i>                          |  | <b>540,000</b>   | <b>28,591</b>        | <b>16,294</b> | <b>95,176</b>  | <b>650,071</b>   | <b>0,237</b>  | <b>14,016</b>  | <b>92,000</b>    | <b>1,872</b> | <b>210,030</b>            | <b>341,220</b> | <b>60,130</b>  | <b>4,545</b>  |
| <i>Обед</i>                                      |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |              |                           |                |                |               |
| 62   | Салат из моркови с сахаром                       | 60               | 0,754                | 0,058         | 6,996          | 32,270           | 0,035         | 2,900          | 1 160,000        | 0,232        | 15,660                    | 31,900         | 22,040         | 0,415         |
| 82   | Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне    | 200              | 4,250                | 4,716         | 10,076         | 99,121           | 0,066         | 16,854         | 175,351          | 1,997        | 30,062                    | 61,769         | 18,942         | 0,980         |
| 294  | Шницель рубленый из мяса птицы                   | 90               | 18,781               | 5,364         | 10,822         | 167,955          | 0,118         |                | 6,480            | 2,146        | 21,754                    | 141,877        | 66,400         | 1,449         |
| 304  | Пюре из бобовых с маслом                         | 150              | 17,283               | 4,101         | 36,128         | 250,691          | 0,608         |                | 16,000           | 0,565        | 90,890                    | 248,700        | 80,470         | 5,137         |
| 376  | Чай с сахаром                                    | 180              | 0,200                | 0,051         | 12,045         | 49,398           | 0,001         | 0,100          | 0,500            |              | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,856         |
|  | Хлеб пшеничный                                   | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                  | 0,330        | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                  | 0,090        | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
| <i>Итого за Обед</i>                             |  | <b>740,000</b>   | <b>46,098</b>        | <b>15,520</b> | <b>105,317</b> | <b>747,635</b>   | <b>0,981</b>  | <b>19,974</b>  | <b>1 358,331</b> | <b>5,360</b> | <b>191,216</b>            | <b>549,486</b> | <b>208,452</b> | <b>10,007</b> |
| <b>Итого за Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет</b> |  | <b>1 280,000</b> | <b>74,689</b>        | <b>31,814</b> | <b>200,493</b> | <b>1 397,706</b> | <b>1,218</b>  | <b>33,990</b>  | <b>1 450,331</b> | <b>7,232</b> | <b>401,246</b>            | <b>890,706</b> | <b>268,582</b> | <b>14,552</b> |
| День/неделя: Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет      |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |              |                           |                |                |               |
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд                   | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                  |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|  |  |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)          | Е            | Са                        | Р              | Mg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                   |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |              |                           |                |                |               |
|  | Джем   | 20               | 0,080                |               | 13,000         | 50,000           | 0,002         | 0,100          |                  |              | 2,800                     | 1,800          | 1,400          | 0,260         |
| 401  | Оладьи   | 105              | 6,300                | 4,200         | 42,000         | 231,000          |               |                |                  |              |                           |                |                |               |
| 376  | Чай с сахаром                                    | 200              | 0,200                | 0,051         | 13,043         | 53,388           | 0,001         | 0,100          | 0,500            |              | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,859         |
| 348  | Сок 200 мл в индуп.                              | 200              |                      |               | 22,400         | 90,000           | 0,020         | 2,000          |                  |              |                           | 14,000         | 8,000          | 2,800         |
| <i>Итого за Завтрак</i>                          |  | <b>525,000</b>   | <b>6,580</b>         | <b>4,251</b>  | <b>90,443</b>  | <b>424,388</b>   | <b>0,023</b>  | <b>2,200</b>   | <b>0,500</b>     |              | <b>7,750</b>              | <b>24,040</b>  | <b>13,800</b>  | <b>3,919</b>  |
| <i>Обед</i>                                      |  |                  |                      |               |                |                  |               |                |                  |              |                           |                |                |               |
| 67   | Винегрет овощной                                 | 60               | 0,919                | 4,109         | 4,920          | 60,630           | 0,038         | 6,100          | 160,450          | 1,849        | 11,900                    | 26,760         | 12,095         | 0,464         |
| 88/2011  | Щи из свежей капусты на бульоне                  | 200              | 1,614                | 4,665         | 9,351          | 86,012           | 0,067         | 20,455         | 164,551          | 1,967        | 27,283                    | 44,011         | 18,542         | 0,723         |
| 291  | Плов из мяса птицы                               | 240              | 19,820               | 22,310        | 43,142         | 452,016          | 0,126         | 4,216          | 371,088          | 3,972        | 31,186                    | 247,029        | 56,207         | 2,280         |
| 398  | Напиток из плодов шиповника                      | 180              | 0,340                | 0,140         | 14,810         | 68,300           | 0,007         | 100,000        | 81,700           | 0,380        | 6,000                     | 1,700          | 1,700          | 0,330         |
|  | Хлеб пшеничный                                   | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                  | 0,330        | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                  | 0,090        | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
| <i>Итого за Обед</i>                             |  | <b>740,000</b>   | <b>27,523</b>        | <b>32,454</b> | <b>101,473</b> | <b>815,158</b>   | <b>0,391</b>  | <b>130,891</b> | <b>777,789</b>   | <b>8,588</b> | <b>104,269</b>            | <b>376,500</b> | <b>104,744</b> | <b>4,967</b>  |
| <b>Итого за Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет</b>   |  | <b>1 265,000</b> | <b>34,103</b>        | <b>36,705</b> | <b>191,916</b> | <b>1 239,546</b> | <b>0,414</b>  | <b>133,091</b> | <b>778,289</b>   | <b>8,588</b> | <b>112,019</b>            | <b>400,540</b> | <b>118,544</b> | <b>8,886</b>  |

| День/неделя: Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет    |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
|--|---|------------------|----------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|----------------|----------------|---------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд            | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                |               | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|  |   |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)        | Е             | Са                        | Р              | Mg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                   |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
|  | Горошек зеленый отварной                  | 30               | 0,930                | 0,060         | 1,950          | 12,000           | 0,033         | 3,000          |                | 0,060         | 6,000                     | 18,600         | 6,300          | 0,210         |
| 294  | Котлеты рубленные из мяса птицы           | 90               | 14,084               | 8,796         | 12,735         | 187,761          | 0,146         | 3,000          | 16,500         | 2,602         | 31,110                    | 135,520        | 57,470         | 1,508         |
| 202  | Рожки отварные                            | 150              | 6,414                | 3,656         | 40,944         | 222,482          | 0,099         |                | 16,000         | 0,910         | 19,340                    | 53,160         | 9,720          | 0,994         |
| 376  | Чай с сахаром                             | 200              | 0,200                | 0,051         | 13,043         | 53,388           | 0,001         | 0,100          | 0,500          |               | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,859         |
|  | Хлеб пшеничный                            | 40               | 3,040                | 0,320         | 19,680         | 94,000           | 0,044         |                |                | 0,440         | 8,000                     | 26,000         | 5,600          | 0,440         |
|  | <b>Итого за Завтрак</b>                   | <b>510,000</b>   | <b>24,668</b>        | <b>12,883</b> | <b>88,352</b>  | <b>569,631</b>   | <b>0,323</b>  | <b>6,100</b>   | <b>33,000</b>  | <b>4,012</b>  | <b>69,400</b>             | <b>241,520</b> | <b>83,490</b>  | <b>4,011</b>  |
| <i>Обед</i>                                      |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| 20   | Салат из белокочанной капусты с кукурузой | 60               | 1,251                | 4,110         | 7,965          | 74,623           | 0,024         | 21,445         | 280,270        | 1,864         | 29,420                    | 27,070         | 14,180         | 0,446         |
| 102  | Суп гороховый на курином бульоне          | 200              | 7,698                | 5,512         | 15,090         | 140,241          | 0,200         | 7,604          | 170,831        | 2,436         | 33,802                    | 105,679        | 31,012         | 1,815         |
| 229  | Рыба, тушеная в томате с овощами          | 120              | 19,384               | 16,898        | 1,331          | 198,755          | 0,133         | 1,856          | 192,618        | 2,440         | 52,783                    | 279,816        | 66,878         | 1,079         |
| 128  | Картофельное пюре                         | 150              | 3,249                | 3,833         | 23,431         | 141,572          | 0,173         | 27,995         | 19,000         | 0,179         | 40,220                    | 96,820         | 34,510         | 1,332         |
| 348  | Компот из сухофруктов                     | 180              | 0,234                |               | 18,263         | 74,595           | 0,005         | 350,180        |                | 0,248         | 7,470                     | 6,840          | 4,905          | 0,192         |
|  | Хлеб пшеничный                            | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                | 0,330         | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                | 0,090         | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
|  | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>770,000</b>   | <b>36,646</b>        | <b>31,583</b> | <b>95,330</b>  | <b>777,986</b>   | <b>0,688</b>  | <b>409,200</b> | <b>662,719</b> | <b>7,587</b>  | <b>191,595</b>            | <b>573,225</b> | <b>167,685</b> | <b>6,034</b>  |
| <b>Итого за Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет</b> |   | <b>1 280,000</b> | <b>61,314</b>        | <b>44,466</b> | <b>183,682</b> | <b>1 347,617</b> | <b>1,011</b>  | <b>415,300</b> | <b>695,719</b> | <b>11,599</b> | <b>260,995</b>            | <b>814,745</b> | <b>251,175</b> | <b>10,045</b> |
| День/неделя: Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет    |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| № рец.   | Наименование дней недели, блюд            | Масса порции     | Пищевые вещества (г) |               |                | ЭЦ (ккал)        | Витамины (мг) |                |                |               | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |
|  |   |                  | Б                    | Ж             | У              |                  | В1            | С              | А (мкг)        | Е             | Са                        | Р              | Mg             | Fe            |
| <i>Завтрак</i>                                   |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| 209  | Яйцо отварное                             | 50               | 12,700               | 11,500        | 0,700          | 157,000          | 0,070         |                | 250,000        | 0,600         | 55,000                    | 192,000        | 12,000         | 2,500         |
| 175  | Каша молочная "Дружба"                    | 200              | 5,833                | 6,708         | 33,771         | 219,471          | 0,128         | 1,209          | 38,600         | 0,159         | 122,650                   | 149,720        | 35,510         | 0,796         |
| 377  | Чай с лимоном                             | 200              | 0,236                | 0,055         | 13,163         | 54,748           | 0,002         | 1,700          | 0,580          | 0,008         | 6,550                     | 9,120          | 4,880          | 0,883         |
|  | Хлеб пшеничный                            | 50               | 3,800                | 0,400         | 24,600         | 117,500          | 0,055         |                |                | 0,550         | 10,000                    | 32,500         | 7,000          | 0,550         |
|  | <b>Итого за Завтрак</b>                   | <b>500,000</b>   | <b>22,569</b>        | <b>18,663</b> | <b>72,234</b>  | <b>548,719</b>   | <b>0,255</b>  | <b>2,909</b>   | <b>289,180</b> | <b>1,317</b>  | <b>194,200</b>            | <b>383,340</b> | <b>59,390</b>  | <b>4,729</b>  |
| <i>Обед</i>                                      |   |                  |                      |               |                |                  |               |                |                |               |                           |                |                |               |
| 54   | Салат из свеклы с яблоками                | 60               | 0,675                | 4,097         | 7,074          | 68,210           | 0,013         | 5,600          |                | 1,831         | 17,570                    | 19,360         | 10,370         | 0,910         |
| 103  | Суп с вермишелью на бульоне               | 200              | 4,178                | 2,279         | 9,953          | 76,481           | 0,053         | 5,004          | 170,831        | 1,097         | 13,322                    | 45,819         | 10,042         | 0,602         |
| 268  | Биточки мясные с томатным соусом          | 120              | 14,539               | 21,324        | 14,507         | 309,311          | 0,313         | 1,188          | 63,950         | 3,712         | 30,249                    | 142,219        | 41,220         | 1,735         |
| 171  | Каша рисовая рассыпчатая                  | 150              | 4,008                | 4,279         | 33,072         | 187,031          | 0,043         |                | 16,000         | 0,570         | 8,880                     | 81,450         | 26,720         | 0,567         |
| 376  | Чай с сахаром                             | 180              | 0,200                | 0,051         | 12,045         | 49,398           | 0,001         | 0,100          | 0,500          |               | 4,950                     | 8,240          | 4,400          | 0,856         |
|  | Хлеб пшеничный                            | 30               | 2,280                | 0,240         | 14,760         | 70,500           | 0,033         |                |                | 0,330         | 6,000                     | 19,500         | 4,200          | 0,330         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30               | 2,550                | 0,990         | 14,490         | 77,700           | 0,120         | 0,120          |                | 0,090         | 21,900                    | 37,500         | 12,000         | 0,840         |
|  | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>770,000</b>   | <b>28,430</b>        | <b>33,260</b> | <b>105,901</b> | <b>838,631</b>   | <b>0,576</b>  | <b>12,012</b>  | <b>251,281</b> | <b>7,630</b>  | <b>102,871</b>            | <b>354,088</b> | <b>108,952</b> | <b>5,840</b>  |
| <b>Итого за Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет</b> |   | <b>1 270,000</b> | <b>50,999</b>        | <b>51,923</b> | <b>178,135</b> | <b>1 387,350</b> | <b>0,831</b>  | <b>14,921</b>  | <b>540,461</b> | <b>8,947</b>  | <b>297,071</b>            | <b>737,428</b> | <b>168,342</b> | <b>10,569</b> |



| Возрастная группа с 7 до 11 лет               |                      |         |               |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
|---|----------------------|---------|---------------|--------------|---------------|---------|-----------|--------|---------------------------|---------|---------|--------|
|   | Пищевые вещества (г) |         |               | ЭЦ<br>(ккал) | Витамины (мг) |         |           |        | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |
|   | Б                    | Ж       | У             |              | В1            | С       | А (мкг)   | Е      | Са                        | Р       | Мg      | Fe     |
| Понедельник - 1 неделя                        | 35,883               | 48,120  | 169,975       | 1 264,532    | 0,479         | 380,259 | 611,339   | 9,767  | 233,897                   | 508,170 | 130,126 | 6,588  |
| Вторник - 1 неделя                            | 56,079               | 37,958  | 178,668       | 1 286,963    | 0,927         | 61,052  | 505,711   | 11,170 | 214,851                   | 658,417 | 201,381 | 10,298 |
| Среда - 1 неделя                              | 43,699               | 60,245  | 226,123       | 1 629,824    | 0,628         | 379,064 | 1 009,851 | 7,043  | 245,885                   | 464,634 | 183,030 | 8,028  |
| Четверг - 1 неделя                            | 58,466               | 61,106  | 140,928       | 1 360,476    | 0,736         | 203,295 | 866,375   | 10,464 | 489,624                   | 943,172 | 163,448 | 15,213 |
| Пятница - 1 неделя                            | 35,335               | 32,936  | 182,834       | 1 169,649    | 0,735         | 15,724  | 350,791   | 5,094  | 104,142                   | 411,289 | 169,937 | 11,152 |
| <b>СРЕДНЕЕ за 1 неделю</b>                    | 45,892               | 48,073  | 179,706       | 1 342,289    | 0,701         | 207,879 | 668,813   | 8,708  | 257,680                   | 597,136 | 169,584 | 10,256 |
| Понедельник - 2 неделя                        | 41,910               | 60,138  | 209,341       | 1 561,227    | 0,508         | 374,592 | 246,593   | 6,164  | 363,100                   | 468,374 | 107,316 | 6,144  |
| Вторник - 2 неделя                            | 74,689               | 31,814  | 200,493       | 1 397,706    | 1,218         | 33,990  | 1 450,331 | 7,232  | 401,246                   | 890,706 | 268,582 | 14,552 |
| Среда - 2 неделя                              | 34,103               | 36,705  | 191,916       | 1 239,546    | 0,414         | 133,091 | 778,289   | 8,588  | 112,019                   | 400,540 | 118,544 | 8,886  |
| Четверг - 2 неделя                            | 61,314               | 44,466  | 183,682       | 1 347,617    | 1,011         | 415,300 | 695,719   | 11,599 | 260,995                   | 814,745 | 251,175 | 10,045 |
| Пятница - 2 неделя                            | 50,999               | 51,923  | 178,135       | 1 387,350    | 0,831         | 14,921  | 540,461   | 8,947  | 297,071                   | 737,428 | 168,342 | 10,569 |
| <b>СРЕДНЕЕ за 2 неделю</b>                    | 52,603               | 45,009  | 192,713       | 1 386,689    | 0,796         | 194,379 | 742,279   | 8,506  | 286,886                   | 662,359 | 182,792 | 10,039 |
| <b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>              | 49,248               | 46,541  | 186,210       | 1 364,489    | 0,749         | 201,129 | 705,546   | 8,607  | 272,283                   | 629,748 | 176,188 | 10,148 |
| <b>Норма СанПиН</b>                           | 77                   | 79      | 335           | 2 350        | 1,2           | 60      | 700       | 12     | 1 100                     | 1 100   | 250     | 12     |
| <b>Выполнение СанПиН, % от суточной нормы</b> | 64%                  | 59%     | 56%           | 58%          | 62%           | 335%    | 101%      | 72%    | 25%                       | 57%     | 70%     | 85%    |
| Возрастная группа с 7 до 11 лет               |                      |         |               |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
|   | Завтрак              | Обед    | Итого за день |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Понедельник - 1 неделя                        | 500,000              | 740,000 | 1 240,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Вторник - 1 неделя                            | 510,000              | 740,000 | 1 250,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Среда - 1 неделя                              | 500,000              | 705,000 | 1 205,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Четверг - 1 неделя                            | 535,000              | 740,000 | 1 275,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Пятница - 1 неделя                            | 540,000              | 740,000 | 1 280,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Понедельник - 2 неделя                        | 515,000              | 705,000 | 1 220,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Вторник - 2 неделя                            | 540,000              | 740,000 | 1 280,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Среда - 2 неделя                              | 525,000              | 740,000 | 1 265,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Четверг - 2 неделя                            | 510,000              | 770,000 | 1 280,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| Пятница - 2 неделя                            | 500,000              | 770,000 | 1 270,000     |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| <b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>              | 518                  | 739     | 1 257         |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |
| <b>Норма СанПиН</b>                           | 500                  | 700     | 1 200         |              |               |         |           |        |                           |         |         |        |