


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «ОЦ №3»
«Созвездие» г. Вольска
Ильцова И.В./



**ПРИМЕРНОЕ
10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
в возрасте с 11 лет и старше
(5-11 классы)**

**Филиал МАОУ «Образовательного Центра
№ 3 «Созвездие г. Вольска Саратовской
области» в с. Верхняя Чернавка.**

Примерное меню - обед (осень-зима) 10 дней

День 1 **Возрастная категория: с 7 до 11 лет и от 11 лет и старше**

№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витаминные			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
473	1/100/5	Оладьи с повидлом	5,75	5,21	18,84	145,2	161,62	24,14	137,98	0,51	1,06	0,09	0	0,90
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
Итого			5,95	5,21	32,84	173,2	167,62	24,14	137,98	0,91	3,06	0,09	0	0,90

День 1

№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витаминные			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
14	1/60	Помидоры свежие	1,1	0,2	3,8	24	14	13,4	26	0,72	0	0,04	0,04	
82	1/250/25/10	Борщ на мясном бульоне с капустой и картофелем со сметаной	1,81	4,91	125,25	102,50	44,38	26,25	53,23	1,19	0,00	0,05	0,1	0,121
202/203	1/180	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	0,1	0,11
293	1/90	Птица запеченная	17,65	14,58	4,7	221	54,5	20,3	132,9	1,62	4,3	0,05	0	0,02
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	7	8	20	0,03	0,04	0,01	1,06	0,1
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,07	0,4	0
Итого			26,95	14,86	62,48	593	87,6	79,2	375,4	3,67	43,04	0,21	1,8	0,235

День 1

№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витаминные			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,1
330	1/30	Пряник	4,8	2,8	82,5	350	9	0	41	0,6	0	0,07	0,11	0
Итого			32,35	17,66	161,48	1071	103,6	87,2	436,4	4,42	43,08	0,29	2,43	0,235

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
114	1/205	Каша молочная «ДРУЖБА»	6,98	10,4	25	222,38	184	11,14	25,18	1,5	0	0,03	0	5,88
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30/10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			8,958	17,932	39,385	363,3425	200,2375	32,14	178,18	2,9413	0	0,0772	1,3	5,88

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
53	1/60	Зеленый горошек т/о	1	2,51	4,49	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0	0,03	0	5,88
101	1/250	Суп картофельный с крупой (пшено)	2,18	2,84	14,29	91,5	24	26,65	67,7	0,96	0	0,11	0,00	8,25
145	1/180	Картофель тушеный с луком	3,2	5,2	22,88	151,36	18	33	0	1,2	0	0	0,5	21,75
234	1/90	Котлета рыбная	11,5	8,8	12	102	46	12,3	1,6	0,4	0,01	0,02	0	0,5
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	9,98	128	7	8	20	0,03	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			20,28	19,35	76,64	584,12	100,16	74,59	114,48	2,68	0,05	0,22	0,96	43,18

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	1/30	Печенье сахарное	7,5	11,8	74,4	436	300	21	0	1,0413	100	0,3	7	20
Итого			28,38	31,15	167,54	1148,12	407,16	103,59	134,48	3,8713	100,09	0,53	8,02	69,98

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
31	1/200/5	Каша пшеничная молочная	5,07	7,8	19,4	168,7	9	7,78	24,01	0,5	0,00	0,07	0	0,67
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30/10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			7,048	15,332	33,785	309,6625	25,2375	28,78	177,01	1,9413	0	0,1172	1,3	0,67

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
	1/60	Огурец свежий	0,78	0,1	1,6	13	23	14	24	0,6	0	0	0,2	5
96	1/250/25	Рассольник ленинградский на кв	3,3	6,8	22,6	113,3	23,5	12,3	0	1,3	0	0,1	0	8,3
291	1/280	Плов из курицы	15,6	20,3	43	301,5	38,3	18	78,6	0,9	0	0,05	1,6	9,1
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			21,48	27,2	96,7	620,8	98,2	68,8	166,1	3,3	0	0,21	2,26	29,2

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	1/30	Вафли	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			23,858	34,732	113,585	861,7625	115,4375	97,8	339,1	4,4913	0,04	0,2672	3,62	36

День 4

№ реци	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
94	200\5	каша гречневая молочная	8,79	8,563	37,233	251,841	284	7,78	24,01	2,732	0,00	0,251	0,14	2,998
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			10,79	8,563	64,233	344,841	296,4	24,28	67,51	3,632	0	0,301	0,54	2,998

День 4

№ реци	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
14	1/60	Помидоры свежие	1,1	0,2	3,8	24	14	13,4	26	0,72	0	0,04	0,04	3
104.105	1/250/25	Суп картофельный с мясными фрикадельками	7,29	5,7	16,99	148,5	31,9	40,01	129,96	1,61	4,95	0,15	0,12	12,34
143	1/180	Рагу овощное	2,4	4,4	10,3	178	42	32	90	1,2	0	0,15	1,6	2,5
282	1/90	Оладьи из печени	9,78	11,66	16,41	210	7,6	12,6	145,6	4,6	0,01	0,014	3,2	10,6
388	1/200	Кисель	0,4	0,2	19	118	7,4	3,6	15,6	0,4	0	0	0	160
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			22,77	22,16	79,5	743,5	109,3	118,11	450,66	9,03	4,96	0,404	5,36	188,44

День 4

№ реци	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	30\10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			26,948	29,692	109,385	1049,463	132,9375	163,61	667,16	10,7213	5	0,5112	7,12	195,24

День 5

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
53	1/200	Суп молочный с макаронными изделиями	5,75	5,21	18,84	145,2	161,62	24,14	137,98	0,51	3,06	0,09	0	0,91
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			7,75	5,21	45,84	238,2	174,02	40,64	181,48	1,41	3,06	0,14	0,4	0,91

День 5

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
53	1/60	Зеленый горошек, т/о	1	2,51	4,49	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0	0,03	0	5,88
87	1/250/10	Щи из свежей капусты со сметаной	1,75	4,89	8,49	84,78	34,66	17,8	38,1	0,64	0	0,05	0	14,77
302	1/180	Каша гречневая рассыпчатая	6,6	7,2	41,2	227,3	1,42	6,8	121	4,5	0	0,02	0	1,2
229	1/90	Рыба тушеная с овощами	13,87	7,85	6,53	150	52,11	59,71	238,46	0,96	0,01	0,1	0	3,35
343	1/200	Компот из сухофруктов	1	0	18	107	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			26,02	22,45	91,71	680,34	125,35	115,95	470,24	8,39	0,01	0,27	0,5	93,2

День 5

реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
330	1/30	Пряник	4,8	2,8	82,5	350	9	0	41	0,6	0	0,07	0,57	0
Итого			31,42	25,25	190,71	1158,34	141,35	123,95	531,24	9,14	0,05	0,35	1,13	100

День 6

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
56	1/110	Омлет натуральный	4.71	5.44	1.92	75	20	14	42	0,8	0	0,02	0	0,13
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			6,71	5,44	28,92	168	32,4	30,5	85,5	1,7	0	0,07	0,4	0,13

День 6

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1/60	Икра из кабачков, т/о	1.25	5.48	8.7	89,08	31.35	9.61	0	0.4	0	0	0	11.89
87	1/250/10	Щи из свежей капусты со сметаной	1.75	4.89	8.49	84,78	34.66	17.8	38.1	0.64	0	0.05	0	14.77
285	1/180	Гороховое пюре	16.38	18.47	16.5	250,6	17,9	0	153,11	0	0	0	2,05	0,68
268	1/90	Котлета мясная	7.85	6.51	7.89	123	9	15.06	74.7	0.77	0.01	0.04	0.07	0
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			29,63	35,35	71,08	740,46	106,31	66,97	329,41	2,46	0,05	0,15	2,58	34,14

День 6

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	30/10	Бутерброд с повидлой	7,5	11,8	74,4	436	300	21	0	1,0413	100	0,3	7	20
Итого			37,73	47,15	161,98	1304,46	413,31	95,97	349,41	3,6513	100,09	0,46	9,64	60,94

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
114	1/205	Каша рисовая молочная жидкая	6,98	10,4	25	222,38	184	11,14	25,18	1,5	0	0,03	0	5,33
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30/10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			8,958	17,932	39,385	363,3425	200,2375	32,14	178,18	2,9413	0	0,0772	1,3	5,88

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
75	1/60	Икра свекольная, т/о	0,72	1,38	4,3	32	18	0,04	0,2	0,6	0	0,2	0	2,15
102	1/250	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,3	87,18	2,03	0,23	0	0	3,81
246	1/90	Гуляш из отварной говядины	10,28	8,27	2,64	126,00	1,94	0	0	0,76	0	0,04	0	0,40
202/203	1/180	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,015
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,3
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			24,69	6,74	81,13	514,75	75,18	80,84	303,88	4,08	0,27	0,32	1,76	17,775

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,3
330	30/20	Бутерброд с икрой кабачковой	4,8	2,8	82,5	350	9	0	41	0,6	0	0,07	0,57	0
Итого			31,89	9,54	193,13	1057,75	97,58	105,34	408,38	5,33	0,31	0,45	2,79	24,575

День 8

№ реу	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
114	1\205	Каша молочная манная	6,98	10,4	25	222,38	184	11,14	25,18	1,5	0	0,03	0	5,88
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итого		7,18	10,4	39	250,38	190	11,14	25,18	1,9	0	0,03	0	5,88

День 8

№ реу	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
14	1\60	Помидоры свежие	1,1	0,2	3,8	24	14	13,4	26	0,72	0	0,04	0,04	3
108-109	1\250\50	Суп картофельный с клецками	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,3	87,18	2,03	0,23	0	0	5,81
287	1\200\50	Капуста тушеная с птицей	23,38	21,25	44,61	451,25	56,38	59,38	249,13	2,74	60	0	0	0
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итого		31,77	26,73	94,24	803	121,86	132,58	382,31	5,99	60,23	0,1	0,5	15,61

День 8

№ реу	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	1\30	Вафли	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
	Итого		33,548	34,262	111,125	1043,963	139,0975	161,58	555,31	7,0313	60,23	0,1572	1,86	22,41

День 9								Минеральные вещества				Витамины			
№	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	
рек							161,62	24,14	137,98	0,51	3,06	0,09	0	0,91	
53	1/200,5	Суп молочный с макаронными изделиями	5,75	5,21	18,84	145,2	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0	
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40	
376	30/10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	538,88	1351,3	31,4905	3,26	1,178	8,31	133,576		
Итого			132,99	113,576	726,431	3502,435	1173,498	538,88	1351,3	31,4905	3,26	1,178	8,31	133,576	

День 9								Минеральные вещества				Витамины			
№	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	
рек							20	14	42	0,6	0	0,03	0,03	10	
76	1/60	Огурец свежий	0,8	0,1	2,6	14	19,7	0,3	0,5	0,58	0,02	0,05	0,015	0,5	
113/114	1/250	Суп-лапша	2,21	5,06	11,92	120,25	1,42	6,8	121	4,5	0	0,02	0	1,2	
302	1/180	Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом	6,6	7,2	41,2	227,3	46	12,3	1,6	0,4	0,01	0,02	0	0,5	
234	1/90	Котлета рыбная	11,5	8,8	12	102	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8	
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0	
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	100,52	57,9	228,6	6,73	0,07	0,18	0,505	19	
Итого			23,51	21,16	97,22	656,55	100,52	57,9	228,6	6,73	0,07	0,18	0,505	19	

День 9								Минеральные вещества				Витамины			
№	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C	
рек							7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8	
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0	
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	9	0	41	0,6	0	0,07	0,57	0	
330	1/40	Яйцо вареное	4,8	2,8	82,5	350	122,92	82,4	333,1	7,98	0,11	0,31	1,535	25,8	
Итого			30,71	23,96	209,22	1199,55	122,92	82,4	333,1	7,98	0,11	0,31	1,535	25,8	

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
94	200/5	каша гречневая молочная	8,79	8,563	37,233	251,841	284	7,78	24,01	2,732	0,00	0,251	0,14	2,998
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30/10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			10,768	16,095	51,618	392,8035	300,2375	28,78	177,01	4,1733	0	0,2982	1,44	2,998

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1/60	Икра из кабачков, т/о	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,85
82	1/250/10	Борш с капустой на мясом бульоне со сметаной	1,81	4,91	125,25	102,5	44,38	26,25	53,23	1,19	0	0,05	0,01	10,29
259	1/250	Жаркое по домашнему	27,53	7,47	21,95	265	31,1	65,7	3,37	4,03	0	0	0	8,71
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			32,99	17,86	185,4	649,58	120,23	126,06	120,1	6,27	0,04	0,11	0,47	37,69

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	1/30	Печенье сахарное	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			35,368	25,392	202,285	890,5425	137,4675	155,06	293,1	7,4613	0,08	0,1672	1,83	44,49

Примерное меню - обед (зима-весна)

День 1 **Возрастная категория: с 7 до 11 лет и от 11 лет и старше**

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
473	1\100\5	Оладьи с повидлом	5,75	5,21	18,84	145,2	161,62	24,14	137,98	0,51	3,06	0,09	0	0,91
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
Итого			5,95	5,21	32,84	173,2	167,62	24,14	137,98	0,91	3,06	0,09	0	0,91

День 1

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1\60	Икра из кабачков, т/о	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89
97	1\250\30	Суп картофельный с рыбой	7,12	4,57	19,2	150	22,87	32,24	113,24	1,1	0,02	0,014	1,82	19,44
302	1\180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	6,6	7,2	41,2	227,3	1,42	6,8	121	4,5	0	0,02	0	1,2
268	1\90	Биточки мясные (говядина)	7,85	6,51	7,89	123	9	15,06	74,7	0,77	0,01	0,04	0,07	0
Итого			22,82	23,76	76,99	589,38	64,64	63,71	308,94	6,77	0,03	0,074	1,89	32,53

День 1

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	30\10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			2,378	7,532	16,885	240,9625	17,2375	29	173	1,1913	0,04	0,0572	1,36	6,8

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
114	1\205	Каша молочная «ДРУЖБА»	6.98	10.4	25	222,38	184	11,14	25,18	1,5	0	0,03	0	5,88
376	30\10	Бутерброд с маслом	1.778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
Итого			8,958	17,932	39,385	363,3425	200,2375	32,14	178,18	2,9413	0	0,0772	1,3	5,88

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
136	1\60	Салат из свеклы т/о	1.8	0	10.5	117	48	16	31	1	0	0,06	0,05	49.8
87	1\250\10	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	1.75	4.89	8.49	84.78	34.66	17.8	38.1	0.64	0	0.05	0	14.77
203	1\180	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,015
246	1\90	Гуляш из отварной говядины	10,28	8,27	2,64	126,00	1,94	0	0	0,76	0	0,04	0	0,40
388	1\200	Кисель ягодный	0,4	0	32	124	8,84	4,86	5,94	1,21	0	0,01	0,01	8,91
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			21,83	4,97	94,99	545,78	103,6	76,16	271,54	4,15	0	0,23	1,76	73,495

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	30\10	Печенье сахарное	7,5	11,8	74,4	436	300	21	0	1,0413	100	0,3	7	20
Итого			8,1	11,8	90,9	564	307	29	20	1,1913	100,04	0,31	7,06	26,8

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
94	2005	каша гречневая молочная	8,79	8,563	37,233	251,841	284	7,78	24,01	2,732	0,00	0,251	0,14	2,998
295	1200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
	240	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			10,79	8,563	64,233	344,841	296,4	24,28	67,51	3,132	0	0,301	0,54	2,998

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	160	Икра из кабачков, т/о	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89
103	1250	Суп картофельный с макаронными изделиями	1,94	3,48	12,62	90	11,06	6,78	24,56	0,41	0,02	0,03	0,02	1,51
139	1180	Капуста тушеная	1,88	1,93	5,9	46,31	43,31	15,35	31,15	0,59	0	0	0	40,3
234	1190	Котлета рыбная	11,5	8,8	12	102	46	12,3	1,6	0,4	0,01	0,02	0	0,5
349	1200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	240	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			18,37	19,69	68,72	520,39	145,12	68,54	120,81	1,4	0,03	0,11	0,48	61

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
330	130	Пирожок	4,8	2,8	82,5	350	9	0	41	0,6	0	0,07	0,57	0
Итого			5,4	2,8	99	478	16	8	61	0,75	0,04	0,08	0,63	6,8

День 4

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
31	1/2005	Каша пшениная молочная	5,07	7,8	19,4	168,7	9	7,78	24,01	0,5	0,00	0,07	0	0,67
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30/10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			7,048	15,332	33,785	309,6625	25,2375	28,78	177,01	1,9413	0	0,1172	1,3	0,67

День 4

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1/60	Икра из кабачков т/о	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89
96	1/250/10	Рассольник ленинградский на курином бульоне	3,3	6,8	22,6	113,3	23,5	12,3	0	1,3	0	0,1	0	8,3
291	1/280	Плов из курицы	15,6	20,3	43	301,5	38,3	18	78,6	0,9	0	0,05	1,6	9,1
342	1/200	Компот из свежих яблок	1	0	22	112	8,84	4,86	5,94	1,21	0	0,01	0,01	8,91
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			22,95	32,58	109,3	680,88	108,39	61,27	128,04	4,31	0	0,21	2,01	38,2

День 4

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
343	1/200	Компот из сухофруктов	1	0	18	107	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
376	30/10	Бутерброд с икрой кабачковой	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			2,778	7,532	18,385	219,9625	24,2375	25	157	2,0413	0	0,0672	1,4	68

14

День 5

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
53	1/2005	Суп молочный с макаронными изделиями	5,75	5,21	18,84	145,2	161,62	24,14	137,98	0,51	3,06	0,09	0	0,91
295	1/200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			7,75	5,21	45,84	238,2	174,02	40,64	181,48	1,41	3,06	0,14	0,4	0,91

День 5

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
76	1/60	Огурец консервированный	0,8	0,1	2,6	14	20	14	42	0,6	0	0,03	0,03	10
101	1/250	Суп картофельный с крупой (пшено)	2,18	2,84	14,29	91,5	24	26,65	67,7	0,96	0	0,11	0,0	8,25
285	1/180	Гороховое пюре	16,38	18,47	16,5	250,6	17,9	0	153,11	0	0	0	2,05	0,68
261	1/90	Печеночная котлета	11,43	15,75	2,51	197	32,87	13,51	224,73	5,5	2,4	0,19	19,98	4,11
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			33,19	37,16	65,4	746,1	108,17	78,66	551,04	7,71	2,44	0,39	22,52	29,84

День 5

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	1/30	Вафли	7,5	11,8	74,4	436	300	21	0	1,0413	100	0,3	7	20
Итого			8,1	11,8	90,9	564	307	29	20	1,1913	100,04	0,31	7,06	26,8

День 6

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
56	1\110	Омлет натуральный	4,71	5,44	1,92	75	20	14	42	0,8	0	0,02	0	0,13
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0	0
Итого			6,71	5,44	28,92	168	32,4	30,5	85,5	1,7	0	0,07	0	0,13

День 6

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1\60	Икра из кабачков. т/о	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89
82	1\250\10	Борщ с капустой на мясом бульоне со сметаной	1,81	4,91	125,25	102,5	44,38	26,25	53,23	1,19	0	0,05	0,01	10,28
302	1\180	Каша гречневая рассыпчатая	6,6	7,2	41,2	227,3	1,42	6,8	121	4,5	0	0,02	0	1,2
279	1\90	Тефтели мясные	11,78	12,91	14,9	223	57,8	28,4	141,4	1,27	51	0,07	0,00	1,13
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0	0
Итого			23,84	30,5	219,55	834,88	148,35	95,56	379,13	8,01	51,04	0,2	0,07	31,31

День 6

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8
376	20\10	Бутерброт с повидлой	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			2,378	7,532	16,885	240,9625	17,2375	29	173	1,1913	0,04	0,0572	1,36	0,8

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
390	1\200\5	Каша рисовая молочная	6,24	6.1	19.7	158.64	192,17	23,52	156.05	0.3	36,72	0.08	0	1.09
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0.00	0	0	0
	2\40	Хлеб пшеничный	1.8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0.05	0,4	1.09
Итого			8,24	6,1	46,7	251,64	204,57	40,02	199,55	1,2	36,72	0,13	0,4	1,09

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
136	1\60	Салат из свеклы т/о	1,8	0	10,5	117	48	16	31	1	0	0,06	0,05	49,8
94	1\250	Суп картофельный с фрикадельками	5,31	4,56	18,62	139	25,38	16,9	43,24	0,94	0,02	4,07	0,04	16,01
287	1\200\50	Капуста тушеная	23,38	21,25	44,61	451,25	56,38	59,38	249,13	2,74	60	0	0	0
243	1\90	Сосиска отварная	8,32	16	16,96	179,2	12,2	16	127,2	1,44	0	0,03	0	0
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			41,21	41,81	120,19	1079,45	155,36	132,78	514,07	6,77	60,06	4,22	0,55	72,61

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
204	1\40	Яйцо вареное	4,8	2,8	82,5	350	9	0	41	0,6	0	0,07	0,57	0
Итого			7,2	2,8	112	543	22,4	24,5	104,5	1,25	0,04	0,13	1,03	6,8

День 8

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
31	1\2005	Каша манная молочная	5,07	7,8	19,4	168,7	9	7,78	24,01	0,5	0,00	0,07	0	0,67
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30\10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			5,27	7,8	33,4	196,7	15	7,78	24,01	0,9	0	0,07	0	0,67

День 8

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
	1\60	Огурец консервированный	0,78	0,1	1,6	13	23	14	24	0,6	0	0	0,2	5
94	1\250	Суп картофельный с бобовыми	5,31	4,56	18,62	139	25,38	16,9	43,24	0,94	0,02	4,07	0,04	16,01
202	1\180	Вермишель отварная с маслом	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,15
229	1\90	Рыба тушеная с овощами	13,87	14,85	6,53	240	52,11	59,71	238,46	0,96	0,01	0,1	0	3,35
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			28,16	19,59	87,25	740	119,59	136,11	522,2	3,95	0,07	4,29	2	31,31

День 8

№ реп	Выход	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8
376	1\30	Печенье сахарное	7,5	11,8	74,4	436	300	21	0	1,0413	100	0,3	7	20
Итого			36,26	31,39	178,15	1304	426,59	165,11	542,2	5,1413	100,11	4,6	9,06	58,11

День 9

№ рей	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
53	1\2005	Суп молочный с макаронными изделиями	5,75	5,21	18,84	145,2	161,62	24,14	137,98	0,51	3,06	0,09	0	0,91
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30\10	Бутерброт с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			7,728	12,742	33,225	286,1625	177,8575	45,14	290,98	1,9513	3,06	0,1372	1,3	0,91

День 9

№ рей	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1\60	Икра из кабачков, т/о	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,88
88	1\250	Щи с капустой и картофелем на курином бульоне	1,75	4,89	8,49	84,78	34,66	17,8	38,1	0,64	0	0,05	0	14,77
304	1\180	Каша рисовая рассыпчатая	3,65	12,83	34,35	271	32,74	28,67	82,28	0,77	0,03	0,03	0,01	0
290	1\90	Куры тушеные в сметане	24,45	9,44	0,9	187	25,01	220,27	24,74	1,89	0,12	0,94	0,16	0,44
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			33,5	32,64	81,94	824,86	137,16	300,85	208,62	4,35	0,19	1,08	0,63	33,9

День 9

№ рей	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	0,8
330	1\30	Пряник	4,8	2,8	82,5	350	9	0	41	0,6	0	0,07	0,57	0
Итого			38,9	35,44	180,94	1302,86	153,16	308,85	269,62	5,1	0,23	1,16	1,26	40,7

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
94	200\5	каша гречневая молочная	8,79	8,563	37,233	251,841	284	7,78	24,01	2,732	0,00	0,251	0,14	2,998
295	1\200	Чай с сахаром	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0,00	0	0	0
376	30\10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			10,768	16,095	51,618	392,8035	300,2375	28,78	177,01	4,1733	0	0,2982	1,44	2,998

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
10	1\60	Горошек консервированный т/о	0,93	1,65	2	26,13	67,03	0,06	0,03	0,21	0,03	0,03	0,15	3,4
106/107	1\250\25	Суп картофельный с (рисом) на мясном бульоне	10,14	3,99	13,02	139,8	82,3	53,08	0	1,46	0	0,02	0,6	9,16
143	1\180	Рагу овощное с птицей	2,4	4,4	10,3	178	42	32	90	1,2	0	0,15	1,6	2,5
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2\40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Итого			15,87	10,04	54,82	536,93	204,73	109,64	153,53	3,52	0,07	0,26	2,81	21,86

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
349	1\200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
376	30\10	Бутерброд с маслом	1,778	7,532	0,385	112,9625	10,2375	21	153	1,0413	0	0,0472	1,3	0,40
Итого			18,248	17,572	71,705	777,8925	221,9675	138,64	326,53	4,7113	0,11	0,3172	4,17	28,66



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY
1100 EAST 58TH STREET
CHICAGO, ILL. 60637
TEL: 773-936-3000

Прошито, скреплено печатью

20 (двадцать)

страниц(ы)

Директор

МОУ ВМР «СОШ с. Верхняя Чернавка
Вольского района Саратовской области»

О.И.Козлова

