



Примерное

двухсельное завтраков и обедов для питания

учащихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, учащихся, оба родителя или один из родителей которых являлись военнослужащими, лицами, проходящими службу в войсках национальной гвардии Российской Федерации и имеющими спецполитии, и погибли при выполнении задач в ходе специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики и Луганской Народной Республики, в муниципальных общеобразовательных организациях

(рекомендуемая форма)

1 неделя

День 1

Завтрак

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		P		Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	150/5	2.32	2.32	6.20	6.20	24.49	24.49	323.60	323.60	0.00	0.00	0.02	0.02	0.02	0.02	0.00	0.00	16.40	16.40	50.60	50.60	16.40	16.40	0.34	0.34	4.50
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			3.87	3.87	6.72	6.72	48.74	48.74	429.00	429.00	0.02	0.02	0.04	0.04	0.02	0.02	20.00	20.00	23.63	23.63	58.14	58.14	27.72	27.72	1.35	1.35	13.21

Обед

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		P		Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Икра кабачковая	25	25	0.75	0.75	2.55	2.55	4.45	4.45	9.25	9.25	8.12	8.12	0.01	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	9.35	9.35	6.91	6.91	3.79	3.79	0.13	0.13	2.85
Суп вермишелевый с зеленью	200/1	250/1	2.39	2.99	4.95	5.85	15.15	20.17	96.00	120.00	6.03	7.54	0.08	0.10	0.05	0.06	0.00	0.00	52.90	66.13	57.56	71.95	20.72	25.90	0.78	0.98	387.60
Мясо тушенное с овощами	50/40	50/40	12.24	12.24	4.72	4.72	3.12	3.12	105.60	105.60	0.40	0.40	0.03	0.03	0.07	0.07	10.67	10.67	19.47	19.47	121.00	121.00	196.67	#####	0.77	0.77	1.69
Макаронные отварные	150	150	14.80	14.80	14.80	14.80	27.20	27.20	195.60	195.60	0.51	0.51	0.07	0.07	0.07	0.07	30.00	30.00	19.37	19.37	206.24	206.24	47.86	47.86	1.66	1.66	306.57
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			32.88	33.48	27.48	28.38	77.17	82.19	536.60	560.60	15.08	16.59	0.22	0.24	0.20	0.21	40.67	40.67	#####	127.23	416.17	430.56	290.34	#####	5.13	5.33	707.42
<b>Итого за день:</b>			36.75	37.35	34.20	35.10	125.91	130.93	965.60	989.60	15.10	16.61	0.26	0.28	0.22	0.23	60.67	60.67	#####	150.86	474.31	488.70	318.06	#####	6.48	6.68	720.63

День 2

Завтрак

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша манная молочная с маслом	150/5	150/5	4.20	4.20	7.80	7.80	19.80	19.80	295.00	295.00	0.00	0.00	0.11	0.11	0.03	0.03	20.00	20.00	18.90	18.90	108.70	108.70	42.10	42.10	1.16	1.16	76.50
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			5.75	5.75	8.32	8.32	44.05	44.05	400.40	400.40	0.02	0.02	0.13	0.13	0.03	0.03	20.00	20.00	26.13	26.13	116.24	116.24	53.42	53.42	2.17	2.17	85.21

Обед

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Салат из свежей капусты	25	25	0.60	0.60	1.04	1.04	1.25	1.25	24.00	24.00	2.20	2.20	0.02	0.02	0.01	0.01	0.00	0.00	4.29	4.29	11.99	11.99	4.16	4.16	0.14	0.14	20.41
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	200/10/1	250/10/1	1.59	1.99	5.51	6.55	10.55	13.17	108.00	135.00	8.23	8.23	0.04	0.04	0.03	0.03	0.00	0.00	35.50	35.50	42.58	42.58	21.00	21.00	0.95	0.95	305.32
Котлета рубленая из птицы с соусом	60/30	60/30	10.34	10.34	8.67	8.67	12.46	12.46	170.70	170.70	0.00	0.00	0.04	0.04	4.81	4.81	7.00	7.00	8.40	8.40	84.70	84.70	16.90	16.90	1.00	1.00	218.88
Картофельное пюре	150	150	3.75	3.75	6.15	6.15	38.55	38.55	130.80	130.80	0.00	0.00	0.03	0.03	0.02	0.02	20.25	20.25	1.37	1.37	60.95	60.95	16.34	16.34	0.53	0.53	40.58
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			18.98	19.38	21.83	22.87	90.06	92.68	563.65	590.65	10.45	10.45	0.16	0.16	4.87	4.87	27.25	27.25	62.47	62.47	224.68	224.68	79.70	79.70	4.41	4.41	593.90
<b>Итого за день:</b>			24.73	25.13	30.15	31.19	134.11	136.73	964.05	991.05	10.47	10.47	0.29	0.29	4.90	4.90	47.25	47.25	88.60	88.60	340.92	340.92	133.12	133.12	6.58	6.58	679.11

День 3

Завтрак

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг								
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/5	150/5	3.72	3.72	6.36	6.36	23.56	23.56	323.50	323.50	0.00	0.00	0.03	0.03	0.02	0.02	20.00	20.00	8.40	8.40	29.40	29.40	5.90	5.90	0.34	0.34	43.90
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			5.27	5.27	6.88	6.88	47.81	47.81	428.90	428.90	0.02	0.02	0.05	0.05	0.02	0.02	20.00	20.00	15.63	15.63	36.94	36.94	17.22	17.22	1.35	1.35	52.61

Обед

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг								
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Горошек консервированный	25	25	0.68	0.68	1.13	1.13	13.35	13.35	7.40	7.40	4.17	4.17	0.02	0.02	0.02	0.02	0.00	0.00	17.46	17.46	21.18	21.18	10.08	10.08	0.45	0.45	105.35
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/10/1	250/10/1	2.32	2.90	2.00	2.50	16.80	21.00	84.80	106.00	6.60	6.60	0.02	0.02	0.05	0.05	0.02	0.02	9.60	9.60	22.80	22.80	15.97	15.97	0.64	0.64	385.00
Плов из птицы	200	200	63.04	63.04	25.62	25.62	81.27	81.27	313.25	313.25	0.00	0.00	0.05	0.05	0.00	0.00	0.00	0.00	7.11	7.11	100.13	100.13	11.86	11.86	1.47	1.47	0.00
Компот из свежих яблок	200	200	0.20	0.20	0.00	0.00	35.80	35.80	142.00	142.00	3.20	3.20	0.06	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00	14.22	14.22	2.14	2.14	4.14	4.14	0.48	0.48	0.00
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			68.74	69.32	29.21	29.71	159.47	163.67	619.60	640.80	13.97	13.97	0.18	0.18	0.07	0.07	0.02	0.02	60.01	60.01	169.11	169.11	62.47	62.47	4.62	4.62	490.35
<b>Итого за день:</b>			74.01	74.59	36.09	36.59	207.28	211.48	1048.50	1069.70	13.99	13.99	0.23	0.23	0.09	0.09	20.02	20.02	75.64	75.64	206.05	206.05	79.69	79.69	5.97	5.97	542.96

День 4  
Завтрак

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		7-11 лет
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная пшениная с маслом сливочным	150/5	150/5	4.49	4.49	7.13	7.13	26.64	26.64	186.00	186.00	0.00	0.00	0.16	0.16	0.11	0.11	20.00	20.00	11.80	11.80	87.20	87.20	30.50	30.50	1.01	1.01	78.70
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			6.04	6.04	7.65	7.65	50.89	50.89	291.40	291.40	0.02	0.02	0.18	0.18	0.11	0.11	20.00	20.00	19.03	19.03	94.74	94.74	41.82	41.82	2.02	2.02	87.41

Обед

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		7-11 лет
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Салат из свеклы с маслом	25	25	0.71	0.71	3.04	3.04	4.18	4.18	26.50	26.50	4.75	4.75	0.01	0.01	0.02	0.02	0.00	0.00	17.58	17.58	20.49	20.49	10.45	10.45	0.67	0.67	136.80
Суп картофельный с горохом и зеленью	200/1	250/1	6.08	7.60	4.56	5.70	16.00	20.00	133.60	167.00	26.65	33.31	0.18	0.23	0.06	0.08	0.00	0.00	30.46	38.08	69.74	87.18	28.24	35.30	1.62	2.03	378.18
Рыба тушеная в томате с овощами	60/30	60/30	9.54	9.54	4.59	4.59	5.04	5.04	100.80	100.80	1.88	1.88	0.06	0.06	0.05	0.05	4.54	4.54	25.20	25.20	133.05	13,05	25.95	25.95	0.51	0.51	229.65
Картофельное пюре	150	150	3.15	3.15	6.75	6.75	21.90	21.90	130.80	130.80	18.15	18.15	0.14	0.14	0.11	0.11	25.50	25.50	36.98	36.98	86.60	86.60	27.75	27.75	1.01	1.01	648.45
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			22.18	23.70	19.40	20.54	74.37	78.37	521.85	555.25	51.45	58.11	0.42	0.47	0.24	0.26	30.04	30.04	#####	130.75	334.34	218.73	113.69	#####	5.60	6.01	#####
<b>Итого за день:</b>			28.22	29.74	27.05	28.19	125.26	129.26	813.25	846.65	51.47	58.13	0.60	0.65	0.35	0.37	50.04	50.04	#####	149.78	429.08	313.47	155.51	#####	7.62	8.03	#####

День 5

Завтрак

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг								
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная рисовая с	150/5	150/5	2.32	2.32	6.20	6.20	24.49	24.49	323.60	323.60	0.00	0.00	0.02	0.02	0.02	0.02	20.00	20.00	16.40	16.40	50.60	50.60	16.40	16.40	0.34	0.34	4.50
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			3.87	3.87	6.72	6.72	48.74	48.74	429.00	429.00	0.02	0.02	0.04	0.04	0.02	0.02	20.00	20.00	23.63	23.63	58.14	58.14	27.72	27.72	1.35	1.35	13.21

Обед

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше			
Винегрет	25	25	0.20	0.20	0.03	0.03	1.08	1.08	31.00	31.00	0.84	0.84	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.50	1.50	4.80	4.80	7.20	7.20	3.90	3.90	0.09	0.09	44.10
Суп картофельный с горохом и зелено	200/1	250/1	6.08	7.60	4.56	5.70	16.00	20.00	133.60	167.00	26.65	33.31	0.18	0.23	0.06	0.08	0.00	0.00	30.46	38.08	69.74	87.18	28.24	35.30	1.62	2.03	378.18		
Макаронны отварные	150	150	14.80	14.80	14.80	14.80	27.20	27.20	195.60	195.60	0.51	0.51	0.07	0.07	0.07	0.07	30.00	30.00	19.37	19.37	206.24	206.24	47.86	47.86	1.66	1.66	306.57		
Биточки из филе цыпленка	60/30	60/30	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	100.02	100.02	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71		
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00		
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71		
<b>Итого:</b>			23.78	25.30	19.85	20.99	71.53	75.53	532.37	565.77	28.02	34.68	0.28	0.33	0.13	0.15	31.50	31.50	67.54	75.16	307.64	325.08	101.30	101.30	#####	5.16	5.57	737.56	
<b>Итого за день:</b>			27.65	29.17	26.57	27.71	120.27	124.27	961.37	994.77	28.04	34.70	0.32	0.37	0.15	0.17	51.50	51.50	91.17	98.79	365.78	383.22	129.02	129.02	#####	6.51	6.92	750.77	

2 недели

День 1

Завтрак

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводыг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг								
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Макароны запечённые с сыром	155	155	5.30	5.30	13.30	13.30	36.10	36.10	307.00	307.00	10.40	10.40	0.20	0.20	0.03	0.03	35.60	35.60	38.00	38.00	87.70	87.70	29.80	29.80	1.20	1.20	76.50
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			6.85	6.85	13.82	13.82	60.35	60.35	412.40	412.40	10.42	10.42	0.22	0.22	0.03	0.03	35.60	35.60	45.23	45.23	95.24	95.24	41.12	41.12	2.21	2.21	85.21

Обед

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводыг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше
Салат из свежей капусты	25	25	0.60	0.60	1.04	1.04	1.25	1.25	24.00	24.00	2.20	2.20	0.02	0.02	0.01	0.01	0.00	0.00	4.29	4.29	11.99	11.99	4.16	4.16	0.14	0.14	20.41		
Суп картофельный с пшеном с зеленью	200/1	250/1	2.32	2.90	2.00	2.50	16.80	21.00	96.00	120.00	6.60	6.60	0.02	0.02	0.05	0.05	0.02	0.02	9.60	9.60	22.80	22.80	15.97	15.97	0.64	0.64	385.00		
Печень по-строгановски	50/40	40/40	9.64	9.64	7.80	7.80	1.80	1.80	116.40	116.40	0.01	0.01	0.03	0.03	0.07	0.07	24.00	24.00	30.67	30.67	74.78	74.78	11.40	11.40	0.91	0.91	30.68		
Каша гречневая рассыпчатая	150	150	5.25	5.25	6.15	6.15	35.25	35.25	242.40	242.40	0.00	0.00	0.98	0.98	0.06	0.06	21.00	21.00	4.86	4.86	37.17	37.17	21.15	21.15	1.11	1.11	30.35		
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71		
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00		
<b>Итого:</b>			20.52	21.10	17.45	17.95	82.36	86.56	608.95	632.95	8.83	8.83	1.08	1.08	0.19	0.19	45.02	45.02	62.33	62.33	171.20	171.20	73.98	73.98	4.59	4.59	475.15		
<b>Итого за день:</b>			27.37	27.95	31.27	31.77	142.71	146.91	1021.35	1045.35	19.25	19.25	1.30	1.30	0.22	0.22	80.62	80.62	####	####	107.56	107.56	115.10	115.10	####	####	6.80	6.80	560.36

День 2

Завтрак

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводг		Энцп.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150/5	150/5	4.49	4.49	7.13	7.13	26.64	26.64	186.00	186.00	0.00	0.00	0.16	0.16	0.11	0.11	20.00	20.00	11.80	11.80	87.20	87.20	30.50	30.50	1.01	1.01	78.70
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			<b>6.04</b>	<b>6.04</b>	<b>7.65</b>	<b>7.65</b>	<b>50.89</b>	<b>50.89</b>	<b>291.40</b>	<b>291.40</b>	<b>0.02</b>	<b>0.02</b>	<b>0.18</b>	<b>0.18</b>	<b>0.11</b>	<b>0.11</b>	<b>20.00</b>	<b>20.00</b>	<b>19.03</b>	<b>19.03</b>	<b>94.74</b>	<b>94.74</b>	<b>41.82</b>	<b>41.82</b>	<b>2.02</b>	<b>2.02</b>	<b>87.41</b>

Обед

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углеводг		Энцп.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Горошек консервированный	25	25	0.68	0.68	1.13	1.13	13.35	13.35	7.40	7.40	4.17	4.17	0.02	0.02	0.02	0.02	0.00	0.00	17.46	17.46	21.18	21.18	10.08	10.08	0.45	0.45	105.35
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/10/1	250/10/1	1.59	1.99	5.51	6.55	10.55	13.17	84.80	106.00	8.23	8.23	0.04	0.04	0.03	0.03	0.00	0.00	35.50	35.50	42.58	42.58	21.00	21.00	0.95	0.95	305.32
Котлета рубленая с соусом	60/30	60/30	8.99	8.99	9.12	9.12	11.36	11.36	182.74	182.74	0.00	0.00	0.26	0.26	0.06	0.06	15.00	15.00	10.20	10.20	66.48	66.48	14.40	14.40	0.98	0.98	97.00
Картофельное пюре	150	150	8.70	8.70	7.80	7.80	42.60	42.60	279.00	279.00	0.00	0.00	0.25	0.25	0.12	0.12	15.00	15.00	15.68	15.68	209.78	209.78	140.03	#####	4.80	4.80	267.00
Компот из сухофруктов	200	200	0.60	0.60	0.00	0.00	31.40	31.40	124.00	124.00	20.00	20.00	0.08	0.08	0.00	0.00	0.00	0.00	16.00	16.00	56.00	56.00	84.00	84.00	1.20	1.20	0.00
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			<b>23.06</b>	<b>23.46</b>	<b>24.02</b>	<b>25.06</b>	<b>121.51</b>	<b>124.13</b>	<b>750.09</b>	<b>771.29</b>	<b>32.40</b>	<b>32.40</b>	<b>0.68</b>	<b>0.68</b>	<b>0.23</b>	<b>0.23</b>	<b>30.00</b>	<b>30.00</b>	<b>#####</b>	<b>106.46</b>	<b>418.88</b>	<b>418.88</b>	<b>289.93</b>	<b>#####</b>	<b>9.96</b>	<b>9.96</b>	<b>774.67</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>29.10</b>	<b>29.50</b>	<b>31.67</b>	<b>32.71</b>	<b>172.40</b>	<b>175.02</b>	<b>1041.49</b>	<b>1062.69</b>	<b>32.42</b>	<b>32.42</b>	<b>0.86</b>	<b>0.86</b>	<b>0.34</b>	<b>0.34</b>	<b>50.00</b>	<b>50.00</b>	<b>#####</b>	<b>125.49</b>	<b>513.62</b>	<b>513.62</b>	<b>331.75</b>	<b>#####</b>	<b>#####</b>	<b>11.98</b>	<b>862.08</b>

День 3

Завтрак

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		7-11 лет
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/5	150/5	3.72	3.72	6.36	6.36	23.56	23.56	323.50	323.50	0.00	0.00	0.03	0.03	0.02	0.02	20.00	20.00	8.40	8.40	29.40	29.40	5.90	5.90	0.34	0.34	43.90
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			5.27	5.27	6.88	6.88	47.81	47.81	428.90	428.90	0.02	0.02	0.05	0.05	0.02	0.02	20.00	20.00	15.63	15.63	36.94	36.94	17.22	17.22	1.35	1.35	52.61

Обед

Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		7-11 лет
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Винегрет	25	25	0.20	0.20	0.03	0.03	1.08	1.08	31.00	31.00	0.84	0.84	0.00	0.00	0.00	0.00	1.50	1.50	4.80	4.80	7.20	7.20	3.90	3.90	0.09	0.09	44.10
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	200/10/1	250/10/1	1.44	1.80	4.16	5.20	13.20	16.50	108.00	135.00	24.76	30.95	0.02	0.03	0.00	0.00	1.68	2.10	26.08	32.60	242.78	303.48	16.80	21.00	0.58	0.73	0.00
Макаронь отварные	150	150	14.80	14.80	14.80	14.80	27.20	27.20	195.60	195.60	0.51	0.51	0.07	0.07	0.07	0.07	30.00	30.00	19.37	19.37	206.24	206.24	47.86	47.86	1.66	1.66	306.57
Цыпленка отварные, соус красный основной	60/30	60/30	8.34	8.34	3.90	3.90	2.40	2.40	217.77	217.77	0.05	0.05	0.37	0.37	11.83	98.95	21.11	2.21	0.00	0.00	0.06	0.06	0.88	0.37	0.37	11.83	267.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			27.48	27.84	23.35	24.39	71.13	74.43	682.52	709.52	26.18	32.37	0.49	0.50	11.90	99.02	54.29	35.81	63.16	69.68	480.74	541.44	90.74	94.43	4.49	16.10	626.38
<b>Итого за день:</b>			32.75	33.11	30.23	31.27	118.94	122.24	1111.42	1138.42	26.20	32.39	0.54	0.55	11.92	99.04	74.29	55.81	78.79	85.31	517.68	578.38	107.96	107.96	5.84	17.45	678.99



День 4

Завтрак

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углевоыг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная манная с маслом сливочным	150/5	150/5	3.72	3.72	6.36	6.36	23.56	23.56	172.05	172.05	0.00	0.00	0.03	0.03	0.02	0.02	20.00	20.00	8.40	8.40	29.40	29.40	5.90	5.90	0.34	0.34	43.90
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			5.27	5.27	6.88	6.88	47.81	47.81	277.45	277.45	0.02	0.02	0.05	0.05	0.02	0.02	20.00	20.00	15.63	15.63	36.94	36.94	17.22	17.22	1.35	1.35	52.61

Обед

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углевоыг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Салат из свеклы с маслом	25	25	0.71	0.71	3.04	3.04	4.18	4.18	26.50	26.50	4.75	4.75	0.01	0.01	0.02	0.02	0.00	0.00	17.58	17.58	20.49	20.49	10.45	10.45	0.67	0.67	136.80
Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/10/1	250/10/1	1.59	1.99	4.79	5.65	8.07	10.07	78.00	88.00	14.72	18.40	0.05	0.06	0.04	0.05	0.00	0.00	34.66	43.33	38.10	47.63	17.80	22.25	0.64	0.80	303.74
Жаркое по-домашнему	200	200	17.80	17.80	9.80	9.80	21.60	21.60	218.75	218.75	8.54	8.54	0.20	0.20	0.30	0.30	18.83	18.83	28.23	28.23	304.47	304.47	59.06	59.06	3.60	3.60	#####
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			22.80	23.20	18.09	18.95	61.10	63.10	453.40	463.40	28.03	31.71	0.29	0.30	0.36	0.37	18.83	18.83	93.38	102.05	387.52	397.05	108.61	#####	6.70	6.86	#####
<b>Итого за день:</b>			28.07	28.47	24.97	25.83	108.91	110.91	730.85	740.85	28.05	31.73	0.34	0.35	0.38	0.39	38.83	38.83	#####	117.68	424.46	433.99	125.83	#####	8.05	8.21	#####

День 5

Завтрак

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углевоыг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше			
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150/5	150/5	4.49	4.49	7.13	7.13	26.64	26.64	186.00	186.00	0.00	0.00	0.16	0.16	0.11	0.11	20.00	20.00	11.80	11.80	87.20	87.20	30.50	30.50	1.01	1.01	78.70
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1.35	1.35	0.52	0.52	9.25	9.25	47.40	47.40	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	5.94	5.94	5.94	5.94	10.44	10.44	0.80	0.80	0.00
Чай с сахаром	200/15	200/15	0.20	0.20	0.00	0.00	15.00	15.00	58.00	58.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.29	1.29	1.60	1.60	0.88	0.88	0.21	0.21	8.71
<b>Итого:</b>			6.04	6.04	7.65	7.65	50.89	50.89	291.40	291.40	0.02	0.02	0.18	0.18	0.11	0.11	20.00	20.00	19.03	19.03	94.74	94.74	41.82	41.82	2.02	2.02	87.41

Обед

Наименование продукта	Выходг		Белкиг		Жирыг		Углевоыг		Эн.цен.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		I
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше			
Салат из свежей капусты	25	25	0.60	0.60	1.04	1.04	1.25	1.25	24.00	24.00	2.20	2.20	0.02	0.02	0.01	0.01	0.00	0.00	4.29	4.29	11.99	11.99	4.16	4.16	0.14	0.14	20.41
Суп картофельный с горохом и зеленью	200/1	250/1	6.08	7.60	4.56	5.70	16.00	20.00	133.60	167.00	26.65	33.31	0.18	0.23	0.06	0.08	0.00	0.00	30.46	38.08	69.74	87.18	28.24	35.30	1.62	2.03	378.18
Тефтели в томатном соусе	60/30	60/30	8.99	8.99	9.12	9.12	11.36	11.36	202.10	202.10	0.00	0.00	0.26	0.26	0.06	0.06	15.00	15.00	10.20	10.20	66.48	66.48	14.40	14.40	0.98	0.98	97.00
Макаронные отварные	150	150	3.15	3.15	6.75	6.75	21.90	21.90	195.60	195.60	18.15	18.15	0.14	0.14	0.11	0.11	25.50	25.50	36.98	36.98	86.60	86.60	27.75	27.75	1.01	1.01	648.45
Компот из яблок	200	200	0.20	0.20	0.00	0.00	35.80	35.80	142.00	142.00	3.20	3.20	0.06	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00	14.22	14.22	2.14	2.14	4.14	4.14	0.48	0.48	0.00
Хлеб ржано-пшеничный	32.5	32.5	2.50	2.50	0.46	0.46	12.25	12.25	72.15	72.15	0.00	0.00	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	11.62	11.62	22.86	22.86	20.42	20.42	1.58	1.58	0.00
<b>Итого:</b>			21.52	23.04	21.93	23.07	98.56	102.56	769.45	802.85	50.20	56.86	0.69	0.74	0.24	0.26	40.50	40.50	#####	115.39	259.81	277.25	99.11	#####	5.81	6.22	#####
<b>Итого за день:</b>			27.56	29.08	29.58	30.72	149.45	153.45	1060.85	1094.25	50.22	56.88	0.87	0.92	0.35	0.37	60.50	60.50	#####	134.42	354.55	371.99	140.93	#####	7.83	8.24	#####

Р.С. 20

нальное звание

	№сб/пец
12 лет и старше	
4.50	302
0.00	б/н
8.71	685
13.21	

	№сб/пец
12 лет и старше	
2.85	43
484.50	132
1.69	433
306.57	492
8.71	685
0.00	б/н
804.32	
817.53	

	№сб/реш
12 лет и старше	
76.50	302
0.00	б/н
8.71	685
85.21	

	№сб/реш
12 лет и старше	
20.41	10 Турция
305.32	110
218.88	498
40.58	520
8.71	685
0.00	б/н
593.90	
679.11	

	№сб/пец
Σ	
12 лет и старше	
43.90	302
0.00	б/н
8.71	685
52.61	

	№сб/пец
Σ	
12 лет и старше	
105.35	
385.00	140
0.00	431
0.00	631
0.00	б/н
490.35	
542.96	

	№сб/реш
12 лет и старше	
78.70	302
0.00	б/н
8.71	685
87.41	

	№сб/реш
12 лет и старше	
136.80	1 Угтедь 33
472.73	139
229.65	374.00
648.45	520
8.71	685
0.00	б/н
#####	
#####	

	№сб/реш
Σ	
12 лет и старше	
4.50	302
0.00	б/н
8.71	685
13.21	

	№сб/реш
Σ	
12 лет и старше	
44.10	
472.73	139
306.57	492
8.71	685
0.00	б/н
8.71	685
832.11	
845.32	

	№сб/реш
12 лет и старше	
76.50	334
0.00	б/н
8.71	685
85.21	

	№сб/реш
12 лет и старше	
20.41	10 Турець
385.00	140
30.68	493
30.35	516
8.71	685
0.00	б/н
475.15	
560.36	

	№сб/реш
Σ	
12 лет и старше	
78.70	302
0.00	б/н
8.71	685
<b>87.41</b>	

	№сб/реш
Σ	
12 лет и старше	
105.35	
305.32	110
97.00	451
267.00	508
0.00	639
0.00	б/н
<b>774.67</b>	
<b>862.08</b>	



	№сб/реш
12 лет и старше	
43.90	302
0.00	б/н
8.71	685
52.61	

	№сб/реш
12 лет и старше	
44.10	
0.00	139
306.57	492
267.00	508
8.71	685
0.00	б/н
626.38	
678.99	

	№сб/рей
Σ	
12 лет и старше	
43.90	302
0.00	б/н
8.71	685
52.61	

	№сб/рей
Σ	
12 лет и старше	
136.80	Гуфель или 33
379.68	124
#####	436
8.71	685
0.00	б/н
#####	
#####	

	№сб/рей
Σ	
12 лет и старше	
78.70	302
0.00	б/н
8.71	685
87.41	

	№сб/рей
Σ	
12 лет и старше	
20.41	10 Тухель
472.73	139
97.00	462
648.45	520
0.00	631
0.00	б/н
#####	
#####	