

06.10.2025г

Согласовано: _____

Директор

Утверждено: _____

И.О. "Комбинат питания"

Петрова И.А.

Неделя: Третья

День: Понедельник

Вариант № 11

Примечания к рецептурам	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Группы веществ					Макроэлементы, мг					Витамины, мкг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аспарг (мкг)	C	E			
Завтрак 7-11 лет																			
161	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы, м/сл 200/5	205	60,17	216,93	6,34	1,15	36,39	205,8	0,35	13	60,10	0,10	0,1	0	13	1,01			
4	Сыр порционными	10	13,44	55,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0,2	2,54	3	0,04	0,01	40	1,67	0,1			
5	Яйцо вареное	50	12,60	52,84	5,00	1,2	0,78	22	1	4,8	76,8	0,05	0,18	135	0	0,24			
101	Какао с молоком	200	27,19	125,11	5,78	5,9	25	37,73	0,9	15,56	71,11	0,01	0,02	0	1,33	0			
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,60	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	11,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,25			
Итого расчетная стоимость				120,00															
Итого завтрак		515	120,00	587,5	19,23	15,75	85,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	13	2,5			
Завтрак 12-18 лет																			
161	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы, м/сл 250/5	255	62,62	204,28	6,9	1,07	48,27	219,2	0,71	16,1	87,18	0,71	0,71	45,9	15,22	1,7			
4	Сыр порционными	15	20,16	84,67	1,25	8,57	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,75	0,1			
5	Яйцо вареное	50	12,60	52,84	5,00	1,2	0,78	22	1	4,8	76,8	0,05	0,02	100	0	0,24			
101	Какао с молоком	200	27,19	125,11	5,78	5,9	25	37,73	0,9	15,56	71,11	0,02	0,02	0	1,33	0			
	Хлеб пшеничный йодированный	70	9,24	193,1	5,53	2,17	25,37	12,5	1,89	16,54	50,5	0,06	0,05	0	0	0,31			
Итого расчетная стоимость				193,81															
Итого завтрак		590	120	680	21,5	23	95,75	330	4,5	73	100	1,35	0,4	225	17,5	2,25			
Обед 7-11 лет																			
142	Салат Витаминный	60	24,34	6	0,1	0,06	0,9	12	0	2,7	16,2	0,07	0,07	0	1,5	0,47			
180	Свекольник, сметана 200/10	210	31,72	140,84	6,27	6,5	20,75	187,5	0,35	12,5	187,5	0,13	0,14	200	1,75	1			
15	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	56,2	108,5	0,29	0,1	45	0,25	1,8			
210	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,34	23,4	1,3	1,7	23,4	0,07	0,09	0	17,19	0,7			
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,64	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,12	5,5	17,4	0,07	0,06	0	0	0,26			
	Хлеб ржаной	30	4,51	69	1,85	0,13	9,72	6,9	0,11	7,3	31,8	0,04	0,05	0	0	0,27			
Итого расчетная стоимость				194,31															
Итого обед		720	190	822,5	25,95	27,55	117,35	383	4,3	87,5	385	0,42	0,48	245	21	3,5			
Обед 12-18 лет																			
142	Салат Витаминный	100	40,57	12	0,6	0,21	0,5	24	0	14,7	28	0,09	0,07	20	1,5	0,5			
180	Свекольник, сметана 250/10	260	32,58	201,87	6,26	10,38	26,24	178,3	2,22	1,85	185,3	0,15	0,23	250	6,04	1,75			
15	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	56,2	108,5	0,28	0,1	45	0,25	1,8			
210	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,34	23,4	1,3	1,7	23,4	0,07	0,09	0	16,4	0,7			
	Хлеб пшеничный йодированный	30	4,51	76,23	2,37	0,3	14,49	7,13	0,22	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,33			
	Хлеб ржаной	50	5,50	115	3,43	0,22	16,2	11,5	1,35	17,25	55	0,06	0,05	0	0	0,45			
Итого расчетная стоимость				215,36															
Итого обед		840	190	965	31,5	32,2	134,25	420	5,3	125	420	0,40	0,6	315	26,5	4,59			
Полдник 7-11 лет																			
215	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,8	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2			
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	1,8	36	0,6	7	45,3	0,02	0,02	35	4	0,16			
	Кефир столовый	30	25,00	113	5,4	7,5	24,7	38,5	0,1	10,1	52,1	0,07	0,05	5	0	0,04			
Итого полдник		355	120	235	7,7	7,5	31,5	110	1,3	25	110	0,12	0,14	70	5	1			
Полдник 12-18 лет																			
215	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,8	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2			
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	1,8	36	0,6	7	45,3	0,02	0,02	35	4	0,16			
	Кефир столовый	30	25,00	113	5,4	8,8	25,3	48,6	0,7	15,1	52,1	0,09	0,02	25	1	0,8			
Итого полдник		355	120,00	259	8	9,2	31,3	125	1,8	30	120	0,24	0,1	90	7	0,95			
Итого день 7-11 лет		1590	430	1645	53,3	55,5	234,5	772	8,4	175	770	1,81	0,98	190	42	7			
Итого день 12-18 лет		1785	430	1904	63	64,4	268,1	842	12,5	210	840	0,98	1,1	330	65	8,5			

в граммах

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 07.10.2025г

Согласовано:

директор

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Петрова И.А.

Наделя: Траты

Примечание № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Макроэлементы в сухом веществе			Витаминизация, мг				
					Белок	Жиры	Углеводы	С	А	В	Мg	Ca	Вит. А	Вит. В	Вит. С
Завтрак 7-11 лет															
301/201	Янги из птицы с рисом, сыром, соус сметанный 90/30	120	85,44	193,9	8,74	11,5	10,2	107,2	1,45	27	139,1	0,18	0,23	76,4	1,5
52	Макаронные изделия отварные, м/сл 150/5	195	22,33	214,7	6,03	7,73	63,5	82,1	0,5	16,5	87,3	0,07	0,1	58,6	0,27
98	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,55	2,4	4,9	0	0	0	12,85
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,60	116,9	3,95	0,5	18,75	21,3	0,55	18,5	43,5	0,06	0,06	0	0,26
Итого расчетная стоимость			120,30												
Итого завтрак		530	120	587,5	19,25	16,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,38	175	2,5
Завтрак 12-18 лет															
301/201	Янги из птицы с рисом, сыром, соус сметанный 100/20	120	87,79	252,57	7,67	12,17	10,75	62,2	1	22,3	121	0,09	0,11	128,1	3,65
52	Макаронные изделия отварные, м/сл 180/5	185	25,04	172,33	8,83	10,5	44,35	211,1	1,05	10,74	141,1	0,17	0,24	95,1	1,22
98	Чай с сахаром, лимоном, 200/5	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,55	2,4	4,9	0	0	0	12,85
	Хлеб пшеничный йодированный	70	9,24	193,1	3,55	2,15	25,67	12,5	1,85	28,54	60,5	0,06	0,06	0	0,51
Итого расчетная стоимость			127,00												
Итого завтрак		540	120	680	22,5	22	85,75	366	4,5	75	300	0,35	0,4	225	4,8
Обед 7-11 лет															
37	Салат картофельный с огурцами	60	19,56	50,9	1,39	3,84	5,51	24	0,32	0,7	10,3	0,01	0,01	45	3,5
40	Суп из овощей	200	13,1	101,3	3,1	3,3	11,3	179,6	0,4	15,5	125,8	0,05	0,07	54	4,5
61	Рыба тушеная в томате с овощами 90/30	120	95	242	15,5	10,67	51,55	145	1,05	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6
54	Рис припущенный, м/сл 150/5	155	34,8	197,74	3,95	5,15	31	41,5	2,6	17,4	67	0,1	0,1	51	1,7
115	Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,3	17,5	21,2	0,01	0,01	0	10,6
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	7,66	4,6	0,32	8,6	17,4	0,02	0,01	0	0,27
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,66	0,35	17,2	8,5	0,53	7,5	21,3	0,04	0,03	0	0,27
Итого расчетная стоимость			151												
Итого обед		785	190	822,5	16,85	27,65	117,35	389	4,2	87,3	385	0,42	0,48	145	3,9
Обед 12-18 лет															
37	Салат картофельный с огурцами	100	28,35	60,9	2,39	6,3	9,53	42	0,52	8,9	20,3	0,01	0,01	60	2,5
40	Суп из овощей	250	17,85	163,27	3,52	6,35	21,3	230,41	1,75	19,8	150,7	0,07	0,11	127	3,8
61	Рыба тушеная в томате с овощами 100/20	120	95,84	242	15,5	10,67	51,55	146	1,05	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6
54	Рис припущенный, м/сл 180/5	185	38,25	192,8	3,38	7,87	27,49	41,6	1,02	17,4	57	0,1	0,1	50	2
115	Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,3	17,5	21,2	0,01	0,01	0	10,6
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	75,23	1,67	0,4	14,45	7,15	0,55	9,9	21,1	0,03	0,03	0	0,29
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	2,45	0,55	16,3	11,5	1,05	17,35	55	0,06	0,05	0	0,25
Итого расчетная стоимость			217,81												
Итого обед		935	190	965	31,3	32,2	124,35	420	5,2	104,75	430	0,49	0,5	335	5,89
Полдник 7-11 лет															
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	75	0,2	18,5	72	0,08	0,06	32	1,4
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	3,8	26	0,5	7	21	0,03	0,03	35	4
	Творожник сладкий	55	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,5
Итого полдник		380	120	235	7,7	7,9	33,5	102	1,2	29	110	0,12	0,14	70	5
Полдник 12-18 лет															
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	52,00	126	6,4	6,5	11,3	89	0,6	18,5	62	0,1	0,04	52	2,94
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	3,8	35	0,6	7	21	0,03	0,03	35	4
	Творожник сладкий	55	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,06	3	0,56
Итого полдник		380	120,00	259	9	9,2	38,3	125	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7
Итого день 7-11 лет		1895	430	1643	53,9	55,3	244,5	770	8,4	175	775	0,84	0,98	490	7
Итого день 12-18 лет		1895	430	1904	63	64,4	289,1	840	12,6	229,55	840	0,98	1,1	430	8,57

Адрес: г.Томск

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 08.10.2025г

Согласовано: Директор

Для документа

Утверждено: Генеральный директор АО "Комбинат питания" Лигрова И.А.

Неделя: Третья

Денносред

Вариант № 15

Прием пищи № рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Гидролитическая ценность			Минеральная ценность, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	Na	B1	B2	А(аскорбиновая кислота)	C	E
Завтрак 7-11 лет																	
8/110	Запеканка творожная с морковью,молоко сгущенное200/50	250	148,51	410,6	15,23	13,73	20,7	252,4	2,17	44,6	228,7	0,25	0,31	175	14,47	1,85	
97	Чай с сахаром	200	3,83	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,45	0,5	14,05	11,5	0,35	14,5	48,5	0,35	0,04	0	0	0,33	
Итого расчетная стоимость			158,54														
Итого завтрак		500	120	587,5	19,25	16,75	63,75	375	3	62,6	275	0,3	0,35	175	15	2,3	
Завтрак 12-18 лет																	
8/210	Запеканка творожная с морковью,молоко сгущенное200/50	280	166,99	426,9	19,5	20,82	55,08	178,4	2,35	45,05	236,3	0,28	0,35	225	17,47	1,45	
97	Чай с сахаром	200	3,83	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	2,15	28,67	12,5	1,69	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,51	
Итого расчетная стоимость			179,64														
Итого завтрак		550	120	680	25,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,37	
Обед 7-11 лет																	
17	Морская капуста тушенная с овощами	60	13,38	44,34	0,85	3,22	7,87	12,9	0,2	12	15,6	0,23	0,05	0	0,95	1,47	
47	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	11,68	150,1	2,9	2,8	15,3	78,7	0,5	15,5	99,1	0,04	0,05	0	0,9	0,3	
74	Рагу из птицы с картофелем	200	144,82	404,1	19,33	18,8	54,9	240,6	1,75	42,5	216,7	0,29	0,42	245	9,5	2	
103	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	108,2	0,5	0,3	28,8	21,3	0,5	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,64	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	66,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,2	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	5,78	59	1,88	0,32	0,72	6,5	0,03	7,5	31,3	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость			190														
Итого обед		710	190	822,5	25,55	27,35	117,35	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
17	Морская капуста тушенная с овощами	100	22,31	62	1,45	5,22	7,87	21,3	0,3	20	16,6	0,04	0,05	0	0,96	1,1	
47	Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	12,1	199,47	3,63	7,03	11,75	55,51	1,37	7,85	104,2	0,07	0,05	25	4,4	0,3	
74	Рагу из птицы с картофелем	250	181,02	404,1	19,33	18,8	54,9	240,6	1,75	42,5	216,7	0,29	0,42	245	9,5	2,5	
103	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	108,2	0,5	0,3	28,8	21,3	0,5	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,64	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,27	0,2	14,49	7,19	0,33	9,5	26,1	0,03	0,05	0	0	0,44	
	Хлеб ржаной	50	6,3	113	3,45	0,55	15,2	11,5	1,55	17,35	53	0,03	0,05	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость			229,93														
Итого обед		880	190	955	31,5	32,3	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	4,74	
Полдник 7-11 лет																	
	Салат фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,3	55,3	0,02	0,05	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (яблочки), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,6	36	0,5	7	2	0,05	0,02	25	4	0,16	
	Булочка "Веснушка"	50	25,00	113	6,4	7,5	26,7	26,5	0,1	10,1	52,1	0,07	0,05	5	0	0,64	
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	35,3	110	1,1	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Салат фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,3	55,3	0,02	0,05	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (яблочки), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,6	36	0,5	7	2	0,05	0,02	25	4	0,16	
	Булочка "Веснушка"	55	25,00	137	7,2	8,9	29,5	48,5	0,7	11,1	52,1	0,08	0,05	25	1	0,6	
Итого полдник		380	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	20	120	0,14	0,1	80	7	0,96	
Итого день 7-11 лет		1585	430	1645	53,3	55,3	234,5	770	6,4	175	770	0,84	0,58	465	42	7	
Итого день 12-18 лет		1810	430	1934	63	64,4	259,1	840	12,6	210	840	1,38	1,1	530	49	8,07	

Составитель: _____

Калькулятор: _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 09.10.2025г

Согласовано

Утвержден
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петрова И.А.
ИИН 272300974



Неделя: Третья

День: Четверг

Вариант № 14

Примечание № сметы	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Питательная ценность			Минеральный состав, мг			Витаминный состав						
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорбиновая к-та	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 90/10	100	90,16	198,49	11,1	15,95	18,8	294,55	1,06	17,07	105,1	0,15	0,10	158	0,3	1,25	
	Макаронные изделия отварные	150	15,18	210,11	2,57	5,3	31,9	14,77	0,55	35,45	61,5	0,06	0,15	57	0,5	1,0	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	62	0,59	0,02	15	14,2	0,56	2,4	4,2	0	0	0	14,2	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,60	116,9	2,95	0,5	19,05	11,5	0,55	14,5	49,5	0,15	0,05	0	0	0,85	
Итого расчетная стоимость				136,47													
Итого завтрак		500	120	387,5	18,25	19,75	60,75	270	3	62,5	275	0,3	0,35	175	1,5	2,3	
Завтрак 12-18 лет																	
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 100/20	120	100,18	220,6	15	14,55	18,5	294,55	0,72	27,07	170	0,18	0,10	184,67	2,4	0,44	
	Макаронные изделия отварные	180	16,27	204,1	2,44	6,45	36,79	30,77	1,03	16,34	96,3	0,08	0,14	130,55	0,5	1,4	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	62	0,59	0,02	15	14,2	0,56	2,4	4,2	0	0	0	14,2	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	5,24	153,1	5,19	0,15	25,67	19,5	1,85	28,54	66,9	0,06	0,05	0	0	0,51	
Итого расчетная стоимость				126,25													
Итого завтрак		570	120	680	21,5	22	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,24	
Обед 7-11 лет																	
48/53	Салат "Степной"	80	16,28	51,1	1,06	3,10	12,12	15,4	0,45	8,7	37,15	0,06	0,06	25	8,56	0,8	
	Суп картофельный с крупой (гречневой)	200	30,55	128,3	9,5	4,3	11,5	130	0,5	6,3	100,1	0,13	0,05	50	0,64	0,67	
	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	210,44	11,3	8,73	24,75	187,8	0,3	23,3	148,28	0,2	0,2	170	1,1	0,8	
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	23,5	201,1	7,3	0,5	30,5	15	0,5	15	38,30	0,10	0,18	0	1,1	0,7	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,64	114,8	0,7	0,15	27,4	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,15	0	0,5	0,2	
	Хлеб ржаной	30	4,51	46,76	1,58	0,2	1,66	4,5	0,72	8,6	17,4	0,02	0,11	0	0	0,28	
Итого расчетная стоимость				190	69	1,28	2,33	0,72	6,4	0,45	7,5	81,8	0,06	0,09	0	0	0,77
Итого обед		710	190	622,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,44	245	2,1	3,5	
Обед 12-18 лет																	
48/53	Салат "Степной"	100	17,14	58,1	1,31	3,10	12,12	18,4	0,5	9,7	37,15	0,06	0,06	25	8,56	0,82	
	Суп картофельный с крупой (гречневой)	250	33,34	136,07	9,67	3,94	11,5	147,1	0,57	17,4	124,99	0,09	0,08	45	12,14	1,1	
	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	252,7	11,3	10,7	25,9	187,8	1,2	29	138,28	0,2	0,2	245	1,1	0,8	
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	100	23,50	212,1	7,3	7,5	25,95	25	1,3	15	38,9	0,14	0,18	0	1,1	1,3	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	4,51	76,23	2,37	0,3	14,40	8,5	0,33	9,9	23,1	0,03	0,18	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,60	115	5,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	33	0,05	0,15	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость				207,43	115	5,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	33	0,09	0,20	0	0	0,45
Итого обед		830	190	963,2	34,29	32,7	122,65	399,2	7,35	100	481,1	0,54	0,5	325	22,9	5,41	
Полдник 7-11 лет																	
	Кисло-молочный продукт в т/п	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	79	0,2	14,5	72	0,02	0,1	32	1,4	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	9,8	46	0,6	7	21	0,03	0,02	84	4	0,16	
	Пирожное песочное с корицей	50	25,00	86	1,8	2,2	22,5	1	0,4	4,5	17	0,07	0,03	0	0,8	0,64	
	Итого полдник	375	120	235	7,7	7,8	39,3	126	1,2	29	110	0,12	0,14	70	5	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Кисло-молочный продукт в т/п	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	79	0,2	14,5	72	0,02	0,1	32	1,4	0	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	9,8	46	0,6	7	21	0,03	0,02	84	4	0,16	
	Пирожное песочное с корицей	50	25,00	110	1,1	1,6	27,4	11	1	4,5	27	0,09	0,07	24	1,6	0,16	
	Итого полдник	375	120	259	9	9,2	34,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день 7-11 лет		1585	430	1645	59,9	59,3	234,5	770	8,4	125	770	1,84	1,98	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1775	430	1904,2	69,75	64,9	296,7	839,2	15,85	125	873,1	1,05	1,1	650	47,4	8,07	

Судья соревнований

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Категория

Генеральный директор ОАО "Норбмет-Энтанк"
Павлов И.А.

Дары Гатина

地址: 2000 年 10 月 1 日

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!