



Согласовано:

Директор МБОУ ОГ № 25

Меженный В. С.

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Школьное питание»



Вострокнутова А. Э.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ
Для обучающихся в МБОУ «Гимназия № 25»
в возрасте от 7 до 11 лет,
Зимний, летний периоды - взаимозаменяемые

Г. Архангельск 2025 г.

Согласовано:

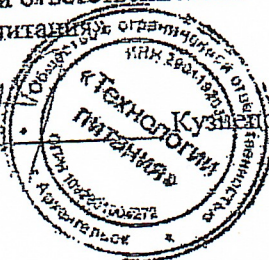
Руководитель Управления
Роспотребнадзора по Архангельской
области, главный государственный
санитарный врач по Архангельской
области.

Насовской Т.И.

Разработано:

Директор общества
с ограниченной ответственностью
«Технологии питания»

Кузнецов А.Л.



Примерный (основной) десятидневный циклический рацион питания

для обучающихся организаций общего образования

Архангельской области

в возрасте 7-11 лет

(Зимний период)

Вариант 2

С включением в меню продуктов и блюд, обогащенных
витаминами и микронутриентами
(для всех типов пищеблоков)

Архангельск 2023 г.

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Орган инспекции Федерального бюджетного учреждения здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Архангельской области
и Ненецком автономном округе»

Юридический адрес: 163001, Архангельская область, г. Архангельск, пр. Троицкий, д. 164, корпус 1
Реквизиты: ОКПО 75037067 ОГРН 1052901023616 ИНН 2901134035

Место осуществления деятельности: 163001, РОССИЯ, Архангельская обл. Архангельск г,
Троицкий пр-кт, дом 164, 1, 1 этаж, кабинеты 100, 106, 112, 2 этаж, кабинеты 204, 204А, 206,
207, 208, 209, стр 1, 3 этаж, кабинет 305, стр 3. кабинет 5

Уникальный номер записи об аккредитации
в реестре аккредитованных лиц № RA.RU.710030

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель Органа инспекции

«30» октября 2023 г. (подпись) Е.Г.Самкин



ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии/несоответствии санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам
примерного (основного) десятидневного циклического рациона питания для обучающихся
организаций общего образования Архангельской области в возрасте 7-11 лет (зимний
период). Вариант 2. С включением в меню продуктов и блюд, обогащенных витаминами и
микронутриентами (для всех типов пищеблоков)

наименование объекта
Архангельская область
Адрес

от «30» октября 2023 г. № 1 - 1139/144

Период проведения инспекции 30.10.2023 г. 10:00 – 30.10.2023 г. 12:00
(дата и время начала и дата и время
окончания проведения инспекции)
На основании

Заявитель:

Юридический адрес

Фактический адрес

ОГРН

Ф.И.О. руководителя, телефон,
адрес электронной почты:

Письма Управления Роспотребнадзора по Архангельской
области №29-00-02/02-8443-2023 от 24.10.2023 г.
указать № и дату документа, на основании которого проводилась экспертиза

Управление Роспотребнадзора по Архангельской области
Архангельская область, г. Архангельск, ул. Гайдара, д.24
Архангельская область, г. Архангельск, ул. Гайдара, д.24
1052901021689

Руководитель – Носовской Тарас Иванович, тел. 8(8182)
200569, arkh@29.rospotrebnadzor.ru

Рассмотрены:

1. Письмо Управления Роспотребнадзора по Архангельской области №29-00-02/02-8443-2023 от 24.10.2023 г.
2. Примерный (основной) десятидневный циклический рацион питания для обучающихся организаций общего образования Архангельской области в возрасте 7-11 лет (зимний период).

Настоящее экспертное заключение не может быть частично или полностью воспроизведено, скопировано или перепечатано без
письменного разрешения Органа инспекции.
Экспертное заключение подготовлено в 3 экземплярах.

период). Вариант 2. С включением в меню продуктов и блюд, обогащенных витаминами и микронутриентами (для всех типов пищеблоков), разработанный ООО «Технология питания».

3. Технологические карты.

4. Письмо Управления Роспотребнадзора по Архангельской области №29-00-02/02-3068-2023 от 23.03.2023 г.

Санитарно-эпидемиологическая экспертиза проводится с целью установления соответствия/не соответствия требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

указать название нормативных документов

Установлено:

1.Контингенты, для которых разработан рацион:

- возрастная группа: 7-11 лет;

- период года: зимний период;

- период, на который составлено циклическое примерное (основное) меню – 10-тидневное.

2. Примерное (основное меню) разработано ООО «Технология питания».

3. Наименования блюд и кулинарных изделий, указанных в примерном меню, соответствуют наименованиям, указанным в технологических картах.

4. Количество приемов пищи соответствует режиму функционирования организации и предусматривает: 3 приема пищи: завтрак, обед, полдник.

5. Масса порций для детей от 7 до 11 лет.

Блюдо	Масса порций (в граммах)	
	Гигиенический норматив	Масса порций в примерном (основном) меню
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	150 - 200	200/150/150/150/90
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	60 - 100	60
Первое блюдо	200 - 250	200
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90 - 120	100
Гарнир	150 - 200	150
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)	180 - 200	180-200
Фрукты	100	100

Масса порций в примерном (основном) меню для обучающихся в возрасте от 7-11 лет (зимний период) соответствует гигиеническим нормативам.

6. Средний суммарный объем блюд по приемам пищи для каждой возрастной группы основного (примерного) меню:

Показатели	от 7 до 11 лет (не менее)	Средний суммарный объем в примерном (основном)
Завтрак	500	504

Настоящее экспертное заключение не может быть частично или полностью воспроизведено, скопировано или перепечатано без письменного разрешения Органа инспекции. Экспертное заключение подготовлено в 3 экземплярах.

Обед	700	743,5
Полдник	300	318,8

Средний суммарный объем блюд по приемам пищи в примерном (основном) меню для обучающихся в возрасте от 7-11 лет зимний период) соответствует гигиеническим нормативам.

7. Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации.

Тип организации	Прием пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Содержание в примерном (основном) или фактическом меню в среднем за неделю
Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с односторонним режимом работы (первая смена)	завтрак	20-25%	1 неделя – 24,6%
			2 неделя – 25%
	обед	30-35%	1 неделя – 37,1%
			2 неделя – 37,8%
	полдник	10-15%	1 неделя – 13,3%
			2 неделя – 12,2%

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в примерном (основном) меню для обучающихся в возрасте от 7-11 лет (зимний период) соответствует гигиеническим нормативам.

8. Содержание в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах в зависимости от количества приемов пищи.

Показатели	Потребность в пищевых веществах (норма в зависимости от количества приемов пищи)	Содержание в примерном (основном) меню
	7-11 лет	
белки (г/сут)	46,2-57,75	51,24
жиры (г/сут)	47,4-59,25	49,96
углеводы (г/сут)	201-251,25	208,58
энергетическая ценность (ккал/сут)	1410-1762,5	1499,33
витамин С (мг/сут)	36-45	75,22
витамин В1 (мг/сут)	0,72-0,9	1,05
витамин В2 (мг/сут)	0,84-1,05	1,37
витамин А (рет. экв/сут)	420-525	1940,07
витамин D (мкг/сут)	6-7,5	2,39
кальций (мг/сут)	660-825	581,13

Настоящее экспертное заключение не может быть частично или полностью воспроизведено, скопировано или перепечатано без письменного разрешения Органа инспекции.
Экспертное заключение напечатано в 3 экземплярах.

фосфор (мг/сут)	660-825	877,25
магний (мг/сут)	150-187,5	294,18
железо (мг/сут)	7,2-9	32,23
калий (мг/сут)	660-825	2509,02
йод (мг/сут)	0,06-0,075	0,18
селен (мг/сут)	0,0018-0,0225	0,064
фтор (мг/сут)	1,8-2,25	414,08

9. В примерном (основном) для обучающихся в возрасте от 7-11 лет (зимний период) отсутствуют запрещенные блюда и кулинарные изделия.

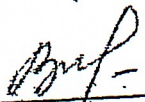
10. Выполнение среднесуточного (минимального) набора продуктов (в нетто г, мл, на 1 ребенка в сутки):

№	Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции	Итого (норма, не менее)	Основное (примерное)
1	Молоко	180-225	173,2
2	Кисломолочная пищевая продукция	90-112,5	90
3	Творог (5% - 9% м.д.ж.)	30-37,5	14,90
4	Сметана	6-7,5	6,9
5	Сыр	6-7,5	3,9
6	Мясо 1-й категории	42-52,5	41,1
7	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	21-26,25	24,2
8	Субпродукты (печень, язык, сердце)	18-22,5	15,7
9	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленное	34,8-43,5	12,2
10	Яйцо, шт.	0,6-0,75	11
11	Картофель	112,2-140,25	130,30
12	Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	168-210	118,30
13	Фрукты свежие	111-138,75	143,9
14	Сухофрукты	9-11,25	5
15	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	120-150	42
16	Хлеб ржаной	48-60	52

17	Хлеб пшеничный	90-112,5	83,50
18	Крупы, бобовые	27-33,75	38,8
19	Макаронные изделия	9-11,25	15
20	Мука пшеничная	9-11,25	13,4
21	Масло сливочное	18-22,5	18,3
22	Масло растительное	9-11,25	9
23	Кондитерские изделия	6-7,5	-
24	Чай	0,6-7,5	0,3
25	Какао-порошок	0,6-7,5	0,8
26	Кофейный напиток	1,2-1,5	1,4
27	Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	18-22,5	23,6
28	Дрожжи хлебопекарные	0,12-0,15	0,2
29	Крахмал	1,8-2,25	2,0
30	Соль пищевая поваренная йодированная	1,8-2,25	2,6
31	Специи	1,2-1,5	-

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: примерный (основной) десятидневный циклический рацион питания для обучающихся организаций общего образования Архангельской области в возрасте 7-11 лет (зимний период). Вариант 2. С включением в меню продуктов и блюд, обогащенных витаминами и микронутриентами (для всех типов пищеблоков) соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

Сотрудник Органа инспекции,
врач по общей гигиене


личная подпись

Вылиткова Л.И.

И.о. технического директора Органа
инспекции по вопросам обеспечения
санитарного надзора


личная подпись

Абрамовская О.В.

Пояснительная записка

к примерным (основным) десятидневным циклическим рационам питания, для обучающихся 7-11 лет, от 12 лет и старше, в государственных и муниципальных общеобразовательных организациях Архангельской области.

Варианты примерных десятидневных рационов питания разработаны в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения с учетом рекомендаций, изложенных в письме Роспотребнадзора от 15 августа 2022 года №29-00-02/02-7869-2022.

Примерные десятидневные циклические рационы питания разработаны с учетом работы общеобразовательных организаций Архангельской области в двух дифференцированных по возрастным категориям обучающихся и сезонному признаку меню с включением в него инновационных рецептов блюд с применением ламинарии, с использованием витаминизированных продуктов питания (напитка витаминизированного для детей «Витошка», какао с витаминами «Витошка», кисель с витаминами «Витошка»), хлебобулочных изделий обогащенных витаминно-минеральной смесью Валетек-8, в полдники включен цельно-зерновой хлеб. Во всех рационах использована северная ягода (клюква и брусника).

Приемы пищи, обозначенные как обед, предназначены для питания обучающихся второй смены, отдельным льготным категориям обучающихся, обучающихся в группах продленного дня, и также могут реализовываться всем получателям услуг. Приемы пищи как полдник, предназначены для питания обучающихся в группах продленного дня.

Источники:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т.Лапшиной. «Хлебпродинформ». Москва 2004г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Могильный М.П., Тутельян В.А. «ДеЛи принт» Москва 2010г.
3. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации" г. Пермь, 2013 г. Под ред. А.Я. Перевалова
4. Сборник технологических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Издательство «Хлебпродинформ». 1996 г.
5. Химический состав российских пищевых продуктов. Под редакцией. И.М.Скурихина и В.А.Тутельяна. ДеЛи Принт. Москва 2002г.
6. Химический состав блюд и кулинарных изделий. Под редакцией И.М.Скурихина и М.Н. Волгарева. «Винити» Москва.
7. Химический состав и калорийность российских продуктов питания. В.А.Тутельян. Москва ДеЛи плюс 2012г. Справочник.
8. Примерные десятидневные циклические рационы питания разработаны в программе «Технологии меню» на платформе Турбо командой Технологии питания.

Примечание:

В рационах допускается использование иного сырья (с другими технологическими потерями), при условии изменения значений в Брутто – в технологических картах, и использование иного сырья (с

1 неделя понедельник

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	311	Каша рисовая жидкая	200	200	4,98	5,7	30,73	194,34
2	003	Бутерброд с сыром	50(35/10/5)	50	4,99	7,59	18,06	161,15
3	693	Какао Витошка с витаминами	200	200	4,44	3,6	14,14	107,52
4	627	Яблоки свежие	60	60	0,24	0,24	5,88	28,2
Итого				510	14,65	17,13	68,81	491,21
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	132	Рассольник ленинградский	200/15	200	5,64	10,29	14,57	171,12
2	277	Гуляш из отварного мяса	90	90	10,12	17,5	0	208,01
3	520	Сложный гарнир: пюре картофельное с консервированным зеленым горошком	150	150	3,33	4,1	17,55	122,83
4	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	634	Компот из вишни (свежезамороженной)	200	200	0,12	0,03	11,57	47,7
Итого				720	24,89	32,71	79,21	724,07
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	698	Бифидок 2,5% жирности	180	180	6,12	4,5	9,9	109,8
2	779	Булочка молочная (обогащенная витаминно-минеральной смесью)	30	30	2,73	2,46	17,29	102,25
3	627	Бананы свежие	100	100	1,5	0,5	21	96
Итого				310	10,35	7,46	48,19	308,05

1 неделя вторник

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	078	Икра морковная	60	60	1,22	3,07	6,33	52,42
2	261	Макароны, запеченные с сыром	200/10	200	9,48	11,74	48,26	317,77
3	пром	Хлеб ржаной, порция	40	40	2,64	0,48	16,4	69,6
4	686	Чай с лимоном	200	200	0,1	0,02	10,2	42,56
Итого				500	13,45	15,31	81,19	482,36
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	168	Суп-пюре из разных овощей	250	250	5,4	6,68	18,11	155,25
2	551	Гренки из пшеничного хлеба	10	10	1,08	0,12	6,79	32,78
3	261	Тефтели рыбные тушеные с соусом	110	110	9,28	4,44	11,49	122,9
4	125	Сложный гарнир: картофель отварной и кукуруза консервированная	170(150/20)	170	3,34	5,92	23,8	165,17
5	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
6	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
7	639	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,44	0,05	18,76	78,16
Итого				820	25,23	18	114,47	728,65
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	707	Сок абрикосовый	200	200	1	0	25,4	110
2	010	Бутерброд горячий с сыром	38(25/13)	38	4,89	4,56	12,85	112,82
3	627	Мандарины свежие	100	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого				338	6,69	4,76	45,75	260,82

1 неделя среда

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	311	Каша геркулесовая жидкая	200	200	8,37	8,97	27,9	226,21
2	002	Бутерброд с повидлом яблочным	55(15/35/5)	55	2,76	4,67	27,81	162,25
3	685	Чай с сахаром и молоком	200	200	1,65	1,3	12,42	68,3
4	627	Апельсины свежие	50	50	0,45	0,1	4,05	21,5
Итого				505	13,23	15,05	72,17	478,26
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	124	Щи из свежей капусты с картофелем и ламинарией	200/10	200	4,62	4,42	7,31	90,74
2	112	Фрикадельки мясные с соусом	100(70/30)	100	11,4	23,16	2,74	275,38
3	541	Сложный гарнир: рагу овощное с консервированным помидором.	180 (150/30)	180	3,07	7,65	16,19	147,13
4	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	505	Кисель "Витошка" с витаминами	200	200	0	0	23,5	95
Итого				760	24,77	36,02	85,26	782,65
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	698	Напиток Снежок 2,5% жирности	180	180	4,86	4,5	19,44	142,2
2	пром	Багет "7-ми ЗЕРНОВОЙ" порция	20	20	2,74	1,66	12,14	75,8
3	627	Груши свежие	100	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого				300	8	6,46	41,88	265

1 неделя четверг

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	350	Тефтели с рисом - Ёжики (с ламинарией)	80	80	9,4	9,53	11,05	164,7
2	587	Соус томатный (для блюд)	40	40	0,47	2,35	2,67	34,53
3	520	Пюре картофельное	150	150	3,13	4,69	18,75	132,5
4	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
5	692	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,39	2,56	17,64	105,1
Итого				510	19,43	19,44	69,79	530,83
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	110	Борщ с капустой и картофелем	200/20	200	6,41	11,73	9,79	174,3
2	431	Печень по-строгановски	90	90	11,58	7,12	5,24	131,51
3	508	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая и соленый огурец	170 (150/20)	170	8,75	6,11	39,16	246,35
4	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	705	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,08	0,07	11,98	48,26
Итого				740	32,51	25,83	101,69	774,82
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	685	Чай с сахаром	200	200	0,04	0,01	8,99	36,19
2	786	Булочка "Творожная" (обогащенная витаминно-минеральной смесью)	40	40	5,08	2,41	19,91	122,01
3	627	Бананы свежие	100	100	1,5	0,5	21	96
Итого				340	6,62	2,92	49,9	254,2

1 неделя пятница

Завтрак

№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	311	Каша пшеничная жидкая	200	200	6,89	6,89	28,47	203,75
2	001	Бутерброд с маслом	50(10/40)	50	3,08	8,41	20,69	170,9
3	337	Яйцо вареное	40	40	5,08	4,6	0,28	62,8
4	685	Чай витаминизированный "Витошкой"	210 (200/10)	210	0,04	0,01	9,71	39,28
Итого				500	15,09	19,91	59,15	476,73

Обед

№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	078	Икра из кабачков	60	60	0,69	2,93	3,99	44,46
2	139	Суп картофельный с горохом	200/10	200	7,18	4,33	16,14	131,7
3	488	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	200	13,48	15,92	23,87	285,85
4	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	640	Кисель из свежей клюквы (свежезамороженной)	200	200	0,07	0,03	16,17	70,82
Итого				740	27,11	24,01	95,68	707,23

Полдник

№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	697	Молоко 2,5% жирности	180	180	5,22	4,5	8,64	97,2
2	672	Гренки с джемом черносмородиновым	30(21/9)	30	1,71	2,04	17,55	94,33
3	627	Яблоки свежие	100	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				310	7,33	6,94	35,99	238,53

2 неделя понедельник

Завтрак

№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	160	Суп молочный (вермишель в молоке)	200	200	6,62	6,16	28,2	196,61
2	001	Бутерброд с маслом	40(10/30)	40	2,33	8,12	15,55	144,7
3	693	Какао Витошка с витаминами	200	200	4,44	3,6	14,14	107,52
4	627	Яблоки свежие	60	60	0,24	0,24	5,88	28,2
Итого				500	13,63	18,12	63,78	477,03

Обед

№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	135	Суп из овощей	200/10	200	4,57	6,26	9,33	112,8
2	301	Цыпленок тушеный	90	90	11,28	11,91	3,95	165,61
3	508	Сложный гарнир: каша рисовая рассыпчатая с соленым огурцом	180 (160/20)	180	4,01	4,63	40,59	220,43
4	пром	Хлеб ржано- пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	634	Компот из вишни (свежемороженой)	200	200	0,12	0,03	11,57	47,7
Итого				750	25,66	23,64	100,96	720,94

Полдник

№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	698	Ряженка 2,5% жирности	180	180	5,22	4,5	7,56	97,2
2	741	Ватрушка с брусничкой (обогащенная витамино- минеральной смесью)	50	50	3,18	1,61	25,5	129,53
3	627	Груши свежие	100	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого				330	8,8	6,41	43,36	273,73

2 неделя вторник

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	366	Запеканка из творога	150	150	26,31	17,79	20,26	355,17
2	618	Соус вишневый	40	40	0,08	0,02	12,45	50,73
3	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
4	685	Чай с сахаром	200	200	0,04	0,01	8,99	36,19
5	627	Апельсины свежие	70	70	0,63	0,14	5,67	30,1
Итого				500	30,1	18,28	67,05	566,19
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	138	Суп картофельный с крупой и рыбой	220(200/20)	200	6,18	3,35	15,24	121,88
2	461	Тефтели мясные (1 в) с соусом	100(70/30)	100	9,57	11,35	11,1	186,46
3	508	Сложный гарнир: каша гречневая рассыпчатая с консервированным помидором	160 (130/30)	160	7,78	5,31	34,7	217,25
4	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	633	Компот из яблок и клубники	200	200	0,08	0,06	11,34	46,66
Итого				740	29,3	20,88	107,89	746,65
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	640	Кисель из свежей клюквы (свежезамороженной)	200	200	0,07	0,03	16,17	70,82
2	пром	Батон нарезной порция	20	20	1,5	0,58	10,28	52,4
3	627	Бананы свежие	100	100	1,5	0,5	21	96
Итого				320	3,07	1,11	47,45	219,22

2 неделя среда

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	311	Каша Дружба жидкая	200	200	5,83	6,09	30,02	198,41
2	001	Бутерброд с маслом	50(10/40)	50	3,08	8,41	20,69	170,9
3	337	Яйцо вареное	40	40	5,08	4,6	0,28	62,8
4	685	Чай витаминизированный "Витошкой"	210(200/10)	210	0,04	0,01	9,71	39,28
Итого				500	14,03	19,11	60,7	471,39
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	078	Икра морковная	60	60	1,22	3,07	6,33	52,42
2	110	Борщ с капустой и картофелем	200/20	200	6,41	11,73	9,79	174,3
3	250	Рыба, запеченная с картофелем	180	180	11,7	11,87	28,3	259,92
4	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	639	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,44	0,05	18,76	78,16
Итого				720	25,46	27,52	98,7	739,2
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	698	Кефир 2,5% жирности	180	180	5,22	4,5	7,2	95,4
2	пром	Багет "7-ми ЗЕРНОВОЙ" порция	20	20	2,74	1,66	12,14	75,8
3	627	Мандарины свежие	100	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого				300	8,76	6,36	26,84	209,2

2 неделя четверг

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	305	Котлеты рубленые из цыплят	70	70	12,02	8,11	10,3	169,42
2	587	Соус томатный (для блюд)	40	40	0,47	2,35	2,67	34,53
3	520	Пюре картофельное	150	150	3,13	4,69	18,75	132,5
4	пром.	Хлеб ржаной, порция	40	40	2,64	0,48	16,4	69,6
5	685	Чай с сахаром и молоком	200	200	1,65	1,3	12,42	68,3
Итого				500	19,91	16,92	60,53	474,35
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	124	Щи из свежей капусты с картофелем и ламинарией	200/20	200	6,95	5,9	7,31	115,07
2	468	Оладьи из печени	90	90	14,13	13,98	11,19	209,84
3	096	Масло сливочное, прокипяченное	5	5	0,04	3,63	0,07	33,05
4	256	Сложный гарнир: макаронные изделия отварные с соленым огурцом	150(130/20)	150	5,02	4,76	29,99	173,89
5	пром.	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
6	пром.	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
7	636	Компот из яблок и апельсинов	200	200	0,16	0,07	12,13	50,7
Итого				725	31,98	29,14	96,2	756,95
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	707	Сок вишневый	200	200	1,4	0,4	22,8	102
2	472	Булочка школьная (обогащенная витаминно-минеральной смесью)	40	40	3,25	1,25	23,09	117,13
3	627	Яблоки свежие	100	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				340	5,05	2,05	55,69	266,13

2 неделя пятница

Завтрак								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	311	Каша ячневая жидкая	200	200	5,87	5,79	27,19	184,45
2	003	Бутерброд с сыром	45(30/10/5)	45	4,61	7,45	15,49	148,05
3	692	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,39	2,56	17,64	105,1
4	627	Бананы свежие	70	70	1,05	0,35	14,7	67,2
Итого				515	14,92	16,15	75,02	504,8
Обед								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	078	Икра свекольная	60	60	1,42	2,76	7,48	61,47
2	138	Суп картофельный с крупой гречневой	200/20	200	6,95	9,02	14,47	171,56
3	276	Жаркое домашнему	180	180	11,21	24,02	21,34	356,46
4	пром	Хлеб ржано-пшеничный порция	40	40	2,64	0,48	15,84	80,4
5	пром	Хлеб пшеничный, порция	40	40	3,04	0,32	19,68	94
6	705	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,08	0,07	11,98	48,26
Итого				720	25,35	36,67	90,78	812,14
Полдник								
№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
1	698	Йогурт 2,5 % жирности	180	180	4,68	4,5	23,4	156,6
2	пром	Батон нарезной порция	20	20	1,5	0,58	10,28	52,4
3	627	Апельсины свежие	100	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого				300	7,08	5,28	41,78	252

Всего по МЕНЮ

№ п/п	№ рец	Наименование	Состав блюда	Вес блюда (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
		Итого по МЕНЮ		15'663.00	512.42	499.58	2'085.85	14'993.32
		Среднесуточное по МЕНЮ		1'566.30	51.24	49.96	208.58	1'499.33

7-11 лет, зимний период, (2 вариант) .

Пищевая ценность рациона, 7-11 лет(школа-интернат, летняя площадка, оздоровительный лагерь)

	Группа	Вес (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углев (г)	ЭЦ (ккал)	A(мкг)	B1(мг)	B2(мг)	C(мг)	D(мкг)	Na(мг)	K(мг)	Ca(мг)	Mg(мг)	P(мг)	Fe(мг)	F(мкг)	I(мкг)	Se(мкг)
1	Завтрак 1 день	510.00	14.65	17.13	68.81	491.21	246.52	0.51	0.79	30.53	2.25	751.10	638.83	393.83	78.75	349.23	11.57	75.97	62.42	12.23
2	Завтрак 2 день	500.00	13.45	15.31	81.18	482.36	989.91	0.19	0.12	8.25	0.41	398.17	320.60	89.48	60.89	182.58	9.68	56.48	39.03	13.57
3	Завтрак 3 день	505.00	13.23	15.05	72.17	478.26	89.17	0.29	0.42	33.11	0.31	664.52	597.13	324.00	83.76	336.02	11.14	67.04	64.57	14.18
4	Завтрак 4 день	510.00	19.43	19.44	69.79	530.83	124.93	0.28	0.37	8.65	0.53	863.81	1188.03	210.96	88.89	326.40	17.03	111.08	132.37	17.22
5	Завтрак 5 день	500.00	15.09	19.91	59.15	476.73	251.47	0.42	0.58	11.58	1.98	681.91	348.28	213.10	57.69	284.76	10.91	59.61	61.67	18.33
6	Завтрак 6 день	500.00	13.63	18.12	63.78	477.03	241.66	0.53	0.77	29.94	2.23	314.61	662.56	324.46	65.68	297.64	4.07	72.27	28.90	6.92
7	Завтрак 7 день	500.00	30.10	18.28	67.05	566.19	112.21	0.15	0.42	42.98	0.77	424.91	409.74	278.96	55.50	363.66	4.41	62.76	16.57	170.21
8	Завтрак 8 день	500.00	14.03	19.11	60.70	471.39	247.10	0.36	0.55	11.32	1.97	672.79	305.54	188.65	51.69	258.40	10.67	59.20	59.51	19.73
9	Завтрак 9 день	500.00	19.91	16.92	60.53	474.35	132.56	0.32	0.36	7.33	0.50	984.15	1070.87	156.58	81.27	283.08	16.95	144.51	84.46	26.30
10	Завтрак 10 день	515.00	14.92	16.15	75.02	504.80	122.92	0.25	0.42	9.67	0.78	728.92	777.42	388.46	96.10	386.62	10.35	69.92	58.94	18.01
	ИТОГО Завтрак	5040.00	168.44	175.42	678.19	4953.13	2558.43	3.30	4.81	193.36	11.74	6484.87	6318.99	2568.49	720.21	3068.40	106.79	778.85	608.42	316.70
	Среднесуточное за Завтрак	504.00	16.84	17.54	67.82	495.31	255.84	0.33	0.48	19.34	1.17	648.49	631.90	256.85	72.02	306.84	10.68	77.89	60.84	31.67

	Группа	Вес (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углев (г)	ЭЦ (ккал)	A(мкг)	B1(мг)	B2(мг)	C(мг)	D(мкг)	Na(мг)	K(мг)	Ca(мг)	Mg(мг)	P(мг)	Fe(мг)	F(мкг)	I(мкг)	Se(мкг)
1	Обед 1 день	720.00	24.89	32.71	79.21	724.07	129.83	0.66	0.31	13.60	0.45	1076.08	1380.64	103.68	202.26	267.71	15.65	157.90	83.93	23.22
2	Обед 2 день	820.00	25.23	18.00	114.47	728.65	435.14	0.46	0.43	31.80	0.66	1127.73	1822.57	297.17	144.29	502.91	17.97	420.74	154.74	28.49
3	Обед 3 день	760.00	24.77	36.02	85.26	782.65	860.01	0.94	0.75	54.73	2.21	1240.94	1329.57	138.35	213.30	277.55	20.20	203.64	140.74	23.27
4	Обед 4 день	740.00	32.51	25.83	101.69	774.82	5527.44	0.66	1.56	49.85	1.55	1120.48	987.96	123.70	240.98	556.67	21.80	234.52	63.57	39.99
5	Обед 5 день	740.00	27.11	24.01	95.68	707.23	918.92	0.52	0.33	39.02	0.10	983.17	1565.66	130.06	122.40	391.16	17.98	246.93	79.01	20.86
6	Обед 6 день	750.00	25.66	23.64	100.96	720.94	214.27	0.29	0.24	12.96	0.10	1300.33	786.55	105.19	99.96	357.41	17.93	204.02	79.83	26.28
7	Обед 7 день	740.00	29.30	20.88	107.89	746.65	263.57	0.47	0.31	14.18	0.88	1095.96	1290.17	132.58	211.91	572.36	18.94	254.77	99.14	15.31
8	Обед 8 день	720.00	25.46	27.52	98.70	739.20	1134.66	0.47	0.32	24.91	0.76	1139.61	1695.38	198.00	179.60	419.57	21.11	443.97	168.27	29.73
9	Обед 9 день	725.00	31.98	29.14	96.20	756.95	6406.57	0.49	1.93	28.65	1.35	1090.15	884.94	117.61	91.45	466.20	18.54	334.11	105.72	46.75
10	Обед 10 день	720.00	25.35	36.67	90.78	812.14	150.95	0.72	0.34	56.55	0.42	951.98	1876.66	103.39	248.25	299.80	17.77	163.23	82.80	20.98
	ИТОГО Обед	7435.00	272.23	274.41	970.84	7493.29	16041.37	5.07	6.53	326.25	8.50	11126.43	13620.09	1449.73	1754.40	4111.33	187.89	2663.85	1057.75	274.89
	Среднесуточное за Обед	743.50	27.22	27.44	97.08	749.33	1604.14	0.57	0.65	32.62	0.85	1112.64	1362.01	144.97	175.44	411.13	18.79	266.38	105.77	27.49

	Группа	Вес (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углев (г)	ЭЦ (ккал)	A(мкг)	B1(мг)	B2(мг)	C(мг)	D(мкг)	Na(мг)	K(мг)	Ca(мг)	Mg(мг)	P(мг)	Fe(мг)	F(мкг)	I(мкг)	Se(мкг)
1	Полдник 1 день	310.00	10.35	7.46	48.19	308.05	69.37	0.51	0.44	11.34	0.43	212.55	623.31	219.43	75.88	223.05	3.00	45.69	29.22	6.13
2	Полдник 2 день	338.00	6.69	4.76	45.75	260.82	481.44	0.15	0.16	46.09	0.12	228.05	679.44	194.15	38.80	134.25	0.93	175.93	0.85	3.51
3	Полдник 3 день	300.00	8.00	6.46	41.88	265.00	2.04	0.08	0.27	6.62	0.67	104.00	430.20	243.60	50.00	225.00	3.12	50.80	17.28	4.80
4	Полдник 4 день	340.00	6.62	2.92	49.90	254.20	40.25	0.09	0.13	10.09	0.56	142.77	417.76	57.44	54.24	79.17	2.83	14.61	11.61	16.58

Разработано: ООО "Технологии Питания"

Архангельск 2023г.

7-11 лет, зимний период, (2 вариант) .

5	Полдник 5 день	310.00	7.33	6.94	35.99	238.53	53.70	0.13	0.32	16.42	0.35	195.58	581.76	245.86	38.82	194.32	2.68	49.96	19.88	6.11
6	Полдник 6 день	330.00	8.80	6.41	43.36	273.73	53.34	0.11	0.30	6.50	0.24	229.11	478.37	254.13	43.51	213.08	5.57	53.66	30.86	4.24
7	Полдник 7 день	320.00	3.07	1.11	47.45	219.22	20.00	0.08	0.06	11.35	0.40	120.64	382.00	29.01	47.52	46.06	0.91	6.60	0.66	2.35
8	Полдник 8 день	300.00	8.76	6.36	26.84	209.20	49.60	0.13	0.34	39.26	0.58	102.00	448.20	257.80	47.20	218.80	0.92	191.10	16.38	4.80
9	Полдник 9 день	340.00	5.05	2.05	55.69	266.13	5.19	0.10	0.08	24.80	0.20	232.01	624.09	57.68	32.20	70.03	6.36	62.88	23.44	2.23
10	Полдник 10 день	300.00	7.08	5.28	41.78	252.00	26.00	0.13	0.31	60.11	0.09	188.40	480.00	234.00	39.00	189.00	1.26	46.90	18.80	5.10
	ИТОГО Полдник	3188.00	71.75	49.75	436.82	2546.90	800.94	1.49	2.40	232.57	3.64	1755.11	5151.12	1793.10	467.16	1592.77	27.58	698.12	168.98	55.85
	Среднесуточное за Полдник	318.80	7.17	4.97	43.68	254.69	80.09	0.15	0.24	23.26	0.36	175.51	515.11	179.31	46.72	159.28	2.76	69.81	16.90	5.59

	Группа	Вес (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеб (г)	ЭЦ (ккал)	А(мкг)	В1(мг)	В2(мг)	С(мг)	Д(мкг)	Na(мг)	K(мг)	Ca(мг)	Mg(мг)	P(мг)	Fe(мг)	F(мкг)	I(мкг)	Se(мкг)
	ИТОГО по МЕНЮ	15663.00	512.42	499.58	2085.85	14993.32	19400.74	10.46	13.74	752.17	23.88	19366.41	25090.20	5811.33	21941.78	8772.50	322.26	4140.82	1935.15	647.45
	Среднесуточное по МЕНЮ	1566.30	51.24	49.96	208.58	1499.33	1940.07	1.05	1.37	75.22	2.39	1936.64	2509.02	581.13	2194.18	877.25	32.23	414.08	183.51	64.74

Распределение калорийности по приемам пищи, 7-11 лет, зимний период. (2 вариант).

1-я неделя

Итог	ккал	ккал/день	%	Норма %
Завтрак	2'459	491.88	24.6	25.0
Обед	3'713	742.60	37.1	35.0
Полдник	1'330	265.94	13.3	15.0
Итого приём пищи	7'502	1'500.42	75.0	75.0

2-я неделя

Итог	ккал	ккал/день	%	Норма %
Завтрак	2'494	498.75	25.0	25.0
Обед	3'777	755.33	37.8	35.0
Полдник	1'222	244.48	12.2	15.0
Итого приём пищи	7'493	1'498.56	75.0	75.0

7-11 лет, зимний период (2 вариант) .

Количество продуктов, используемых для приготовления меню по группам

№	Наименование	Нетто	Откло- нение %	1я неделя 1й день	1я неделя 2й день	1я неделя 3й день	1я неделя 4й день	1я неделя 5й день	2я неделя 1й день	2я неделя 2й день	2я неделя 3й день	2я неделя 4й день	2я неделя 5й день	Всего	Средне суточное
1	Хлеб ржаной	80.0	-35.0%	40.00	80.00	60.00	40.00	40.00	40.00	40.00	60.00	80.00	40.00	520.00	52.00
2	Хлеб пшеничный	150.0	-44.3%	75.00	91.38	75.00	80.00	97.00	70.00	109.33	80.00	67.53	90.00	835.23	83.50
3	Мука пшеничная	15.0	2.5%	26.25	11.18	4.28	33.75	2.11	28.98	6.02	6.68	34.57	-	153.81	15.40
4	Крупы, бобовые	45.0	-13.8%	34.00	-	27.00	78.40	46.00	55.41	77.02	32.00	-	38.00	387.83	38.80
5	Макаронные изделия	15.0	-0.3%	-	74.00	-	-	-	30.00	-	-	45.50	-	149.50	15.00
6	Картофель	187.0	-30.3%	171.15	185.00	72.00	144.25	142.11	40.00	60.00	136.00	152.25	200.00	1302.76	130.30
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень.	280.0	-57.7%	63.69	149.24	199.20	114.51	174.62	70.06	69.53	145.84	88.00	108.60	1183.29	118.30
8	Фрукты свежие	185.0	-22.2%	175.00	107.00	150.00	100.00	115.00	187.50	210.00	100.00	124.00	170.00	1438.50	143.90
9	Сухофрукты	15.0	-66.7%	-	15.00	-	10.00	-	-	-	15.00	-	10.00	50.00	5.00
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200.0	-79.0%	-	200.00	-	-	10.00	-	-	10.00	200.00	-	420.00	42.00
11	Масо 1 категории	70.0	-41.2%	95.10	-	79.80	73.03	-	-	44.33	29.60	-	89.60	411.46	41.10
12	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30.0	-47.8%	-	-	-	66.60	-	-	-	-	90.00	-	156.60	15.70
13	Птица (цыплята-бройлеры 1кат. потрошённые)	35.0	-30.9%	-	-	14.00	-	72.95	75.31	-	-	79.63	-	241.89	24.20
14	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленное	58.0	-79.0%	-	47.25	-	-	-	-	24.40	50.00	-	-	121.65	12.20
15	Молоко (маж 2.5%, 3.2%)	300.0	-42.3%	251.50	144.25	226.00	129.38	306.00	240.00	14.00	130.38	90.88	200.00	1732.38	173.20
16	Кисломолочные продукты	150.0	-40.0%	180.00	-	180.00	-	-	180.00	-	180.00	-	180.00	900.00	90.00
17	Творог (маж 5% - 9%)	50.0	-70.3%	-	-	-	10.62	-	-	138.00	-	-	-	148.62	14.90
18	Сыр	10.0	-61.0%	10.00	19.00	-	-	-	-	-	-	-	10.00	39.00	3.90
19	Сметана	10.0	-31.2%	8.00	-	12.30	14.75	-	14.93	6.00	8.00	4.80	-	68.78	6.90
20	Масло сливочное	30.0	-39.1%	15.35	27.90	11.70	14.90	17.79	22.07	16.35	23.43	24.24	9.00	182.73	18.30
21	Масло растительное	15.0	-39.7%	7.41	6.00	8.00	11.43	10.40	4.17	6.13	11.00	15.96	9.91	90.40	9.00
22	Яйцо	40.0	-72.5%	-	-	5.60	10.11	41.44	2.31	6.00	40.00	4.38	-	109.84	11.00
23	Сахар	30.0	-21.4%	23.20	21.12	13.45	35.16	14.20	21.31	45.30	16.12	22.27	23.72	235.86	23.60
24	Кондитерские изделия	10.0	-100.0%	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
25	Чай	1.0	-70.0%	-	0.20	1.00	0.20	0.20	-	0.20	0.20	1.00	-	3.00	0.30
26	Какао-порошок	1.0	-20.0%	4.00	-	-	-	-	4.00	-	-	-	-	8.00	0.80
27	Кофейный напиток	2.0	-30.0%	-	-	-	7.00	-	-	-	-	-	7.00	14.00	1.40
28	Дрожжи хлебопекарные	0.2	17.0%	0.29	-	-	1.00	-	0.73	-	-	0.31	-	2.34	0.20
29	Крахмал	3.0	-34.0%	-	-	-	-	9.00	-	10.80	-	-	-	19.80	2.00
30	Соль	3.0	-13.9%	2.72	2.48	2.78	3.15	2.47	2.08	1.60	2.89	3.33	2.34	25.84	2.60
31	Специи	2.0	-98.4%	0.06	-	0.04	0.06	0.04	0.05	-	0.04	0.04	-	0.33	-
32	Другая	-	-	546.73	821.95	671.98	1025.10	634.86	637.37	926.06	674.80	1049.96	624.27	7613.08	761.30