

День: 1 понедельник

Льготная категори

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
ткб	Омлет натуральный	150	13.90	14.30
ткк№233	Сыр Российский порционно	20	4.60	5.90
ткк136	Напиток кофейный с молоком	200	1.50	1.30
ткк243	Батон столовый	30	1.88	0.20
ткк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2.90	3.50
	Итого:	515	24.78	25.20
Обед				
ткк175	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1.00	3.10
ткк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1.07	3.79
ткк45	Плов по-узбекски из говядины	200	18.23	21.29
ткк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
ткк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0.80	0.80
	Итого:	795	25.225	29.5265
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		50.01	54.73

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
ткб	Омлет натуральный	200	16.68	17.16
ткк№233	Сыр Российский порционно	20	4.60	5.90
ткк136	Напиток кофейный с молоком	200	1.50	1.32
ткк243	Батон столовый	50	3.13	0.33
ткк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2.90	3.50
	Итого:	585	28.81	28.21

Обед				
ттк175	Салат картофельный с зеленым горошком	100	1.60	5.16
ттк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1.07	3.79
тк45	Плов по-узбекски из говядины	200	18.23	21.29
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0.00	0.00
	Итого:	865	25.03	30.79
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53.84	59.00

День: 2 вторник

Льготная категори

Неделя: вторая

Сезон: **осенне-зимний**

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	0.55	0.10
ттк110	Тефтели из говядины с рисом и соусом томатным	110	10.10	11.10
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2.50	4.80
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1.40	0.28
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0.30	0.00
	Итого:	537	14.9	16.3
Обед				
ттк 53	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0.76	3.06
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой, мясом и сметаной)	250/15/10	6.87	7.02
ттк 39	Котлета любительская(минтай)	100	10.20	8.75
ттк 422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3.20	8.40
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
ттк21	Напиток апельсиновый	200	0.20	0.00
таб.9	Фрукты свежие(груша)	200	0.96	0.24
	Итого:	1025	26.32	28.02
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		41.17	44.30

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	100/2	2.06	0.10
ттк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	110	10.10	11.10
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3.60	5.76
ттк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1.40	0.28
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0.30	0.00
	Итого:	527	17.5	17.2
Обед				
ттк 53	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1.60	4.10
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой, мясом и сметаной)	250/15/10	6.87	7.02
ттк 39	Котлета любительская(минтай)	100	10.20	8.75
ттк 422	Картофель запеченный по-деревенски	180	3.84	10.30
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
ттк21	Напиток апельсиновый	200	0.20	0.00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(груша)	150	0.60	0.14
	Итого:	1155	27.43	30.86
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		44.89	48.10

День: 3 среда

Льготная категори

Неделя: вторая

Сезон: **осенне-зимний**

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
ттк 16	Ватрушка Царская (запеканка)	150	14.07	16.30
ттк243	Батон столовый	30	1.88	0.20
тк37	Какао с витаминами	200	3.77	2.50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	150	0.50	0.50
	Итого:	530	20.22	19.50

Обед				
ТТК149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	60	3.10	5.10
ТТК 18	Свекольник со сметаной	250/10	2.69	5.39
ТТК97	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	16.90	16.12
ТТК243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4.13	0.55
ТТК39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0.00	0.00
	Итого:	795	26.82	27.16
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47.04	46.66

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
ТТК 16	Ватрушка Царская (запеканка)	200	18.76	21.73
ТТК243	Батон столовый	30	1.88	0.20
ТТК37	Какао с витаминами	200	3.77	2.50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	130	0.50	0.50
	Итого:	560	24.91	24.93
Обед				
ТТК149	Сельдь с/с с яйцом и луком зеленым	60	3.10	5.10
ТТК 18	Свекольник со сметаной	250/10	2.69	5.39
ТТК97	Жаркое по-домашнему	225	16.90	17.70
ТТК243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
ТТК39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0.00	0.00
	Итого:	865	26.815	28.74
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		51.725	53.67

День 4 четверг

Льготная категори

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				

скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0.55	0.10
ттк403	Кнели из птицы с соусом	110	13.00	13.20
тк 35	Картофельное пюре	150	2.54	5.44
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1.40	0.28
тк10	Чай с сахаром	200	0.20	0.00
таб.6 Скурихин	Кондитерские изделия	50	1.88	2.50
	Итого	597	19.57	21.52
Обед				
тк11	Винегрет овощной	60	0.84	5.06
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2.60	5.30
ттк493	Биточки по-селянски	105	10.70	8.50
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7.60	5.61
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
ткб	Компот из сухофруктов	200	0.90	0.20
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	2.50	2.50
	Итого:	1295	29.27	27.72
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48.84	49.24

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1.26	0.20
ттк403	Кнели из птицы с соусом	110	13.00	13.20
тк35	Картофельное пюре	180	3.78	8.10
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	50	3.30	0.60
тк10	Чай с сахаром	200	0.20	0.00
таб.6 Скурихин	Кондитерские изделия	50	1.88	2.50
	Итого:	692	23.42	24.60
Обед				
тк11	Винегрет овощной	100	2.40	8.10
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2.60	5.30
ттк493	Биточки по-селянски	105	10.70	8.50
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7.12	6.73

тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
тгк6	Компот из сухофруктов	200	0.90	0.20
тгк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	2.50	2.50
	Итого:	1095	30.35	31.88
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53.77	56.48

День: 5 пятница

Льготная категори

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
тгк438	Салат "Школьный"	60	3.20	4.80
тгк258	Плов из птицы(филе)	200	10.66	10.00
тгк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1.98	0.20
тгк118	Какао "Несквик"	200	2.50	2.50
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0.40	0.20
	Итого	585	18.74	17.70
Обед				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1.30	0.06
тгк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	3.76	6.29
тгк142	Сосиска отварная молочная	100	11.40	18.20
тгк15	Рагу овощное	150	4.50	6.70
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4.13	0.55
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие (банан)	250	1.80	0.40
	Итого:	1030	26.89	32.20
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		45.63	49.90

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые веще	
			Б	Ж
Завтрак				
тгк438	Салат "Школьный"	100	8.66	9.67
тгк248	Плов из птицы(филе)	225	12.60	11.00
тгк243	Хлеб пшеничный в/с	50	3.96	0.40
тгк118	Какао "Несквик"	200	2.50	2.50
	Фрукты свежие (мандарины)	100	0.40	0.20

	Итого	675	27.72	23.57
Обед				
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2.06	0.10
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	3.76	6.29
ттк142	Сосиска отварная молочная	100	11.40	18.20
ттк15	Рагу овощное	180	5.40	8.04
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4.13	0.55
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0.00	0.00
таб.9	Фрукты свежие (бананы)	150	1.80	0.40
	Итого:	1100	28.55	33.58
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		56.27	57.15

Технолог отдела общественного питания

И.И.Корниенкс

в-ва	ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								В1
		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	
5.00	259.00	176.50	216.00	19.0	257.0	3.00	21.56	27.82	57.20	0.07
15.00	72.60	29.00	176.00	9.00	130.0	0.20	0.00	2.90	0.00	0.01
22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02
12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03
21.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20
76.6	587.3	668.5	792.8	81.3	731.3	4.5	31.7	34.7	82.0	0.3
5.40	54.00	70.20	6.90	7.20	4.20	0.18	0.00	0.00	0.00	0.01
24.53	101.00	427.20	80.50	38.65	94.60	1.63	5.86	0.66	35.70	0.07
38.15	485.00	408.50	33.81	233.83	255.81	1.85	9.30	6.68	103.9	0.09
23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02
11.00	38.00	556.00	85.00	32.50	57.50	0.01	4.00	0.60	16.00	0.50
121.756	874.15	1543.7	233.71	386.18	443.36	7.546	23.06	11.04	169.6	0.7745
198.31	1461.45	2212.2	1026.5	467.43	1174.6	12.05	54.72	45.76	251.6	1.10

в-ва	ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								В1
		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	
11.30	310.00	235.30	152.00	26.3	344.0	3.87	28.75	37.09	76.27	0.13
15.00	72.60	29.00	176.00	9.00	130.0	0.20	0.00	2.90	0.00	0.01
22.40	107.00	168.00	161.00	7.00	145.0	1.00	9.00	2.00	20.00	0.02
25.00	101.16	276.70	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03
21.30	88.00	129.00	235.00	30.00	196.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20
95.00	678.76	838.00	728.75	88.52	818.25	5.37	38.85	43.99	101.1	0.39

9.00	90.00	117.03	11.50	12.00	7.00	0.30	0.00	0.00	0.00	0.01
24.53	101.00	427.20	80.50	38.65	94.60	1.63	5.86	0.66	35.70	0.07
38.15	485.00	408.50	33.81	233.83	255.81	1.85	9.30	6.68	103.9	0.09
23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
19.20	80.80	300.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02
114.36	872.15	1334.5	153.31	358.48	388.66	7.66	19.06	10.44	153.6	0.27
209.36	1550.91	2172.5	882.06	447.00	1206.9	13.03	57.91	54.43	254.7	0.66

1Я _____

1 вариант

У	ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								В1
		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	
3.80	8.00	98.00	6.90	7.20	4.20	0.18	0.10	0.10	5.00	0.01
6.20	237.50	182.00	38.00	22.00	95.00	2.00	10.80	1.54	27.60	0.04
33.30	191.00	102.00	11.00	7.00	36.00	0.80	1.32	0.00	20.24	0.06
10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04
15.00	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.02	0.70	0.00
68.6	528.0	470.8	71.2	78.7	157.0	4.9	13.6	3.5	61.5	0.2
4.14	48.00	180.00	31.20	9.00	16.20	0.39	1.80	0.18	6.00	0.02
20.40	132.00	312.20	34.00	27.00	79.00	1.00	4.90	0.26	29.30	0.04
6.00	261.00	215.00	42.00	18.00	180.00	1.00	65.00	8.90	317.0	0.08
21.86	184.93	481.60	39.83	93.13	31.76	1.21	5.10	0.27	27.90	0.16
23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
25.70	104.00	32.60	8.00	3.00	5.00	0.10	0.35	0.09	3.00	0.01
33.00	42.00	310.00	42.00	20.40	13.20	0.12	2.00	0.20	20.00	0.04
134.58	887.28	1613.2	210.53	236.53	342.41	4.90	83.05	13.00	417.2	0.43
203.13	1415.28	2084.0	281.68	315.23	499.36	9.83	96.67	16.46	478.7	0.58

вещ-ва	ЭЦ	Минеральн. вещ-ва, мг								
У	(ккал.)	К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1
1.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03
6.20	237.50	182.00	38.00	22.00	95.00	2.00	10.80	1.54	27.60	0.04
37.56	229.20	61.20	13.20	8.40	43.20	0.96	0.73	0.00	12.10	0.07
10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04
15.00	40.00	10.80	8.00	5.00	10.00	1.00	0.00	0.02	0.70	0.00
70.0	570.2	473.0	88.4	83.4	181.0	5.5	15.9	3.7	65.4	0.2
16.90	116.00	316.60	52.00	15.00	27.00	0.67	3.40	0.39	14.80	0.03
20.40	132.00	312.20	34.00	27.00	79.00	1.00	4.90	0.26	29.30	0.04
6.00	261.00	215.00	42.00	18.00	180.00	1.00	65.00	8.90	317.0	0.08
26.23	321.00	577.90	47.80	111.76	38.11	1.45	6.12	0.32	33.48	0.19
23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
25.70	104.00	32.60	8.00	3.00	5.00	0.10	0.35	0.09	3.00	0.01
25.00	65.00	155.00	42.00	20.40	13.20	0.12	1.00	0.10	10.00	0.02
143.705	1114.35	1691.1	239.3	261.16	359.56	5.418	84.67	13.16	421.6	0.4562
213.715	1684.55	2164.1	327.65	344.56	540.51	10.868	100.6	16.82	487	0.6362

19

1 вариант

вещ-ва	ЭЦ	Минеральн. вещ-ва, мг								
У	(ккал.)	К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1
39.60	362.18	104.00	156.00	4.4	74.00	1.01	11.80	26.50	38.00	0.03
12.85	60.70	166.00	4.75	16.25	3.25	0.30	1.10	2.00	4.80	0.03
26.00	151.28	146.00	221.00	14.00	3.20	1.00	0.90	2.00	20.00	0.30
9.50	32.00	230.00	30.00	11.00	17.0	0.10	1.76	0.26	7.04	0.04
87.95	606.16	646.00	411.75	45.65	97.45	2.41	15.56	30.76	69.84	0.40

1.90	12.00	145.00	5.50	10.50	3.50	0.15	0.40	0.20	10.00	0.04
10.54	193.00	121.00	100.84	143.8	17.24	1.14	2.70	10.00	57.00	0.08
20.30	132.00	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14
10.25	51.50	78.00	7.25	37.50	11.75	0.95	1.40	1.80	8.00	0.04
10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00
18.50	104.00	55.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.01
71.49	533.50	870.00	170.59	228.76	133.49	5.34	8.90	12.24	101.40	0.31
3.96	73.80	124.50	22.80	11.40	21.60	0.60	1.80	0.15	10.14	0.01
14.30	116.00	262.70	34.00	20.00	68.00	0.90	5.08	0.37	30.83	0.06
9.07	212.00	316.00	12.00	16.00	109.30	1.33	6.59	0.52	63.50	0.05
37.33	230.15	226.25	13.20	180.30	420.00	4.03	1.90	3.54	0.20	0.26
23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
25.00	94.00	492.50	85.00	32.50	57.50	0.01	5.00	1.25	42.50	0.10
21.70	45.00	292.00	240.00	28.00	190.00	0.20	18.00	4.00	40.00	0.08
134.83	886.30	1795.8	420.50	354.20	883.65	8.15	42.27	12.93	201.2	0.64
206.32	1419.80	2665.8	591.09	582.96	1017.1	13.49	51.17	25.17	302.6	0.95

У	ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								В1
		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	
4.68	58.34	241.60	18.90	21.70	27.90	0.90	0.70	0.33	16.70	0.06
10.54	193.00	121.00	100.84	143.8	17.24	1.14	2.70	10.00	57.00	0.08
26.28	196.20	471.00	47.00	29.00	85.00	1.10	4.40	0.24	26.40	0.14
17.60	89.00	305.00	14.50	75.00	23.50	1.95	2.20	2.70	12.00	0.09
10.00	41.00	0.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00
18.50	104.00	55.00	5.00	4.00	8.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.01
87.60	681.54	1193.6	191.24	277.46	169.64	7.09	10.00	13.27	112.1	0.38
6.60	123.00	207.50	38.00	19.00	36.00	1.00	3.00	0.25	16.90	0.02
14.30	116.00	262.70	34.00	20.00	68.00	0.90	3.00	0.37	30.83	0.06
9.07	212.00	316.00	12.00	16.00	109.30	1.33	6.59	0.52	63.50	0.05
46.79	308.00	271.50	15.84	216.36	504.00	4.84	2.28	4.25	17.54	0.31

23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
25.00	94.00	492.50	85.00	32.50	57.50	0.01	5.00	1.25	42.50	0.10
21.70	45.00	292.00	240.00	28.00	190.00	0.20	18.00	4.00	40.00	0.08
146.94	1013.35	1924.0	438.34	397.86	982.1	9.35	41.77	13.74	225.3	0.70
234.54	1694.89	3117.6	629.58	675.32	1151.7	16.44	51.77	27.01	337.4	1.08

1я _____

1 вариант

У	ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								
		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1
3.26	83.41	88.57	13.00	15.00	140.00	0.02	2.05	10.92	58.13	0.18
46.90	363.00	510.40	244.00	46.70	26.00	0.01	5.83	12.12	67.40	2.70
12.20	58.50	23.30	0.03	0.00	0.00	0.01	0.80	1.50	3.63	0.28
22.40	107.00	146.00	60.00	60.00	47.0	0.0	0.9	2.0	20.0	53.70
7.50	38.00	556.00	85.00	32.50	57.50	0.01	4.00	0.60	16.00	0.50
92.26	649.91	1324.3	402.03	154.20	270.50	0.05	13.58	27.14	165.2	57.36
0.56	8.00	84.60	15.10	10.10	19.90	0.31	1.80	0.18	10.20	0.02
24.00	135.00	344.10	65.30	21.00	68.00	1.08	4.38	2.34	25.30	0.06
20.00	266.00	200.00	36.00	20.00	162.00	2.00	0.00	0.00	0.0	0.10
12.00	121.00	454.00	37.00	25.00	92.00	1.10	3.60	0.19	25.00	0.08
23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02
18.80	46.00	696.00	68.00	46.00	26.00	0.60	0.10	2.00	4.40	0.08
118.04	772.15	1860.5	248.90	196.10	399.15	8.97	13.78	7.81	78.9	0.44
210.30	1422.06	3184.8	650.93	350.30	669.65	9.02	27.36	34.95	244.1	57.80

У	ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								
		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1
4.34	139.01	147.62	6.90	7.20	4.20	0.18	3.42	18.20	96.88	0.01
46.90	419.70	580.60	244.00	46.70	216.00	2.70	6.63	13.77	76.60	0.12
24.40	117.00	46.60	0.06	0.00	0.00	0.56	1.60	3.00	7.26	10.00
22.40	107.00	146.00	60.00	60.00	47.0	0.0	0.9	2.0	20.0	53.70
7.50	38.00	155.00	16.00	9.00	11.00	2.20	2.00	0.30	8.00	0.03

98.04	782.71	1075.8	310.96	113.90	267.20	3.44	12.55	36.97	200.7	63.83
2.00	12.00	141.00	21.90	10.50	21.00	0.54	3.00	0.30	17.00	0.03
24.00	135.00	344.10	65.30	21.00	68.00	1.08	4.38	2.34	25.30	0.06
20.00	266.00	200.00	36.00	20.00	162.00	2.00	0.00	0.00	0.0	0.10
18.00	175.00	544.80	37.00	25.00	92.00	1.10	4.32	0.23	30.00	0.59
23.48	115.35	81.80	13.50	66.00	17.25	1.08	3.90	3.10	14.00	0.08
19.20	80.80	0.00	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.02
35.00	195.00	696.00	68.00	46.00	26.00	0.60	0.10	2.00	4.40	0.08
141.68	979.15	2007.7	255.70	196.50	400.25	9.20	15.70	7.97	90.7	0.96
239.72	1761.86	3083.5	566.66	310.40	667.45	12.64	28.25	44.94	291.4	64.79

)

Витамины, мг			
B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
0.99	0.30	156.0	2.20
0.06	0.14	52.00	0.19
0.15	1.00	23.80	0.00
0.01	0.00	0.00	0.00
0.20	2.00	22.00	0.00
1.4	3.4	253.8	2.4
0.01	1.50	0.00	0.00
0.06	27.00	0.27	0.00
0.16	1.50	0.00	0.01
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	4.00	0.00	0.00
0.05	20.00	10.00	0.00
0.31	54	10.27	0.01
1.72	57.44	264.07	2.40

Витамины, мг			
B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
1.32	0.48	392.00	2.93
0.06	0.14	52.00	0.19
0.15	1.00	23.80	0.00
0.01	0.00	0.00	0.00
0.20	2.00	22.00	0.00
1.74	3.62	489.80	3.12

0.01	2.50	3.00	0.00
0.06	27.00	0.27	0.00
0.16	1.50	0.00	0.01
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	4.00	0.00	0.00
0.26	35.00	3.27	0.01
2.00	38.62	493.07	3.13

Витамины, мг			
B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
0.01	1.50	0.00	0.00
0.10	15.00	0.00	0.00
0.03	0.00	0.03	0.06
0.08	0.00	0.00	0.00
0.00	3.00	0.00	0.00
0.2	19.5	0.0	0.1
0.02	23.40	0.02	0.01
0.08	8.00	0.21	0.65
0.34	2.00	0.36	0.01
0.07	25.45	0.54	0.65
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	5.00	0.00	0
0.06	10.00	4.00	0.00
0.60	73.85	5.13	1.32
0.82	93.35	5.16	1.38

Витамины, мг			
В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
0.04	10.00	10.00	0.00
0.10	15.00	0.00	0.00
0.10	0.02	0.00	0.03
0.08	0.00	0.00	0.00
0.00	3.00	0.00	0.00
0.3	28.0	10.0	0.0
0.05	39.00	0.04	0.01
0.08	8.00	0.21	0.65
0.34	2.00	0.36	0.01
0.08	65.00	0.65	0.68
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	5.00	0.00	0.0
0.03	5.00	2.00	0.00
0.601	124	3.26	1.35
0.921	152.02	13.26	1.38

Витамины, мг			
В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
0.27	0.50	93.00	1.50
0.01	0.00	0.00	0.00
0.15	15.00	130.0	2.50
0.02	35.00	3.00	0.00
0.45	50.50	226.00	4.00

0.12	2.00	0.01	1.50
0.06	17.32	30.00	0.65
0.19	26.28	0.00	0.00
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	4.00	0.00	0.00
0.40	49.60	30.01	2.15
<i>0.85</i>	<i>100.10</i>	<i>256.01</i>	<i>6.15</i>

Витамины, мг			
В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
0.36	0.70	124.00	2.00
0.01	0.00	0.00	0.00
0.15	15.00	130.0	2.50
0.02	35.00	3.00	0.00
0.536	50.7	257	4.50

0.12	2.00	0.01	1.50
0.06	17.32	30.00	0.65
0.21	26.28	0.00	0.00
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	4.00	0.00	0.00
0.43	49.60	30.01	2.15
<i>0.96</i>	<i>100.30</i>	<i>287.01</i>	<i>6.65</i>

Витамины, мг			
В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг

0.02	15.00	66.50	0.00
0.03	0.36	44.40	0.01
0.06	5.00	1.80	0.06
0.08	0.00	0.00	0.00
0.00	0.00	0.00	0.00
0.02	1.23	1.70	0.00
0.20	21.59	114.40	0.07

0.02	9.00	0.15	0.00
0.08	10.00	0.18	0.65
0.13	2.60	0.00	0.00
0.02	0.00	20.00	0.01
0.03	0.00	0.00	0.00
0.08	60.00	16.00	0.00
0.34	2.00	44.00	0.00
0.69	83.60	80.33	0.66
0.89	105.19	194.73	0.73

Витамины, мг			
B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
0.03	28.00	0.00	0.00
0.03	0.36	44.40	0.01
0.06	5.00	1.80	0.06
0.04	0.00	0.00	0.01
0.00	0.00	0.00	0.00
0.02	1.23	1.70	0.00
0.18	34.59	47.90	0.08
0.04	15.00	0.25	0.00
0.08	10.00	0.18	0.65
0.13	2.60	0.00	0.00
0.02	0.00	24.00	0.01

0.03	0.00	0.00	0.00
0.08	60.00	16.00	0.00
0.34	2.00	44.00	0.00
0.71	89.60	84.43	0.66
0.89	124.19	132.33	0.74

Витамины, мг			
B2	C	A,мкг	D,мкг
0.45	0.03	8.00	0.90
0.09	0.01	14.70	0.30
5.00	0.01	0.00	0.00
0.15	10.00	10.00	0.01
0.05	20.00	10.00	0.00
5.74	30.05	42.70	1.21
0.02	6.00	6.00	0.00
0.06	6.20	0.15	0.01
0.09	0.00	0.00	0.00
0.04	12.00	0.86	0.00
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	4.00	0.00	0.00
0.10	20.00	40.00	0.00
0.34	48.20	47.0	0.01
6.07	78.25	89.7	1.22

Витамины, мг			
B2	C	A,мкг	D,мкг
0.74	1.50	0.00	0.01
0.10	14.70	0.30	0.01
0.01	32.50	7.00	0.01
0.15	10.00	10.00	0.01
0.02	10.00	0.00	0.00

1.00	58.70	17.30	0.04
0.04	10.00	10.00	0.00
0.06	6.20	0.15	0.01
0.09	0.00	0.00	0.00
0.05	9.00	0.86	0.00
0.03	0.00	0.00	0.00
0.00	4.00	0.00	0.00
0.00	20.00	0.00	0.00
0.27	49.20	11.0	0.01
1.27	107.90	28.3	0.01