

УЖИН	Овощи натуральные свежие (огурцы или помидоры)	60	100	0,42	0,00	2,70	9,90	5,66	0,00	24,80	0,33	0,03	14,16	58,90	0,00	№ 71 (Мор.-2005) № 290/31 (Мор.-2005) № 203 (Мор.-2005) № 377 (Мор.-2005) пром. пром.
	Птица, тушенная в соусе	90/50	100/50	0,70	0,00	4,50	16,50	9,44	0,00	41,30	0,39	0,05	23,60	98,30	0,00	
	Макаронные изделия отварные	150	180	25,20	31,90	7,09	416,20	72,80	28,93	259,40	2,05	0,07	3,17	420,00	0,98	
	Чай с лимоном	200/15/7	200/15/7	27,00	34,20	7,60	446,00	78,00	31,00	278,00	2,20	0,08	3,40	430,00	1,05	
	Хлеб пшеничный	40	60	5,21	4,51	26,40	168,40	4,83	21,11	37,16	1,10	0,06	0,00	31,50	0,96	
	От 7 до 11	595	695	6,26	5,42	31,70	202,10	5,83	25,34	44,60	1,33	0,07	0,00	37,80	1,16	
	От 12 и старше	60	60	0,20	0,00	16,00	65,00	14,20	2,40	4,40	0,36	0,01	5,60	2,00	0,06	
	Напиток кисломолочный (Раженка 2,5% жирности)	200	200	3,80	0,40	24,60	117,20	10,00	7,00	32,50	0,55	0,06	0,02	0,00	0,00	
	От 7 до 11	200	200	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	
	Итого за ужин:			34,83	36,81	76,79	776,70	107,51	59,44	358,26	4,41	0,22	22,95	512,40	2,00	
Итого за 2-й ужин:			38,72	40,10	89,32	870,24	105,27	67,14	407,30	5,14	0,27	32,62	588,10	2,27		
Итого за день:			5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,06	1,40	44,00	0,00	№ 386 (Мор.-2005)	
Итого за 2-й ужин:			5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,06	1,40	44,00	0,00		
Итого за день:			108,13	110,95	414,75	3101,18	935,56	359,71	1549,55	30,64	4,10	164,25	1088,52	8,57		
Итого за день:			3205	3205	462,74	3453,53	982,78	410,34	1758,29	34,56	4,36	184,16	1226,68	10,19		

Неселя 1

День 2 (вторник)

Пример пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность		Минеральные вещества, мг.										Номер рецептуры
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калория	Ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E			
ЗАВТРАК	Пудинг из творога (запеченный) с молоком ступенчатый Кефирный напиток с молоком Изделие хлебобулочное "Ладушка"	150/200	200/200	21,00	14,40	30,10	168,00	97,50	30,39	273,30	0,67	0,04	0,18	0,25	400,00	6,80	№222 (Мор.-2005) №379 (Мор.-2005) пром.		
		200	200	2,79	3,19	19,71	118,69	120,30	14,05	90,00	0,06	0,04	1,30	19,00	0,00				
		50	50	4,10	1,90	28,65	150,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		10	10	0,10	7,30	0,10	66,1	0,20	0,00	0,40	0,10	0,10	0,00	5,00	0,70				
Итого за завтрак:	72,5% (порциями) От 7 до 11 От 12 и старше	430	460	23,89	24,89	49,91	352,79	218,00	44,44	363,70	0,83	0,18	1,48	324,00	5,80	№14 (Мор.-2005) №544 (Пр.-2021) №15 (Мор.-2005) №382 (Мор.-2005)			
		60	60	4,10	4,20	28,50	168,00	13,70	6,10	33,40	0,44	0,05	0,00	25,40	0,60				
Итого за завтрак:	От 7 до 11 От 12 и старше	20	20	4,60	5,80	0,00	72,80	17,30	1,70	12,50	1,06	0,53	0,13	6,40	0,60	№15 (Мор.-2005) №382 (Мор.-2005)			
		200	200	4,08	3,54	17,5	118,5	152,2	21,34	124,5	0,48	0,06	1,59	19,00	0,06				
Итого за 2-й завтрак:	Капустя цветная отварная с маслом сливочным Суп картофельный с макаронными изделиями Рагу из птицы Напиток лимонный Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	280	280	12,78	13,54	46,00	359,30	183,20	29,14	170,40	1,98	0,64	1,72	44,40	1,26	№129 (Мор.-2005)			
		60/5	100/5	0,78	2,22	1,92	30,60	21,60	7,20	12,60	0,30	0,01	9,42	11,40	0,12				
ОБЕД	От 7 до 11 От 12 и старше	875	1035	45,06	45,08	89,42	949,70	166,36	169,52	705,90	11,53	0,52	40,51	13,24	4,90	№168/331 (Мор.-2005) №376 (Мор.-2005) пром.			
		110	110	1,50	5,90	10,10	100,00	20,00	18,00	41,00	1,90	0,04	50,90	603,00	3,30				
Итого за обед:	Перец фаршированный овощами и рисом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200/15	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00	№71 (Мор.-2005) пром.			
		30	30	2,28	0,24	14,76	70,32	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	0,00				
Итого за полдник:	Овощи натуральные свежие (огурцы или помидоры) Печень, тушенная в соусе Каша рассыпчатая (пшеница) Сок фруктовый	340	340	3,85	6,16	39,86	230,32	37,10	23,60	70,50	2,51	0,07	50,94	603,00	3,30	№71 (Мор.-2005) №302 (Мор.-2005) №389 (Мор.-2005) пром.			
		60	100	0,42	0,00	2,70	9,90	5,66	0,00	24,80	0,35	0,03	14,16	58,90	0,00				
УЖИН	Хлеб пшеничный От 7 до 11 От 12 и старше	90/50	100/50	17,73	12,22	5,33	223,06	35,84	20,72	312,66	6,60	0,26	40,41	7499,00	1,40	№261/333 (Мор.-2005) №302 (Мор.-2005) №389 (Мор.-2005)			
		150	180	7,47	1,93	33,30	181,60	18,48	120,90	178,00	4,00	0,18	0,00	1,10	0,48				
Итого за ужин:	От 7 до 11 От 12 и старше	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№389 (Мор.-2005) пром.			
		40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00				
Итого за 2-й завтрак:	Напиток кислоломонный (кефир 2,5% жирности) От 7 до 11 От 12 и старше	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	№386 (Мор.-2005)			
		200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00				
Итого за день:	От 7 до 11 От 12 и старше	2715	3005	119,99	108,98	292,06	2490,23	983,72	503,51	2354,62	32,71	2,63	173,15	9270,71	19,58				
		2715	3005	119,99	108,98	292,06	2490,23	983,72	503,51	2354,62	32,71	2,63	173,15	9270,71	19,58				

Меню 1
День 4-й (четверг)

Пример пищи	Наименование блюда	Выход блюда 7-11 лет	12 лет и старше	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		Минеральные вещества, мг.										Витамины, мг.					Номер рецептуры
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал	Ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E								
ЗАВТРАК	Капша ягнечья вязкая с маслом и сахаром	200/10/10	200/10/10	7,24	6,64	33,12	221,12	154,4	35,6	238,2	0,9	0,11	1,26	38,6	239,60	№174 (Мор.-2005)								
	Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	1,40	1,60	16,40	86,00	66,00	12,00	50,00	0,80	0,02	0,60	0,00	0,00	№378 (Мор.-2005)								
	Бульбобл с сыром	50	50	6,1	4,9	27,8	178,7	15	2,9	12,6	4,1	2,7	5,1	2,70	№3 (Мор.-2005)									
Итого за завтрак:	От 7 до 11	455	455	14,74	13,14	77,32	485,82	235,40	50,50	300,80	5,80	2,83	2,06	43,70	242,30									
	От 12 и старше	455	455	14,74	13,14	77,32	485,82	235,40	50,50	300,80	5,80	2,83	2,06	43,70	242,30									
2-й ЗАВТРАК	Ватрушка с творогом	60	60	7,8	2,8	21,7	144	49	11	85	0,36	0,05	0	19	0,6	№311/567(Дер.-2021)								
	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№389 (Мор.-2005)								
Итого за 2-й завтрак:	От 7 до 11	260	260	8,80	2,80	41,90	228,80	63,00	19,00	99,00	3,16	0,07	4,00	19,00	0,80									
	От 12 и старше	260	260	8,80	2,80	41,90	228,80	63,00	19,00	99,00	3,16	0,07	4,00	19,00	0,80									
ОБЕД	Икра кабачковая	60	100	1,80	5,60	10,70	101,90	39,61	23,80	39,70	1,06	0,07	42,91	40,50	0,29	№73 (Мор.-2005)								
	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	250/5	250/5	2,87	7,11	11,40	134,30	65,60	29,50	20,60	1,24	0,05	10,70	0,00	2,40	№82 (Мор.-2005)								
	Пампушки с чесноком	26	26	1,50	1,00	10,90	56,00	5,67	2,34	14,40	0,20	0,08	0,05	1,30	0,70	№184 (Зюб.-2012)								
	Гуляш из отварной говядины	90/50	100/50	15,70	16,20	501,00	227,81	38,15	30,03	149,00	2,62	0,09	6,33	36,40	0,69	№246 (Мор.-2005)								
		150		17,40	18,00	556,60	253,12	42,38	33,36	165,55	2,91	0,10	7,03	39,00	0,74									
	Капша раскатанная (гречневая)	200	200	6,20	1,61	27,80	151,40	15,40	100,70	148,40	3,33	0,15	0,00	0,92	0,40	№302 (Мор.-2005)								
	Кисель из повидла	40	40	0,10	0,00	13,80	55,00	3,30	0,80	3,90	0,16	0,00	0,02	0,00	0,00	№360 (Мор.-2005)								
	Хлеб пшеничный	80	60	4,56	0,96	26,72	136,64	28,00	37,60	126,40	3,12	0,14	0,03	0,00	0,00	пром.								
	Хлеб ржанко-пшеничный	120	120	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	0,06	0,00	0,00	пром.								
	Хлеб отрубной	951	1091	34,27	29,56	606,82	859,81	182,21	218,53	498,10	11,54	0,52	42,84	61,62	3,66									
Итого за обед:	От 7 до 11	1091	1091	42,12	34,56	695,40	1071,16	223,37	273,16	636,35	14,71	0,68	60,74	80,60	3,91									
	От 12 и старше	1091	1091	42,12	34,56	695,40	1071,16	223,37	273,16	636,35	14,71	0,68	60,74	80,60	3,91									
ПОЛДНИК	Запеканка рисовая с яблоком с молоком сухим	100/20	100/20	3,64	6,86	18,40	145,50	14,00	13,00	29,50	0,40	0,02	2,40	35,20	0,13	№187 (Мор.-2005)								
	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,00	9,60	108,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,08	2,60	40,00	0,18	№385 (Мор.-2005)								
Итого за полдник:		320	320	9,44	11,86	28,00	253,50	254,00	41,00	209,50	0,60	0,10	5,00	75,20	0,31									
УЖИН	Сельдь с луком	90/50	100/50	33,70	25,90	3,64	383,70	169,20	83,90	550,10	2,50	0,06	6,03	38,80	2,22	№76 (Мор.-2005)								
	Картофель отварной	150	150	2,58	4,31	27,30	129,00	30,00	60,00	72,00	0,45	0,15	11,10	0,00	0,02	№310 (Мор.-2005)								
	Чай с лимоном	200/15/7	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00	14,20	2,40	4,40	0,36	0,01	5,60	2,00	0,06	№377 (Мор.-2005)								
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	пром.								
	Хлеб отрубной	530	60	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00									
Итого за ужин:	От 7 до 11	590	590	43,96	33,46	82,22	771,54	221,90	136,70	704,80	4,25	0,31	22,74	40,80	2,30	№386 (Мор.-2005)								
	От 12 и старше	590	590	43,96	33,46	82,22	771,54	221,90	136,70	704,80	4,25	0,31	22,74	40,80	2,30									
2-й УЖИН	Напиток кисломолоочный (Ягнечка 2,5% жирности)	200	200	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,06	1,40	44,00	0,00									
Итого за 2-й ужин:	От 7 до 11	2716	2716	112,57	92,89	828,66	2605,39	1178,01	478,93	180,00	3,20	0,06	1,40	44,00	0,00									
	От 12 и старше	2716	2716	112,57	92,89	828,66	2605,39	1178,01	478,93	180,00	3,20	0,06	1,40	44,00	0,00									
Итого за день:	От 7 до 11	2916	2916	124,86	100,82	932,84	2916,82	1237,67	548,26	2130,45	28,72	4,05	98,60	306,10	2,49,78									
	От 12 и старше	2916	2916	124,86	100,82	932,84	2916,82	1237,67	548,26	2130,45	28,72	4,05	98,60	306,10	2,49,78									

Присм пиши	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Минеральные вещества, мг.							Витамины, мг.					Номер рецептуры
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E					
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком грушевыми Известие хлебоулучшное "Ладушка"	150/20	200/20	29,40	21,80	40,00	395,80	341,20	48,15	412,50	1,05	0,10	0,79	300,00	1,35	№223 (Мор.-2005) пром.				
				39,20	29,10	53,40	527,80	455,00	64,20	550,00	1,40	0,14	1,06	400,00	1,80					
		50	50	4,10	1,90	28,65	150,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
		10	10	0,10	7,30	0,10	66,1	0,20	0,00	0,40	0,10	0,10	0,00	5,00	0,70					
Итого за завтрак:	Масло сливочное Крестинское 72,9% (подшип) Кавал с молоком	200	200	4,08	3,54	17,5	118,5	152,2	21,34	124,5	0,48	0,06	1,59	19	0,06	№14 (Мор.-2005) №382 (Мор.-2005)				
		430	430	72,80	60,10	122,15	1140,69	796,40	112,35	962,90	2,55	0,34	1,85	705,00	3,85					
		От 7 до 11	От 12 и старше	76,88	63,64	139,65	1259,19	948,60	133,60	1087,40	3,03	0,40	3,44	724,00	3,91					
		55	55	2,4	3,8	27,9	153,6	1	1,5	2,8	3,3	2,4	0,1	2,5	2,5					
Итого за завтрак:	От 12 и старше	Бутерброд с повидлом	200	200	2,79	3,19	19,71	118,69	120,30	14,05	90,00	0,06	0,04	1,30	19,00	0,00	№2 (Мор.-2005) №379 (Мор.-2005)			
		Кефирный напиток с молоком	255	255	5,19	6,99	47,61	272,29	272,29	9,90	121,30	15,55	2,44	1,40	21,50	2,50				
		Овощи надрезанные свежие (огурцы или помидоры)	60	100	0,42	0,00	2,70	9,90	0,00	0,00	24,80	0,35	0,03	14,16	58,90	0,00				
		Суп картофельный с крупой (перловая)	250	250	2,50	3,00	18,80	113,00	9,00	13,60	41,00	0,50	0,05	3,90	0,46	0,20				
ОБЕД	Плов из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	90/150	100/180	21,20	17,80	37,40	394,90	47,24	49,76	208,80	2,29	0,06	1,05	382,00	4,42	№101 (Мор.-2005) №291 (Мор.-2005) №349 (Мор.-2005) пром.				
		200	200	25,40	21,20	44,60	471,20	56,38	59,38	249,10	2,74	0,08	1,26	446,00	5,16					
		40	40	0,04	0,00	24,76	94,20	3,60	19,40	3,60	0,18	0,01	1,80	0,00	0,10					
		60	60	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00					
Итого за обед:	Хлеб ржано-пшеничный От 7 до 11	80	120	5,28	0,96	26,72	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пром.				
		870	120	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	0,06	0,00	0,00					
		От 12 и старше	1010	32,48	22,08	130,06	842,40	104,30	125,96	430,60	6,88	0,33	20,95	441,36	4,72					
		150	150	0,60	0,40	30,00	126,00	22,20	12,20	14,80	3,02	0,04	3,40	0,00	0,20					
ПОЛДНИК	Яблоко печеное Сок фруктовый Кукуруза (консервированная) Отварная Котлеты из говядины с маслом сливочным	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№446 (Пер.-2021) №389 (Мор.-2005) №133 (Мор.-2005) №268 (Мор.-2005)				
		350	350	1,60	0,40	50,20	210,80	36,20	20,20	28,80	5,82	0,06	7,40	0,00	0,40					
		60	100	1,39	2,15	6,78	52,23	25,83	7,80	22,30	0,21	0,01	2,88	9,30	0,04					
		90/5	100/5	19,10	18,80	10,60	285,90	43,05	13,00	207,10	2,79	0,09	4,50	15,50	1,08					
Итого за полдник:	Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный От 7 до 11	150	180	5,21	4,51	26,40	168,40	4,85	21,11	37,16	1,10	0,06	0,00	3,150	0,96	№203 (Мор.-2005) №376 (Мор.-2005) пром.				
		200/15	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00					
		40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00					
		550	650	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	3,02	14,30	1,25					
Итого за ужин:	Напиток кисло-молочный (кефир 2,5% жирности) От 7 до 11	200	200	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,06	1,40	44,00	0,00	№386 (Мор.-2005)				
		2000	2000	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,06	1,40	44,00	0,00					
Итого за 2-й ужин:	От 7 до 11	2225	2000	147,75	131,50	428,78	3714,37	1555,03	371,00	2111,18	23,32	3,45	37,61	1245,16	12,78	№386 (Мор.-2005)				
		2225	2000	147,75	131,50	428,78	3714,37	1555,03	371,00	2111,18	23,32	3,45	37,61	1245,16	12,78					
Итого за день:	От 12 и старше	2225	2915	158,85	127,14	475,34	3494,22	1607,17	410,22	274,10	24,98	3,61	49,23	1354,76	13,56	№386 (Мор.-2005)				
		2225	2915	158,85	127,14	475,34	3494,22	1607,17	410,22	274,10	24,98	3,61	49,23	1354,76	13,56					

		День 6-й (Суббота)										Целем 1											
Применение	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность		Минеральные вещества, мг.						Витамины, мг.						Номер рецептуры		
		7-11 лет	12 лет и старше	Всего, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории	Ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E							
ЗАВТРАК	Итого за завтрак:	От 12 и старше	Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряники, конфеты)	40	40	2,60	6,70	180,40	9,20	4,00	26,00	0,32	0,04	0,00	10,00	0,40	№338 (Мор.-2005)						
			Шоколад свежий(блоке, груша, банан)	1шт./200	1шт./200	0,80	0,80	24,30	110,10	19,84	22,32	27,30	5,46	0,06	20,00	10,00	0,40	№338 (Мор.-2005)					
			Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№389 (Мор.-2005)					
			Итого за 2-й завтрак:	440	440	4,40	7,50	71,90	375,50	43,04	34,32	67,30	8,58	0,12	24,00	58,90	1,00	№71 (Мор.-2005)					
			Овоши натуральные свежие (огурцы или помидоры)	60	60	0,42	0,00	2,70	9,90	5,66	0,00	41,30	0,59	0,05	12,00	182,00	1,28	№97 (Мор.-2005)					
			Сул картофельный	250	250	0,70	0,00	4,50	16,50	9,44	0,00	77,70	1,20	0,13	12,00	0,34	0,34	1,63	№227 (Мор.-2005)				
			Рыба протушенная (Минтай) с маслом сливочным	90/5	250	2,35	2,83	16,90	114,00	30,50	31,40	15,12	0,42	0,05	0,47	1,50	0,38	1,81	№143 (Мор.-2005)				
			Рыбу из овощей	150	100/5	15,33	6,65	0,71	124,00	27,00	49,50	16,80	97,30	1,80	0,12	32,62	27,12	0,02	№108 (Заб.-2012)				
			Рыбу из овощей	200	200	3,40	11,20	18,20	184,50	32,40	59,40	116,80	2,16	0,14	39,15	32,37	0,20	0,02	0,00	проем.			
			Напиток лимонный	40	200	0,00	3,04	0,32	19,68	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	проем.			
ОБЕД	Итого за обед:	От 12 и старше	Хлеб пшеничный	80	60	4,56	0,96	26,72	136,64	26,72	40,08	4,56	0,96	1,44	40,08	5,28	1,44	205,00	2,95	№177 (Мор.-2005)			
			Хлеб ржано-пшеничный	120	120	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	0,03	0,00	0,00	0,00	268,56	2,95	№177 (Мор.-2005)		
			Итого за обед:	880	1020	27,69	21,29	85,04	653,60	139,73	142,26	482,20	7,38	0,51	64,00	313,25	3,13	0,06	0,00	№177 (Мор.-2005)			
			От 7 до 11	1020	1020	34,26	22,60	110,11	787,84	164,96	165,54	592,50	9,45	0,62	73,57	313,25	3,13	0,06	0,00	№177 (Мор.-2005)			
			Каша пшеница с маслом с маслом сливочным с сахаром	150/10/10	150/10/10	7,02	8,53	30	227	124,4	38,14	167	1,14	0,11	0,56	0,04	0,04	0,06	0,00	0,00	№177 (Мор.-2005)		
			Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	1,40	1,60	16,40	86,00	66,00	12,00	50,00	0,80	0,02	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№378 (Мор.-2005)		
			Итого за полдник:	370	370	8,42	10,13	46,40	313,00	190,40	50,14	217,00	1,94	0,12	1,16	0,04	0,06	0,00	0,00	0,06	№157 (Пер.-2021)		
			От 7 до 11	60/5	100/5	1,85	2,35	3,28	41,47	11,76	11,76	35,28	0,39	0,05	1,24	1,76	1,76	0,15	0,15	0,25	№157 (Пер.-2021)		
			Фасоль консервированная отварная с маслом сливочным	90/150	100/5	3,00	3,80	5,30	67,00	19,00	19,00	57,00	0,64	0,08	2,00	20,64	0,39	0,39	3,36	0,25	№289 (Мор.-2005)		
			Рыбу из рыбы	200/157	100/180	39,5	33,8	26,9	590,9	75,84	94,28	484,8	6,72	0,24	24,08	0,46	0,00	0,02	0,02	0,02	№377 (Мор.-2005)		
Чай с лимоном	60	200/157	0,20	0,00	16,00	65,00	14,20	2,40	4,40	0,36	0,01	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	проем.					
УЖИН	Итого за ужин:	От 12 и старше	Хлеб пшеничный	80	80	4,56	0,96	26,72	136,64	26,72	40,08	4,56	0,96	1,44	40,08	5,28	1,44	205,00	2,95	№177 (Мор.-2005)			
			Итого за ужин:	565	665	40,41	42,13	50,34	92,06	137,68	142,60	9,72	0,45	31,70	19,46	4,19	0,00	0,00	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)		
			От 7 до 11	665	665	48,78	50,34	92,06	1008,92	167,98	172,93	563,48	8,13	0,36	27,50	12,15	3,53	0,00	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)		
			Напиток кисломолочный (йогурт, 2,5% жирности)	200	200	5,98	5,16	8,67	105,18	265,26	28,93	190,13	0,20	0,03	0,26	22,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)		
			Итого за 2-й ужин:	200	200	5,98	5,16	8,67	105,18	265,26	28,93	190,13	0,20	0,03	0,26	22,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)		
			От 7 до 11	200	200	5,98	5,16	8,67	105,18	265,26	28,93	190,13	0,20	0,03	0,26	22,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)		
			Итого за 2-й ужин:	200	200	5,98	5,16	8,67	105,18	265,26	28,93	190,13	0,20	0,03	0,26	22,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)		
			Итого за день:	От 12 и старше	3125	3125	118,87	128,85	400,08	3220,90	926,34	600,23	1930,23	36,03	4,17	142,13	484,85	19,32	0,00	0,00	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)

Пример пищи	Наименование блюда	Выход блюда	7-11 лет	12 лет и старше	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Минеральные вещества, мг.							Витамины, мг.					Номер рецептуры
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E					
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом и сахаром	200/10/10	200/10/10	200	8,31	13,10	37,60	303,00	149,60	70,82	234,90	1,79	0,18	0,96	54,80	0,11	№173 (Мор.-2005) № 379 (Мор.-2005) №1 (Мор.-2005)				
	Кобейный напиток с молоком	200	200	2,79	3,19	19,71	118,69	120,30	14,05	90,00	0,06	0,04	1,30	29,00	0,15						
	Бутерброд с маслом	40	40	2,40	7,50	14,90	2,80	0,80	1,10	2,80	1,90	2,30	0,00	5,00	2,90						
	Плоды свежие(яблоко, груша, банан)	460	460	13,50	23,79	72,21	558,29	270,70	85,97	327,70	3,75	2,52	2,26	88,80	3,16						
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	Шт./200	Шт./200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,06	4,00	0,00	0,20	№338 (Мор.-2005) №389 (Мор.-2005)				
	Овощи натуральные свежие (огурцы или помидоры)	400	400	1,80	0,80	44,50	194,90	33,84	30,32	41,30	8,26	0,08	24,00	10,00	0,60						
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250/65	250/65	7,29	5,70	13,60	148,50	31,90	40,01	129,90	1,61	0,15	12,34	4,95	0,57	№108/109 (Мор.-2005) №245/330 (Мор.-2005) №302 (Мор.-2005) №342(Мор.-2005) пром. пром. пром.					
	Бифштекс из отварной говядины	90/50	100/50	21,42	5,60	5,88	160,00	28,00	32,20	190,40	1,82	0,12	0,74	35,46	0,71						
	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	180	6,20	1,61	27,80	171,00	30,00	34,50	204,00	1,95	0,13	0,80	38,00	0,77						
	Компот из свежих плодов	200	200	7,47	1,93	33,30	181,60	15,40	100,70	148,40	3,33	0,15	0,00	0,92	0,40						
	Хлеб пшеничный	40	60	1,50	14,80	3,80	152,90	5,96	1,68	1,60	0,12	0,01	5,60	0,00	0,20						
	Хлеб ржано-пшеничный	80	60	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00						
	Хлеб ржано-пшеничный	120	120	5,28	0,96	26,72	136,64	28,00	37,60	126,40	3,12	0,14	0,03	0,00	0,00						
	Хлеб ржано-пшеничный	920	1060	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	0,06	0,00	0,00						
	От 7 до 11	От 12 и старше	28,99	30,35	100,18	853,10	122,92	217,79	647,50	10,79	0,64	32,88	100,23	1,88	2,02						
	От 7 до 11	От 12 и старше	52,29	30,35	131,10	1016,14	149,78	261,89	783,40	13,61	0,79	42,42	142,35	1,42	2,02						
ПОЛДНИК	Бутерброд горючий с сыром	50	50	6,00	9,30	15,90	168,40	14,70	2,50	12,60	2,80	2,70	0,10	8,10	3,10	№7 (Мор.-2005) №378 (Мор.-2005)					
	Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	7,40	1,60	16,40	86,00	60,00	12,00	50,00	0,80	0,02	0,60	0,00	0,00						
УЖИН	Горох овощной отварной (консервированный)	250	250	7,40	10,90	32,40	254,40	80,70	14,50	62,60	3,60	2,72	0,70	8,10	3,10	№131 (Мор.-2005) №229 (Мор.-2005) №159 (Мор.-2021) № 376 (Мор.-2005) пром.					
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	60	100	1,82	2,21	4,41	52,20	12,63	11,40	36,78	0,77	0,05	4,68	53,70	0,04						
	Суп из картофеля	90/50	100	3,04	3,36	7,36	87,06	21,05	19,00	64,30	1,29	0,08	7,80	89,50	0,07						
	Суп с сахаром	150	180	16,82	9,52	7,92	182,00	63,22	72,52	289,30	1,16	0,12	4,06	0,01	0,90						
	Хлеб пшеничный	60	80	18,03	10,20	8,49	195,00	67,74	77,70	310,00	1,25	0,13	4,36	0,01	0,96						
	Хлеб пшеничный	200/15	200/15	6,50	4,50	17,00	136,00	56,00	32,00	121,00	1,41	0,16	18,00	49,00	0,30						
	Хлеб пшеничный	60	80	7,80	5,40	20,40	163,20	67,20	38,40	145,20	1,69	0,19	21,60	58,80	0,36						
	Хлеб пшеничный	60	80	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00						
	Хлеб пшеничный	60	80	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00						
	Хлеб пшеничный	610	710	6,08	0,64	39,36	187,52	16,00	11,20	52,00	0,88	0,09	0,02	0,00	0,00						
2-й УЖИН	Напиток кисломолочный (ряженка 2,5% жирности)	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	22,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	№386 (Мор.-2005)					
	От 7 до 11	От 12 и старше	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	22,20	33,06	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00						
Итого за день:	От 7 до 11	2840	200	104,64	86,37	334,64	2551,53	886,61	510,16	1769,44	30,88	6,83	88,43	353,84	10,04	104,34					
	От 12 и старше	3080	200	117,13	90,62	382,09	2836,51	860,61	573,44	1963,24	34,29	7,05	104,99	441,56	10,24						

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность		Минеральные вещества, мг.								Витамины, мг.					Номер рецептуры
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	Ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E						
ЗАВТРАК	Каши жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	200/10/10	200/10/10	9,23	9,83	36,80	273,70	85,41	28,08	186,70	2,14	47,95	0,50	107,00	4,36	№181 (Мог.-2005)						
	Бульон с сыром	50	50	6,10	4,90	27,80	178,70	14,90	2,90	12,60	4,10	2,70	0,20	5,10	2,70	№3 (Мог.-2005)						
	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00	№376 (Мог.-2005)						
Итого за завтрак:	Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряники, конфеты)	470	470	15,40	14,75	79,60	512,40	111,41	32,38	209,30	6,52	50,65	0,73	112,10	7,06							
2-й ЗАВТРАК	Плюды свежие (яблоко, груша, банан)	40	40	2,60	6,70	27,40	180,40	9,20	4,00	26,00	0,32	0,04	0,00	52,80	0,40	пром.						
	Сок фруктовый	1шт/200	1шт/200	0,80	0,80	24,30	110,10	19,84	22,32	27,30	5,46	0,06	20,00	10,00	0,40	№338 (Мог.-2005)						
	Овощи нарезанные свежие (огурцы или помидоры)	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№389 (Мог.-2005)						
Итого за 2-й завтрак:	Сул картофельный с бобовыми (порох)	440	440	7,50	7,50	71,90	375,30	43,04	34,32	67,30	8,58	0,12	24,00	62,80	1,00							
ОБЕД	Гречки из пшеничного хлеба (1 вариант)	250	250	5,49	4,22	13,60	107,80	30,46	28,24	69,74	1,62	0,18	3,02	1,15	0,87	№102 (Мог.-2005)						
	Колбаса рубленая из бройлер-цаплят	20	20	1,90	0,20	8,80	42,80	4,96	7,12	18,10	0,40	0,04	0,00	0,00	0,22	№1067 (Зюб.-2005)						
	Макаронные изделия отварные	90/5	100/5	13,10	5,06	20,00	176,80	35,34	41,26	106,70	1,18	0,12	0,18	6,40	1,98	№295 (Мог.-2005)						
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	5,21	4,31	26,40	168,40	4,85	21,11	37,16	1,10	0,06	0,00	31,50	2,20							
	Хлеб пшеничный	200	200	6,26	5,42	31,70	202,10	5,83	25,34	44,60	1,33	0,07	0,00	37,80	1,16	№203 (Мог.-2005)						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	60	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	19,40	3,60	0,18	0,01	1,80	0,00	0,10	№349 (Мог.-2005)						
	Хлеб пшеничный	80	60	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	пром.						
	Хлеб ржано-пшеничный	120	120	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пром.						
	Итого за обед:	От 7 до 11	900	1020	7,92	15,07	40,08	205,00	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	5,04	0,06	0,00	пром.					
	Итого за обед:	От 12 и старше	900	1020	32,16	15,07	131,16	777,60	113,05	153,21	369,60	7,64	0,55	5,04	0,06	0,00						
ПОЛДНИК	Булочка "Воздушка"	50	50	3,99	3,17	29,38	163,00	10,58	7,28	39,64	0,56	0,07	0,00	15,80	0,26	№429 (Мог.-2005)						
	Кисель молочный	200	200	1,80	2,00	11,00	67,00	71,00	8,20	55,00	0,08	0,02	0,60	12,00	0,06	№361 (Мог.-2005)						
	Итого за полдник:	250	250	5,79	5,17	40,38	230,00	81,58	15,48	94,64	0,64	0,09	0,60	27,80	0,32							
УЖИН	Курочка отварная	60	100	1,39	2,15	6,78	52,23	25,83	7,80	25,38	0,21	0,01	2,88	9,30	0,04	№133 (Мог.-2005)						
	Жаркое по-домашнему(из говядины)	90/150	100/180	2,33	3,59	11,30	87,06	43,05	13,00	42,30	0,36	0,02	4,80	15,50	0,08							
	Хлеб пшеничный	40	60	45,40	38,60	44,00	604,00	55,44	110,80	573,70	8,12	0,28	24,20	48,00	0,96	№259 (Мог.-2005)						
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	5,60	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	пром.						
	Чай с лимоном	200/15/7	200/15/7	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пром.						
	Итого за ужин:	От 7 до 11	540	640	43,53	35,57	80,16	728,99	95,55	110,77	547,48	7,97	0,30	32,69	57,30	1,02	№377 (Мог.-2005)					
	Итого за ужин:	От 12 и старше	540	640	52,49	42,19	100,82	896,70	124,69	134,60	659,40	9,50	0,37	38,72	71,50	1,22						
	2-й УЖИН	Напиток кисломолочный (кефир 2,5% жирности)	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	№386 (Мог.-2005)					
		Итого за 2-й ужин:	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00						
	Итого за день:	От 7 до 11	2800	200	108,30	83,22	414,56	2744,29	667,83	379,22	1482,58	31,55	52,19	64,86	343,05	13,31						
Итого за день:	От 12 и старше	3030	3030	123,87	91,93	465,92	3080,64	719,98	433,47	1690,04	35,22	92,38	70,95	370,27	13,93							

Прием ниши	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность		Минеральные вещества, мг.										Витамины, мг.					Номер рецептуры
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки, г	Жиры, г	Углевода, г	Калории	Калории	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E								
ЗАВТРАК	Занежана из творога с морковью	150	200	9,70	6,00	13,38	146,50	94,60	45,00	170,77	1,50	0,08	1,15	77,30	1,15	№224 (Мор.-2005)								
	Молоко стуженное	20	20	1,44	1,70	11,10	195,33	126,13	60,00	227,70	2,00	0,10	1,53	103,06	1,53	№671 (Леп.-2021)								
	Кефирный напиток с молоком	200	200	2,79	3,19	19,71	118,69	120,30	14,05	90,00	0,06	0,04	1,30	29,00	0,15	№379 (Мор.-2005)								
	Ириски хлебобулочные "Ладушка"	50	50	4,10	1,90	28,65	150,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	т.р.м.								
	Масло сливочное Крестянокое 72,5% (порошок)	10	10	0,10	7,30	0,10	66,1	0,20	0,00	0,40	0,10	0,10	0,00	5,00	0,70	№14 (Мор.-2005)								
Итого за завтрак:	От 7 до 11	430	480	12,59	16,49	33,19	331,29	215,10	59,05	261,17	1,66	0,22	2,45	111,30	2,00	№615 (Мор.-2005)								
2-й ЗАВТРАК	Крепитель сахарный	50	50	4,50	3,80	26,00	150,00	12,00	19,00	49,50	1,15	0,10	0,00	40,00	0,18	№638 (Мор.-2005)								
	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,00	9,60	108,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,08	2,60	40,00	0,18	№638 (Мор.-2005)								
	Молоко кипяченое	250	250	10,30	8,80	35,60	258,00	252,00	47,00	229,50	1,35	0,18	2,60	40,00	1,63	№638 (Мор.-2005)								
	Калуста цветная отварная с маслом сливочным	60/5	100/5	0,78	2,22	1,92	30,60	21,60	7,20	12,60	0,30	0,01	9,42	11,40	0,12	№129 (Мор.-2005)								
	Итого за 2-й завтрак:	От 12 и старше	250	250	1,30	3,70	3,20	51,00	36,00	12,00	21,00	0,02	0,02	15,70	19,00	0,20	№122 (Леп.-2021)							
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	250	250	9,3	11,4	10,05	180	30,5	32,25	146,5	1,01	0,075	5,75	15	0,22	№284 (Мор.-2005)								
	Занежана картофельная с печенью (говядина)	100/180	100/180	20,7	23,3	32,6	420	37,7	71,85	231,5	4,14	0,27	6,38	12,9	3,3	№531 (Мор.-2005)								
	Суп сметанный с томатом	50	50	1,50	14,80	3,80	152,90	35,90	5,30	29,90	0,25	0,02	2,25	57,00	0,35	№360 (Мор.-2005)								
	Кисель из повидла	200	200	0,10	0,00	13,80	55,00	3,30	0,80	3,90	0,16	0,00	0,02	0,00	0,00	т.р.м.								
	Итого за обед:	От 7 до 11	40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	т.р.м.							
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	80	60	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	т.р.м.								
	Хлеб ржано-пшеничный	120	120	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	126,40	3,12	0,14	0,03	0,00	0,00	т.р.м.								
	Хлеб пшеничный	965	1065	40,70	53,00	108,57	1068,90	165,00	160,60	576,80	9,42	0,56	23,86	96,30	3,99	№168/331 (Мор.-2005)								
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,32	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	0,00	т.р.м.								
	Итого за полдник:	От 12 и старше	110	110	1,50	5,90	10,10	100,00	20,00	18,00	41,00	1,90	0,04	50,90	603,00	3,30	№71 (Мор.-2005)							
УЖИН	Перец, фаршированный овощами и рисом	200/15	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00	т.р.м.								
	Чай с сахаром	30	30	0,07	0,24	0,78	228,30	14,46	17,01	142,30	1,16	0,07	1,26	33,70	0,09	№288 (Мор.-2005)								
	Хлеб пшеничный	340	340	1,57	6,16	39,86	230,32	37,10	23,60	70,50	2,51	0,07	14,16	603,00	3,30	№71 (Мор.-2005)								
	Овощи натуральные свежие (огурцы или помидоры)	60	100	0,42	0,00	4,50	16,50	5,66	0,00	24,80	0,35	0,03	23,60	58,90	0,00	№143 (Мор.-2005)								
	Птица отварная с маслом сливочным	90/5	100/5	17,70	18,20	0,78	182,50	27,00	49,50	97,30	1,80	0,12	32,62	27,12	0,02	№143 (Мор.-2005)								
Итого за ужин:	Рыбу из овощей	150	180	2,80	3,40	18,20	184,50	32,40	59,40	116,80	2,16	0,14	39,15	32,37	0,03	№389 (Мор.-2005)								
	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	т.р.м.								
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	52,05	119,72	0,30	т.р.м.								
	Хлеб пшеничный	550	650	23,16	27,92	61,48	578,36	67,67	78,40	290,30	6,43	0,27	68,17	168,17	0,32	№386 (Мор.-2005)								
	Итого за ужин:	От 12 и старше	200	200	5,08	5,16	8,67	105,18	265,26	28,93	190,13	0,20	0,03	0,26	22,00	0,00	т.р.м.							
Итого за 2-й ужин:	Напиток кисло-молочный (Йогурт 2,5% жирности)	200	200	5,98	5,16	8,67	105,18	265,26	28,93	190,13	0,20	0,03	0,26	22,00	0,00	т.р.м.								
	Итого за 2-й ужин:	От 7 до 11	200	200	9,4,0	11,7,33	28,7,37	257,2,05	100,2,13	397,5,8	1618,4,0	21,5,7	1,3,3	132,1,6	999,3,2	11,2,2	т.р.м.							
Итого за день:	От 12 и старше	2735	2505	103,18	123,81	327,27	7820,97	1039,16	438,39	1766,30	22,13	1,50	154,60	1034,08	11,3,2	т.р.м.								
	От 7 до 11	2735	2505	103,18	123,81	327,27	7820,97	1039,16	438,39	1766,30	22,13	1,50	154,60	1034,08	11,3,2	т.р.м.								

Несем 2
Ден 11 (четверг)

Примечание	Наименование блюда	Варок блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Минеральные вещества, мг.							Витамин, мг.					Номер рецептуры
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Са	Mg	P	Fe	В1	C	A	E					
ЗАВТРАК	Капша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	2000/10/10	2000/10/10	8,31	13,10	37,60	303,00	149,60	70,82	234,90	1,79	0,18	0,96	54,80	0,11	№173 (Мор.-2005)				
	Булгурборд с сыром	50	50	6,1	4,9	27,8	178,7	14,90	2,90	12,60	4,10	2,70	0,20	5,10	2,70	№3 (Мор.-2005)				
	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00	№6 376 (Мор.-2005)				
Итого за завтрак:		470	470	14,48	18,02	80,40	541,70	175,60	75,12	257,50	6,17	2,88	1,19	59,90	2,81	№6 429 (Мор.-2005)				
	Булгурча "Бесчушка"	50	50	3,99	3,17	29,38	163,00	10,58	7,28	39,64	0,56	0,07	0,00	15,80	0,26	№6 429 (Мор.-2005)				
	Кавчо с молоком	200	200	4,08	3,54	17,5	118,5	152,2	21,34	124,5	0,48	0,06	1,59	19	0,06	№6382 (Мор.-2005)				
Итого за 2-й завтрак:		250	250	8,07	6,71	46,88	281,50	162,78	28,62	164,14	1,04	0,13	1,59	34,80	0,32	№6382 (Мор.-2005)				
	Ирпа майончова	60	100	1,08	3,36	6,42	60,90	23,76	14,30	23,80	0,63	0,04	25,75	24,30	0,17	№73 (Мор.-2005)				
	Сул картофеленый с клешками	250/65	250/65	7,29	5,70	13,60	148,50	31,90	40,01	129,90	1,61	0,15	12,34	4,95	0,57	№108/109 (Мор.-2005)				
	Пшита, тушеная в соусе	90/50	100/50	25,20	31,90	7,09	416,20	72,80	28,93	259,40	2,05	0,07	3,17	420,00	0,98	№6290/331 (Мор.-2005)				
		150	100/50	27,00	34,20	7,60	446,00	78,00	31,00	278,00	2,20	0,08	3,40	450,00	1,05	№6290/331 (Мор.-2005)				
		150	100/50	6,20	1,61	27,80	151,40	15,40	100,70	148,40	3,33	0,15	0,00	0,92	0,40	№6302 (Мор.-2005)				
	Капша раселчгата (пшеничная)	200	180	7,47	1,93	33,30	181,60	18,48	120,90	178,00	4,00	0,18	0,00	1,10	0,48	№6302 (Мор.-2005)				
	Напиток из плодов шиповника	40	200	0,77	0,33	36,3	164,4	21,55	5,44	3,44	0,55	0	0,22	0,22	0	№6388 (Мор.-2005)				
		40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	пр.ом.				
	Хлеб пшеничный	80	60	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пр.ом.				
		80	120	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	126,40	3,12	0,14	0,03	0,00	0,00	пр.ом.				
		920	1060	47,78	40,82	131,19	1110,90	177,65	218,28	693,54	11,10	0,56	104,43	426,09	2,10	№188 (Мор.-2005)				
Итого за обед:	От 12 и старше	150	150	7,65	10,60	40,50	289,50	55,96	29,42	128,60	0,81	0,04	0,00	0,03	2,25	№6 188 (Мор.-2005)				
	Молоко ступенное	20	20	1,44	1,70	11,10	65,40	6,140	6,80	43,80	0,04	0,01	0,20	8,40	0,04	№6 471 (Мор.-2021)				
	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№6389 (Мор.-2005)				
Итого за полдник:		370	370	10,09	12,30	71,80	439,70	131,36	44,22	186,40	3,65	0,07	4,20	8,43	2,49	№76 (Мор.-2005)				
		140	150	3,370	25,90	3,64	83,90	169,20	83,90	550,10	2,50	0,06	6,03	38,80	2,22	№76 (Мор.-2005)				
		150	150	36,10	27,80	3,90	411,10	181,30	89,90	589,40	2,68	0,07	6,46	41,60	2,38	№76 (Мор.-2005)				
УЖИН	Сельдь с луком	150	150	2,58	4,31	27,30	129,00	12,00	30,00	60,00	0,45	0,18	11,10	0,00	0,02	№6310 (Мор.-2005)				
	Картофел отварной	200/15/7	200/15/7	3,10	5,18	32,80	140,64	14,40	36,00	72,00	0,55	0,15	13,32	0,00	0,02	№6377 (Мор.-2005)				
	Чай с лимоном	60	200/15/7	0,13	0,02	15,20	61,50	14,20	2,40	4,40	0,36	0,01	5,60	2,00	0,06	№6377 (Мор.-2005)				
Итого за ужин:	Хлеб пшеничный	60	80	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пр.ом.				
		60	80	6,08	0,64	39,36	187,52	16,00	11,20	52,00	0,88	0,09	0,02	0,00	0,00	пр.ом.				
		550	610	40,97	30,71	75,66	714,84	207,40	124,70	653,50	3,97	0,28	22,75	40,80	2,30	пр.ом.				
Итого за 2-й ужин:	От 7 до 11	200	200	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,06	1,40	44,00	0,00	№6386 (Мор.-2005)				
	Напиток кисло-молочный (кефир 2,5% жирности)	200	200	5,80	5,00	8,00	106,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,06	1,40	44,00	0,00	№6386 (Мор.-2005)				
		2700	2700	127,19	115,56	413,93	3194,64	1094,79	518,94	2233,08	26,13	3,98	135,56	614,02	9,87	№6386 (Мор.-2005)				
Итого за день:	От 7 до 11	2700	2700	127,19	115,56	413,93	3194,64	1094,79	518,94	2233,08	26,13	3,98	135,56	614,02	9,87	№6386 (Мор.-2005)				
	От 12 и старше	2960	2960	138,86	119,75	438,74	3469,96	1139,57	577,61	2411,78	29,23	4,16	138,48	647,80	10,18	№6386 (Мор.-2005)				

Продукт	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность		Минеральные вещества, мг.										Витамины, мг.					Номер рецептуры
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Кал	Ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E									
Продукт	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сухим	150/200	200/200	21,00	14,40	30,10	168,00	97,50	30,39	273,30	0,67	0,04	0,18	67,00	0,90	№222 (Мор.-2005)									
		200/200	200	28,00	19,20	40,20	224,00	130,00	40,52	364,46	0,90	0,06	0,25	89,33	1,20	№379 (Мор.-2005)									
		200	200	2,79	3,19	19,71	118,69	120,30	14,05	90,00	0,06	0,04	1,30	19,00	0,00	пром.									
		50	50	4,10	1,90	28,65	150,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	№14 (Мор.-2005)								
ЗАВТРАК	Магистро-сладкое Крестянецкое 72,5% (шоколад)	10	10	0,10	7,30	0,10	66,1	0,20	0,00	0,40	0,10	0,10	0,00	5,00	0,70	№14 (Мор.-2005)									
		430	480	55,89	38,69	118,66	661,68	347,80	84,96	727,76	1,63	0,14	1,73	175,33	2,10	№542 (Пеп.-2021)									
Итого за завтрак:	От 12 и старше	60	60	4,20	6,70	27,80	189,00	9,70	5,70	30,80	0,48	0,05	0,00	38,80	0,70	№361 (Мор.-2005)									
		200	200	1,80	2,00	11,00	67,00	71,00	8,20	55,00	0,08	0,02	0,60	12,00	0,06	пром.									
2-й ЗАВТРАК	Кисель молочный	260	260	6,00	8,70	38,80	256,00	80,70	13,90	85,80	0,53	0,07	0,60	50,80	0,76	№71 (Мор.-2005)									
		60	60	0,42	0,00	2,70	9,90	5,66	0,00	24,80	0,35	0,03	14,16	58,90	0,00	пром.									
Итого за завтрак:	Овоши натуральные свежие (супы или помятые)	100	100	0,70	0,00	4,50	16,50	9,44	0,00	41,30	0,59	0,05	23,60	98,30	0,00	№101 (Мор.-2005)									
		250	250	2,50	3,00	18,80	113,00	9,00	13,60	41,00	0,50	0,05	3,90	0,46	0,20	№296 (Пеп.-2021)									
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (рисовый)	90	90	15,50	0,59	0,95	72,00	29,90	26,37	150,30	0,57	0,07	3,24	8,15	0,95	№143 (Мор.-2005)									
		100	100	17,30	0,66	1,06	80,00	33,30	29,30	167,00	0,64	0,08	3,60	9,06	1,06	№342 (Мор.-2005)									
Итого за обед:	От 7 до 11	150	180	2,80	11,20	18,20	184,50	27,00	49,50	97,30	1,80	0,12	32,62	27,12	0,02	№177 (Мор.-2005)									
		200	200	3,40	13,40	21,90	221,40	32,40	5,96	1,60	0,12	0,01	39,15	32,37	0,03	пром.									
Итого за обед:	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	0,32	12,40	50,26	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	№177 (Мор.-2005)									
		80	60	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,06	0,00	№376 (Мор.-2005)									
Итого за обед:	Хлеб ржано-пшеничный	120	120	7,92	1,44	40,08	181,25	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	0,03	0,00	0,00	пром.									
		875	1015	26,86	4,89	81,25	475,56	86,52	84,85	370,10	5,10	0,34	26,97	76,51	1,35	пром.									
Итого за обед:	От 12 и старше	150/10/10	150/10/10	7,02	8,53	30	227	124,4	38,14	167	1,14	0,1	0,56	0,04	0,06	№177 (Мор.-2005)									
		200/15	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00	№376 (Мор.-2005)									
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	370	370	7,09	8,55	45,00	287,00	135,50	39,54	177,00	1,42	0,10	0,59	0,04	0,06	№133 (Мор.-2005)									
		60	100	1,39	2,15	6,78	52,23	25,83	7,80	25,38	0,21	0,01	2,88	9,30	0,04	№529 (Пеп.-2021)									
Итого за полдник:	Кукуруза (консервированная) отварная	100/155	100/155	22,50	16,62	6,50	266,25	105,00	48,75	258,75	4,17	0,10	19,37	15,50	0,08	№389 (Мор.-2005)									
		200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пром.									
Итого за ужин:	Хлеб пшеничный	60	80	4,56	0,64	39,36	187,52	16,00	11,20	52,00	0,88	0,09	0,02	0,00	0,00	№386 (Мор.-2005)									
		575	635	29,45	19,25	63,00	443,92	156,83	72,95	337,13	7,84	0,20	26,27	15,50	1,03	пром.									
Итого за ужин:	От 12 и старше	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	№386 (Мор.-2005)									
		200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	пром.									
Итого за 2-й ужин:	2-9% жирности	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	№386 (Мор.-2005)									
		2280	200	132,41	92,54	358,17	2410,26	1030,75	359,26	1892,45	16,87	1,43	57,96	360,98	5,86	пром.									
Итого за день:	От 12 и старше	2960	2960	141,11	94,85	397,64	1996,18	1077,15	361,79	2031,77	19,38	1,58	69,66	407,49	6,11	пром.									

		Неделя 2															
		День 13 (Суббота)															
Пром. пиши	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность		Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.			Номер рецептуры	
		7-11 лет	12 лет и старше	Венки, г	Жиры, г	Углевода, г	Ккал	Квал	Ca	Mg	P	Fe	В1	С	А		Е
ЗАВТРАК	Яйра бавлажанаан (промышленного производства)	60	100	1,02	7,98	3,06	88,20	25,80	9,00	27,90	0,42	0,02	4,20	0,00	3,00	№ 151 Пер-2021)	
	Яйца вареные	40 (1 шт.)	40 (1 шт.)	5,10	1,70	0,30	147,00	43,00	15,00	31,00	0,70	0,03	7,00	0,00	5,00	№209 (Мор-2005)	
	Бутерброд с сыром	50	50	6,1	4,9	2,78	63,00	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	105,00	0,24	№ 3 (Мор-2005)	
	Бутерброд с сыром	40	40	3,04	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	12,6	4,1	2,7	0,2	5,1	2,70	пром.	
	Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	1,40	1,60	16,40	86,00	66,00	12,00	50,00	0,02	0,02	0,60	0,00	0,00	0,00	№378 (Мор-2005)
Итого за завтрак:	От 7 до 11	390	430	16,96	31,10	55,94	570,66	113,80	37,30	174,30	6,66	2,82	11,41	110,10	16,94		
	От 12 и старше		430	18,36	32,70	72,34	656,66	179,80	49,30	224,30	7,46	2,84	12,01	110,10	18,94		
2-й ЗАВТРАК	Плоды свежие(яблоко, груша, банан)	1шт./200	1шт./200	0,80	0,80	24,30	110,10	19,84	22,32	27,30	5,46	0,06	20,00	10,00	0,40	№338 (Мор-2005)	
	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№389 (Мор-2005)	
	Итого за 2-й завтрак:	400	400	1,80	0,80	44,50	194,90	33,84	30,32	41,30	8,26	0,08	24,00	10,00	0,60		
	Овоши натуральные свежие (огурцы или помидоры)	60	100	0,42	0,00	2,70	9,90	5,66	0,00	24,80	0,35	0,03	14,16	58,90	0,00	№71 (Мор-2005)	
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	250	5,49	4,22	13,60	107,80	30,46	28,24	69,74	1,62	0,18	3,02	1,16	0,87	№102 (Мор-2005)	
ОБЕД	Бифштекс из отварной говядины	90/50	100/50	21,42	5,60	5,88	160,00	28,00	32,20	190,40	1,82	0,12	0,74	35,46	0,71	№245/330 (Мор-2005)	
	Каша рассыпчатая (перловая)	150	180	6,20	1,61	27,80	171,00	30,00	34,50	204,00	1,95	0,13	0,80	38,00	0,77		
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	7,47	1,93	33,30	181,60	18,48	120,90	148,40	3,33	0,15	0,00	0,92	0,40	№302 (Мор-2005)	
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	0,32	19,68	93,76	6,40	19,40	3,60	0,18	0,01	1,80	0,00	0,10	№349 (Мор-2005)	
	Хлеб пшеничный	80	60	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	пром.	
	Хлеб ржано-пшеничный	120	120	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	0,03	0,00	0,00	пром.	
	Итого за обед:	От 7 до 11	920	1060	58,60	16,62	99,64	773,30	136,52	157,54	669,74	9,48	0,65	20,59	133,52	2,45	
		От 12 и старше		1060	63,08	17,74	124,64	895,14	158,30	179,14	737,64	11,50	0,76	30,03	172,92	2,45	
					2,4	3,8	27,9	153,6	1	1,5	2,8	3,3	2,4	0,1	2,5	2,5	№ 2 (Мор-2005)
					5,80	5,00	9,60	108,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,08	2,60	40,00	0,18	№385 (Мор-2005)
ПОЛДНИК	Бутерброд с колбасом	55	55	5,80	5,00	9,60	108,00	240,00	28,00	180,00	0,20	0,08	2,60	40,00	0,18		
	Молоко кипяченое	200	200	8,20	8,80	37,50	261,60	241,00	29,50	182,80	3,50	2,48	2,70	42,50	2,68		
	Итого за полдник:	255	255	14,00	13,80	47,10	369,60	481,00	57,50	362,80	6,70	4,96	5,40	82,50	5,36		
	Овоши натуральные свежие (огурцы или помидоры)	60	100	0,42	0,00	2,70	9,90	5,66	0,00	24,80	0,35	0,03	14,16	58,90	0,00	№71 (Мор-2005)	
	Резка тушеная в томате с овощами (минтай)	90/50	100/50	16,82	9,52	7,92	182,00	63,22	72,52	289,30	1,16	0,12	4,06	0,01	0,90	№229 (Мор-2005)	
УЖИН	Суп/фас из картофеля	150	180	6,50	4,50	17,00	136,00	56,00	32,00	310,00	1,25	0,13	1,41	49,00	0,01	№159 (Пер-2021)	
	Чай с лимоном	200/15/7	200/15/7	0,13	0,02	15,20	61,50	14,20	2,40	145,20	1,69	0,19	21,60	58,80	0,36	№377 (Мор-2005)	
	Хлеб пшеничный	60	80	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пром.	
	Итого за ужин:	От 7 до 11	610	710	28,43	14,52	72,34	530,04	151,08	115,32	478,50	3,94	0,38	41,84	109,91	1,26	
		От 12 и старше		710	32,74	16,26	87,95	623,72	174,58	129,70	552,90	4,77	0,46	55,18	159,11	1,38	
2-й УЖИН	Напиток молочнокислый (Ягженка 2,5% жирности)	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	№386 (Мор-2005)	
	Итого за 2-й ужин:	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00		
Итого за день:	От 7 до 11	2385	3051	132,41	78,60	337,68	2536,50	965,44	415,04	1790,90	32,83	6,91	102,94	480,03	17,93		
	От 12 и старше		3051	131,20	81,46	378,29	2752,02	1010,72	451,02	1933,20	35,69	7,11	125,73	538,63	18,05		

Питание 2
День 14 (воскресенье)

Применение пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Питательные вещества		Энергетическая ценность Ккал	Минеральные вещества, мг.							Витамины, мг.					Номер рецептуры
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E				
Итого за завтрак:	Каши вязкие молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с бутербродом с маслом	200/10/10	200/10/10	8,31	13,10	37,60	303,00	149,60	70,82	234,90	1,79	0,18	0,96	54,80	0,11	№173 (Мог.-2005)			
	Кофейный напиток с молоком	40	40	2,40	7,50	136,60	0,80	1,10	2,80	1,90	2,30	0,00	5,00	2,90	№1 (Мог.-2005)				
	Плоды свежесобраные, груша, банан	200	200	2,79	3,19	19,71	118,69	120,30	14,05	90,00	0,06	0,04	1,30	19,00	0,00	№6379 (Мог.-2005)			
	Итого за завтрак:	460	460	13,50	23,79	72,21	558,29	270,70	85,97	327,70	3,75	2,52	2,26	78,80	3,01				
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	Пит./200	Пит./200	0,80	0,80	24,30	110,10	19,84	22,32	27,30	5,46	0,06	20,00	10,00	0,40	№338 (Мог.-2005)			
	Овощи натуральные свежие (огурцы или помидоры)	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20	№389 (Мог.-2005)			
	Шн на свежей капусте с картофелем	400	400	1,80	0,80	44,50	194,90	33,84	30,32	41,30	8,26	0,08	24,00	10,00	0,60	№71 (Мог.-2005)			
	Котлета рубленая из фрикадельки	60	60	0,42	0,00	2,70	9,90	5,66	0,00	24,80	0,35	0,03	14,16	58,90	0,00	№203 (Мог.-2005)			
	Макаронные изделия отварные	100	100	0,70	0,00	4,50	16,50	9,44	0,00	41,30	0,59	0,05	23,60	98,30	0,00	№1008 (Злоб.-2012)			
	Напиток лимонный	200	200	0,00	0,32	19,68	93,76	8,00	5,60	26,00	0,44	0,04	0,01	0,00	0,00	№88 (Мог.-2005)			
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	0,96	26,72	136,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	№295 (Мог.-2005)			
	Хлеб ржаной-пшеничный	80	120	7,92	1,44	40,08	205,00	42,00	56,40	189,60	4,68	0,21	0,06	0,00	0,00	№203 (Мог.-2005)			
	Итого за обед:	От 7 до 11	880	1020	29,80	18,19	140,50	862,94	151,45	167,83	500,10	7,84	0,60	222,00	268,42	3,21	№7 (Мог.-2005)		
	ПОЛДНИК	От 12 и старше	50	50	6,00	1,60	16,40	86,00	14,70	2,50	12,60	2,80	0,02	0,10	8,10	3,10	№378 (Мог.-2005)		
Итого за полдник:	От 12 и старше	250	250	1,40	1,60	16,40	86,00	66,00	12,00	50,00	0,80	0,02	0,60	8,10	0,00	№157 (Пер.-2021)			
Итого за ужин:	Фасоль консервированная отварная с маслом сливочным	60/5	100/5	1,85	2,35	3,28	41,47	11,76	11,76	35,28	0,39	0,05	1,24	11,76	0,15	№259 (Мог.-2005)			
	Жаркое по-домашнему(из говядины)	90/150	100/180	38,90	33,10	37,70	518,00	47,52	94,97	491,70	6,96	0,24	24,20	48,00	0,96	№376 (Мог.-2005)			
	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	10,00	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00	пром.			
	Хлеб пшеничный	60	80	4,56	0,48	29,52	140,64	12,00	8,40	39,00	0,66	0,07	0,02	0,00	0,00	пром.			
	Итого за ужин:	От 12 и старше	565	665	45,38	35,95	82,38	760,11	116,53	575,98	8,29	0,36	25,49	99,76	1,11				
	Итого за 2-й ужин:	От 7 до 11	200	200	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00	№386 (Мог.-2005)		
	Итого за день:	От 7 до 11	2785	2995	7,02	5,16	11,36	120,00	223,20	33,06	194,26	0,20	0,48	1,80	44,00	0,00			
	Итого за день:	От 12 и старше	37261	2995	1858,77	1397,90	5461,24	3778,63	12975,59	5771,99	23039,41	371,34	101,31	1385,75	16018,88	406,33			
	Итого за день:	От 7 до 11	41527	2995	1729,24	1498,22	6168,23	41398,25	14722,78	6534,88	27684,73	415,03	104,14	1608,53	18004,24	416,73			
	Итого за день:	От 7 до 11	26615	2995	111,13	99,86	391,09	2608,47	99,36	412,29	1645,67	26,52	7,24	98,98	1144,21	29,02			
Итого за день:	От 12 и старше	29662	2995	124,23	117,92	440,60	2957,03	1051,63	466,78	1977,48	29,65	7,44	114,89	1286,02	29,77				

Исполнитель:

Технолог ГКОУ "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №29"



Бабанская Н.А.