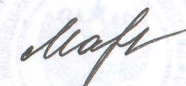


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 2 имени Героя Советского Союза В.П.Чкалова г. Николаевска – на – Амуре Хабаровского края

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы:



О.А. Мазурова

« 02 » сентября 2024 год

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Горячего питания

(ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ, ОБЕДЫ)

**для организации питания образовательного учреждения от 7 лет до 11 лет
на 2024-2025гг.**

г. Николаевска-на-Амуре

2024 г.

День: 1 (понедельник).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
	Завтрак												
116	Каша вязкая молочная пшеничная, с маслом	200	9,38	8,12	21,52	282	126,78	92,92	32,26	0,4	0,2	0,74	48,9
143	Яйцо отварное	40	4,6	5,1	0,3	63	22	77	5	1	0,03	0	100
10	Масло (порциями)	20	1,45	0,16	0,26	132	4,8	6,0	0	0,04	0	0	80,0
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0
267	Какао с молоком сгущенным	200	2,60	3,66	25,08	138	127,98	117,86	17,98	0,64	0,02	0,38	9,5
	Итого :	500	18,29	19,14	60,04	709,4	287,69	315,64	57,37	2,11	0,3	1,12	238,4
	Обед												
ПР	Горошек зеленый	60	5,62	2,80	4,31	78,6	97,02	65,55	3,78	0,46	0,01	3,46	23,1
72/2 41	Рассольник ленинградский, с мясом	150/30	3,98	0,645	7,61	120,89	57,89	39,93	19,17	0,26	0,02	6,58	158,5
173	Мясо тушеное	100	10,02	15,155	19,95	40,78	132,97	85,37	10,67	2,01	0,14	5,47	218
137	Макаронные изделия отварные	150	8,80	3,06	36,43	187,25	48,97	89,59	26,75	1,01	0,14	18,16	0
ПР	Хлеб пшеничный	60	0,6	4,74	28,98	140,28	13,8	52,2	19,8	0,66	0,06	0	0
348	Чай с сахаром	200	0,09	0,66	43,68	132,8	21,65	11,72	12,46	0,69	0,01	1,21	0
	Итого:	750	29,11	27,06	140,96	700,6	372,31	344,36	92,63	5,09	0,38	34,88	181,6
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:	1250	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминация 3-х блюд производится. При приготовлении используется Йодированная соль

День: 2 (вторник).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
Завтрак													
144	Омлет натуральный, с маслом	150/10	14,4	8,08	2,64	144,83	154,63	75,25	16,13	2,64	0,10	0,25	116
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0
10	Масло (порциями)	20	1,45	0,16	0,26	132	4,8	6,0	0	0,04	0	0	80,0
11	Сыр (порциями)	20	5,9	4,64	0	72	176	100	7	0,2	0,01	0,14	52
261	Чай с сахаром	200	0,2	0,07	10,01	40	10,96	2,80	1,4	0,23	0	0,03	0
ПР	Кукуруза	60	1,03	1,43	6,85	51,52	6,55	34,86	0,15	0,29	0,007	3,25	60,8
Итого:		500	23,24	16,48	32,64	534,75	359,07	240,77	26,81	3,43	0,167	3,67	308,8
Обед													
Пр	Салат из морской капусты	60	4,34	0,51	4,11	61,2	20,34	28,24	7,3	0,10	0,01	2,13	1,05
87/8 4	Суп с рыбными консервами	200	2,44	10,78	83,15	228,25	154,9	176,2	69,63	1,71	0,093	12,03	22,31
196	Птица отварная	90	11,61	11,56	0,43	192,81	85,6	115,3	18,25	0,17	0,06	2,83	84,38
218	Соус молочный	10	0,14	0,13	0,74	5,29	8,6	2,69	1,55	0,01	0,03	0,34	3,46
203	Рис отварной	150	5,37	3,64	36,69	208,5	1,36	60,94	16,33	0,52	0,03	0	0
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0
271	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0	1,0	31,36	84,8	24,0	14,0	8,0	1,23	0,24	15,0	0
Итого:		750	24,16	29,72	169,36	875,25	300,93	419,23	123,19	3,77	0,513	32,33	111,2
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:		1250	47,4	46,2	202	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминация 3-х блюд производится

При приготовлении используется Йодированная соль

День: 3 (среда).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
Завтрак													
11	Сыр (порциями)	20	5,9	4,64	0	72	176	100	7	0,2	0,01	0,14	52
10	Масло (порциями)	20	1,45	0,16	0,26	132	4,8	6,0	0	0,04	0	0	80
117	Каша вязкая молочная рисовая	150	6,33	4,30	31,21	199,5	92,82	113,17	26,31	0,42	0,04	0,93	40,95
ПР	Хлеб пшеничный	50	0,5	3,95	24,19	116,9	11,5	43,5	16,5	0,55	0,05	0	0
265	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	1,98	2,94	20,92	112	128,78	86,56	12,88	0,08	0,02	0,38	10,0
Пр	Булочка с повидлом	60	1,41	2,37	21,08	131	11,0	37,0	14,0	0,69	0,07	1,65	13,0
	Итого :	500	17,57	18,36	97,66	763,4	424,9	386,23	76,69	1,98	0,19	3,1	195,95
Обед													
17	Салат из соленых огурцов с луком	60	8,02	6,07	1,36	104,4	25,44	98,04	1,36	0,09	0,03	8	3
75/2 41	Суп из овощей с мясом	200/30	8,39	3,79	6,03	81,12	144,01	33,17	2	1,54	0,14	17,87	221,05
174	Жаркое по – домашнему(125/75)	200	12,73	12,58	23,29	188	30,2	78,64	37,69	2,24	0,25	5,82	0
ПР	Хлеб пшеничный	60	0,6	4,74	28,98	140,28	13,8	52,2	19,8	0,66	0,06	0	0
348	Компот из плодов или ягод сушеных «С» (изюм)	200	0,09	0,66	43,68	132,8	21,65	11,72	12,46	0,69	0,01	1,21	0
	Итого :	750	29,83	27,84	103,34	646,6	235,1	273,77	73,31	5,22	0,49	32,9	224,05
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ:	1250	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминизация 3-х блюд производится. При приготовлении используется Йодированная соль

День: 4 (четверг).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
	Завтрак												
86	Суп молочный с макаронными изделиями, с маслом	150/20	2,85	3,28	10,68	90	97,8	82,12	16,0	0,39	0,06	0,49	19,8
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0
10	Масло (порциям)	20	1,45	0,16	0,26	132	4,8	6,0	0	0,04	0	0	80,0
11	Сыр (порциями)	20	5,9	4,64	0	72	176	100	7	0,2	0,01	0,14	52
262	Чай с лимоном	200/10	0,02	0,13	15,20	62	14,2	4,4	2,4	0,36	0	2,83	0
Пр	Булочка обыкновенная	50	5,12	3,88	23,55	120	10,0	27,0	12,0	0,30	0,05	1,25	9
	Итого:	510	15,6	14,19	62,57	570,4	308,93	241,38	39,53	1,32	0,17	4,71	160,8
	Обед												
59	Сельдь с луком	60	3,04	0,9	7,81	61,8	22,75	33,72	23,45	0,63	0,01	2,14	0
73/2 41	Суп картофельный с мясом	150/30	3,01	1,21	8,07	69	25,18	39,48	17,89	0,84	0,04	5,50	0
198/ 223	Птица тушенная в соусе	100	19,17	16,32	49,91	219,84	244,19	178,02	22,33	2,77	0,29	17,98	232,64
114	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	5,98	8,74	19,6	146	20,04	107,64	23,6	0,67	0,02	0	26,56
ПР	Хлеб пшеничный	60	0,6	4,74	28,98	140,28	13,8	52,2	19,8	0,66	0,06	0	0
360	Кисель из повидла, джема, варенья	200	0	0,10	24,06	202,68	25,11	7,56	3,4	0,31	0,09	5,67	0
	Итого:	750	31,8	32,01	138,43	839,6	351,07	418,62	110,47	5,88	0,51	31,29	259,2
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ:	1260	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминация 3-х блюд производится. При приготовлении используется Йодированная соль

День: 5 (пятница)

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
	Завтрак												
138	Макароны отварные с сыром	170/20	10,88	10,35	35,98	283,9	191,72	147,71	15,40	1,37	0,08	0,13	83,13
10	Масло (порциями)	10	0,72	0,08	0,13	66	2,4	3,0	0	0,02	0	0	40,0
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0
262	Чай с лимоном	200/20	0,02	0,20	16,03	65	5,56	5,8	2,0	0,41	0	0,03	0
ПР	Зеленый/горошек	50	0,1	1,55	3,25	20,1	23,03	57,0	10,5	0,45	0,06	5,0	0
	Итого:	510	11,98	14,28	68,27	529,4	228,84	235,37	30,03	2,28	0,19	5,16	123,13
	Обед												
ПР	Кукуруза сахарная	60	0,06	0,67	2,1	12	6	21	9	0,48	0,01	6,3	0
66/2 41	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом	170/30	22,12	11,88	24,58	280,12	253,73	183,54	27,75	1,33	0,2	5,27	194,96
210	Пюре картофельное	150	8,80	3,06	36,43	187,25	48,97	89,59	26,75	1,01	0,14	18,16	0
161	Котлеты или биточки рыбные	90	3,93	12,03	13,43	152,33	78,48	63,56	22,51	0,87	0,07	0,39	101,91
ПР	Хлеб пшеничный	50	0,5	3,95	24,19	116,9	11,5	43,5	16,5	0,55	0,05	0	0
241	Компот из смеси сухофруктов «С»	200	0,010	0,33	32,0	132	32,48	23,44	17,46	0,68	0,02	0,72	0
	Итого:	750	35,42	31,92	132,73	880,60	431,16	424,63	119,97	4,92	0,49	30,84	296,87
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ:	1260	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминизация 3-х блюд производится

При приготовлении используется Йодированная соль

День: 6 (понедельник).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
	Завтрак												
2	Повидло или джем	50	0,75	1,99	23,35	105,83	7,83	22,75	9,41	0,71	0,04	0,08	0
116	Каша вязкая молочная гречневая	150/10	7,03	6,48	27,82	199,5	92,62	167,59	80,43	2,46	0,16	0,40	36,67
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0
261	Чай с сахаром	200	0,2	0,07	10,01	40	10,96	2,80	1,4	0,23	0	0,03	0
Пр	Булочка молочная	50	0,5	2,64	23,45	121	30,2	11,7	8,3	0,54	0,04	0,10	2,0
	Итого:	500	8,74	13,28	97,51	560,73	147,74	226,7	101,67	3,97	0,29	0,61	38,67
	Обед												
53	Овощи натуральные соленые помидор	60	0,06	0,67	2,1	12	6	21	2	0,08	0,01	6,3	0
62/2 41	Борщ с капустой и картофелем, с мясом	150/30	14,25	5,64	35,52	148,57	345,01	11,51	3,63	0,36	0,02	10,67	322,78
187	Тефтели (60/50)	110	16,23	7,58	9,97	217	40,67	104,72	1,09	0,09	0,03	3,42	14,3
136	Бобовые отварные с маслом	150/10	7,62	14,08	0,35	270	85,08	238,57	17,11	0,92	0,04	0	44,25
ПР	Хлеб пшеничный	50	0,5	3,95	24,19	116,9	11,5	43,5	16,5	0,55	0,05	0	0
271	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0	1,0	31,36	84,8	24,0	14,0	8,0	1,23	0,24	15,0	0
	Итого :	750	38,66	32,92	103,49	849,27	512,26	433,3	48,33	3,23	0,39	35,39	381,33
	ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ:	1250	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминация 3-х блюд производится. При приготовлении используется Йодированная соль

День: 7 (вторник)

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.			
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	
	Завтрак													
2	Повидло или джем	60	0,9	2,39	28,03	127	9,4	27,3	9,3	0,36	0,05	0,1	0	
117	Каша вязкая молочная овсяная с маслом	150/10	7,96	5,98	27,37	205,5	106,68	169,24	51,19	1,23	0,16	0,93	40,95	
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0	
143	Яйца вареные	40	4,6	5,1	0,3	63	22	77	5	1	0,03	0	100	
262	Чай с лимоном	200	0,02	0,13	15,20	62	14,2	4,4	2,4	0,36	0	2,83	0	
	Итого:	500	13,74	15,7	83,78	551,9	158,41	299,8	72,02	2,98	0,29	3,86	140,95	
	Обед													
Пр	Кукуруза	70	2,03	1,43	6,85	51,52	6,55	34,86	0,15	0,09	0,05	3,25	89,8	
73/2 41	Суп картофельный с мясом	150/30	11,89	8,07	10,7	165,25	235,73	148,2	3,06	0,17	0,03	8,82	150,61	
184	Котлета Домашняя	90	17,20	12,51	12,87	255,6	40,69	53,01	20,54	1,40	0,06	0,12	38,64	
216	Капуста тушеная	150	1,85	3,09	14,14	112,65	183,17	60,21	21,97	1,21	0,24	18,74	0	
ПР	Хлеб пшеничный	60	0,6	4,74	28,98	140,28	13,8	52,2	19,8	0,66	0,06	0	0	
348	Компот из плодов или ягод сушеных (курага) «С»	200	0,09	0,66	43,68	132,8	21,65	11,72	12,46	0,69	0,01	1,21	0	
	Итого:	750	33,66	30,5	117,22	858,1	501,59	360,2	77,98	4,22	0,39	32,14	279,05	
	ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ	1250	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420	

Витаминизация 3-х блюд производится

При приготовлении используется Йодированная соль

День: 8 (среда).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
	Завтрак												
11	Сыр (порциями)	20	5,9	4,64	0	72	176	100	7	0,2	0,01	0,14	52
119	Каша вязкая молочная из риса и пшена	190/10	10,64	2,79	31,88	247,61	167,02	118,25	25,44	0,77	0,04	0,91	52,9
143	Яйца вареные	40	4,6	5,1	0,3	63	22	77	5	1	0,03	0	100
ПР	Хлеб пшеничный	40	0,26	2,10	12,88	94,4	6,13	21,86	2,13	0,03	0,05	0	0
265	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	1,98	2,94	20,92	112	128,78	86,56	12,88	0,08	0,02	0,38	10,0
	Итого:	500	23,38	17,57	65,98	589,01	499,93	403,67	52,45	2,08	0,15	1,43	214,9
	Обед												
53	Овощи натуральные соленые	60	6,02	0,24	4,37	75	18,73	25,96	11,71	0,49	0,02	5,77	0
80/8 1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/30	2,88	0,37	25,09	51,58	74,04	12,58	20,45	1,32	0,14	12,1	183,34
179	Плов	200	14,52	22,28	45,22	469,33	29,5	151,59	37,59	1,42	0,07	1,7	21,76
ПР	Хлеб пшеничный	60	0,6	4,74	28,98	140,28	13,8	52,2	19,8	0,66	0,06	0	0
271	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0	1,0	31,36	84,8	24,0	14,0	8,0	1,23	0,24	15,0	0
	Итого:	750	24,02	28,63	135,02	820,99	160,07	256,33	97,55	5,12	0,53	34,57	205,1
	ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:	1250	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминация 3-х блюд производится

При приготовлении используется Йодированная соль

День: 9 (четверг).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
	Завтрак												
2	Джем или повидло	30	3,51	2,2	26,5	86,36	8,72	22,36	3,45	0,38	0,03	0,03	18,18
154	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180\20	18,23	15,53	42,21	496,28	369,5	291,4	24,57	0,46	0,09	0,09	107,22
ПР	Хлеб пшеничный	50	0,5	3,95	24,19	116,9	11,5	43,5	16,5	0,55	0,05	0	0
262	Чай с лимоном	200\20	0,02	0,20	16,03	65	5,56	5,8	2,0	0,41	0	0,03	0
	Итого:	500	22,26	21,88	108,93	764,54	395,28	363,06	46,52	1,8	0,17	0,15	125,4
	ОБЕД												
18	Салат из свежих помидоров	60	3,02	0,50	1,54	35,4	14,23	13,93	7,99	0,36	0,09	2,46	0
63/2 41	Борщ с мясом (свекольник)	150\35	3,08	0,79	14,12	134,36	150,21	93,71	17,33	0,87	0,08	3,13	203,88
191	Оладьи из печени	100\5	12,56	9,34	1,26	128	44,74	24,16	30,06	1,72	0,03	15,26	64,16
114	Каша рассыпчатая гречневая	150	5,98	8,74	19,6	146	20,04	107,64	23,6	0,67	0,02	0	26,56
ПР	Хлеб пшеничный	50	0,5	3,95	24,19	116,9	11,5	43,5	16,5	0,55	0,05	0	0
271	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0	1,0	31,36	84,8	24,0	14,0	8,0	1,23	0,24	15,0	0
	Итого:	750	25,14	24,32	92,07	645,46	264,72	296,94	103,48	5,4	0,51	35,85	294,6
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:	1250	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминация 3-х блюд производится

При приготовлении используется Йодированная соль

День: 10 (пятница).

Возрастная категория: Школьники 7-11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
			жиры	белки	углев.		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A
Завтрак													
11	Сыр (порциями)	20	5,9	4,64	0	72	176	100	7	0,2	0,01	0,14	52
10	Масло (порциями)	20	1,45	0,16	0,26	132	4,8	6,0	0	0,04	0	0	80,0
117	Каша вязкая молочная манная с маслом	200/10	8,44	7,14	40,2	266	128,8	123,6	21,64	0,56	0,16	1,24	54,6
ПР	Хлеб пшеничный	50	0,5	3,95	24,19	116,9	11,5	43,5	16,5	0,55	0,05	0	0
267	Какао с молоком сгущенным	200	2,60	3,66	25,08	138	127,98	117,86	17,98	0,64	0,02	0,38	9,5
	Итого:	500	18,89	19,55	89,73	724,9	449,08	390,96	63,12	1,99	0,24	1,76	196,1
ОБЕД													
Пр	Кабачковая икра	60	2,91	0,60	3,23	41,55	98,45	22,40	3,36	0,21	0,02	1,90	0
78/2 41	Суп картофельный с горохом и мясом	150/30	7,95	5,1	10,89	67,17	51,67	43,13	33,08	1,2	0,07	16,42	223,9
175	Гуляш (50/50)	100	16,79	11,55	7,89	195,0	11,81	112,15	14,03	1,56	0,03	0,92	0
207	Макаронные изделия отварные	150	0,26	3,66	28,92	156,3	11,19	25,16	8,61	0,35	0,02	0	0
ПР	Хлеб пшеничный	60	0,6	4,74	28,98	140,28	13,8	52,2	19,8	0,66	0,06	0	0
271	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0	1,0	31,36	84,8	24,0	14,0	8,0	1,23	0,24	15,0	0
	Итого:	750	28,51	26,65	111,27	685,1	210,92	269,04	86,88	5,21	0,44	34,24	223,9
	ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ:	1250	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

Витаминация 3-х блюд производится

При приготовлении используется Йодированная соль

Среднее потребление пищевых нутриентов

№ п/п	Дни	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
		жиры	белки	Углев.		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А
1	Понедельник	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
2	Вторник	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
3	Среда	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
4	Четверг	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
5	Пятница	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
6	Понедельник	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
7	Вторник	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
8	Среда	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
9	Четверг	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
10	Пятница	47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
Итого:		47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420
Среднее значение за 10 дней:		47,4	46,2	201	1410	660	660	150	7,2	0,68	36	420

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730018

Владелец Карлец Ольга Викторовна

Действителен с 13.06.2024 по 13.06.2025