

Согласовано:

Директор образовательной организации



Подпись

Ф.И.О

Утверждаю

Директор Бугурусланского филиала

ООО «КШП «Подросток»



А.В. Михальченко

Подпись

Ф.И.О

**ООО «Комбинат школьного питания «Подросток»**

**Примерное 10 – дневное меню  
для организации питания учащихся 7-11 лет  
общеобразовательных организаций  
2024 учебный год  
весенний период**

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК™  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: Понедельник 1 Сезон: Весна 2024г  
Неделя: 1 Возраст: 7-11 лет

№ рецеп.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
<b>ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)</b>																										
№516*	Пшеницель детский	65	7,68	8,57	6,41	110,85	0,06	0,03	0,41	4,10	0	67,08	6,37	17,32	0,77	93,35	2,33	4,13	31,05							
№294**	Макаронные изделия отварные	185	6,48	7,59	43,48	271,95	0,08	0,02			1,26	45,85	16,14	10,60	1,09	66,60			14,80							
№108****	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	0,04	0,01	2,80	0,38	0,01	3,54	6,25	4,60	0,29	30,00		0,02	0,70							
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06				0,55	32,50	10,00	7,00	0,55	38,45	1,75	2,80	0,88							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>18,03</b>	<b>16,57</b>	<b>89,80</b>	<b>561,92</b>	<b>0,24</b>	<b>0,07</b>	<b>3,21</b>	<b>4,48</b>	<b>1,82</b>	<b>148,97</b>	<b>38,76</b>	<b>39,52</b>	<b>2,70</b>	<b>228,40</b>	<b>4,08</b>	<b>6,95</b>	<b>47,43</b>							
<b>ОБЕД (в том числе ОБЗ)</b>																										
№55 Диет	Винегрет овощной (2-й вариант)	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00							
№128****	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,03	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,04	0,96	229,40	16,40	0,33	24,00							
ТТК № 7	Пшеницель детский	90	10,63	11,87	8,88	153,49	0,08	0,04	0,57	5,68	0	92,88	8,82	23,98	1,07	129,25	3,23	5,72	42,99							
№516*	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,50	0,09	0,03		18,40	0,99	55,27	13,09	20,70	1,15	54,00	21,00	0,06	12,00							
№294**	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	0,04	0,01	2,80	0,38	0,01	3,54	6,25	4,60	0,29	30,00		0,02	0,70							
№108****	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53							
№110****	Хлеб столовый (жрано-пшеничный)	20	1,32	0,24	6,80	36,20	0,04	0,02				31,60	7,00	9,40	0,78	48,80	0,64	1,10	4,80							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>750</b>	<b>21,95</b>	<b>26,43</b>	<b>94,32</b>	<b>676,06</b>	<b>0,33</b>	<b>0,43</b>	<b>16,65</b>	<b>226,36</b>	<b>6,01</b>	<b>269,19</b>	<b>82,56</b>	<b>94,72</b>	<b>5,06</b>	<b>642,52</b>	<b>50,22</b>	<b>9,05</b>	<b>97,02</b>							
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ</b>																										
№96****	Бутерброд с джемом или повидлом	40	1,20	4,21	20,40	124,00	0,03	0,03	0,02	0,03	0,21	1,01	6,00	3,00	0,40	187,50	1,79	6,00	0,86							
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01		4,50			0,36	23,33										
	<b>ИТОГО:</b>	<b>220</b>	<b>1,29</b>	<b>4,21</b>	<b>32,10</b>	<b>178,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,04</b>	<b>0,29</b>	<b>0,04</b>	<b>0,21</b>	<b>1,01</b>	<b>10,50</b>	<b>3,00</b>	<b>0,76</b>	<b>210,83</b>	<b>1,79</b>	<b>6,00</b>	<b>0,86</b>							



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК™**  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Вторник  
Неделя: 1  
2 Сезон: Весна 2024г  
Возраст: 7-11 лет

№ рецеп.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
<b>ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)</b>																										
№107****	Овощи натуральные	30	0,24	0,04	0,52	3,90			1,50		0,04	7,20	6,90	4,20	0,18											
ТТК № 60	Плов	220	14,96	15,73	43,56	385,00	0,10	0,14	1,32	0,35	0,84	253,19	23,54	52,21	3,41	296,27	42,53	8,11	9,09							
ТТК № 58	Фруктовый чай с яблоком	200			23,20	92,80				1,20		6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10	3,13							
№108 ****	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06				0,55	32,50	10,00	7,00	0,55	38,45	1,75	2,80	0,88							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>19,00</b>	<b>16,17</b>	<b>91,88</b>	<b>599,20</b>	<b>0,16</b>	<b>0,14</b>	<b>2,82</b>	<b>1,55</b>	<b>1,43</b>	<b>299,79</b>	<b>49,64</b>	<b>69,31</b>	<b>4,68</b>	<b>426,32</b>	<b>45,15</b>	<b>11,01</b>	<b>13,10</b>							
<b>ОБЕД (в том числе ОБЗ)</b>																										
ТТК № 13	Салат "Здоровье"	60	1,15	5,27	5,04	72,18	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00							
№ 140*	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	15,06	89,04	0,09	0,05	6,60	97,60	1,10	50,80	12,20	19,20	0,76	410,40	16,80	0,23	32,80							
ТТК № 60	Плов	230	15,64	16,45	45,54	402,50	0,10	0,14	1,38	0,37	0,88	264,70	24,62	54,59	3,57	309,73	44,47	8,48	95,07							
№ 503****	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40		29,00	122,00		0,01				2,45	1,00		0,10	52,00	0,50	0,02	3,10							
№108 ****	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53							
№110 ****	Хлеб столовый (ржанопшеничный)	25	1,65	0,30	8,50	45,25	0,05	0,02				39,50	8,75	11,75	0,98	61,00	0,80	1,38	6,00							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>745</b>	<b>24,28</b>	<b>24,54</b>	<b>117,90</b>	<b>801,47</b>	<b>0,29</b>	<b>0,23</b>	<b>13,02</b>	<b>173,32</b>	<b>5,07</b>	<b>398,50</b>	<b>66,57</b>	<b>100,54</b>	<b>6,22</b>	<b>984,20</b>	<b>71,52</b>	<b>11,93</b>	<b>149,50</b>							
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ</b>																										
№1 М 11г	Буферболд с маслом сливочным	30	1,32	10,80	8,17	138,00	0,03			0,08	0,37	28,20	8,86	7,13	0,61	22,43	0,94	1,59	0,65							
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01			4,50		0,36	23,33										
	<b>ИТОГО:</b>	<b>210</b>	<b>1,41</b>	<b>10,80</b>	<b>19,87</b>	<b>192,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,09</b>	<b>0,37</b>	<b>28,20</b>	<b>13,36</b>	<b>7,13</b>	<b>0,97</b>	<b>45,76</b>	<b>0,94</b>	<b>1,59</b>	<b>0,65</b>							

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОЛДОСТОК™  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: Среда  
Неделя: 1

3 Сезон: Весна 2024г  
Возраст: 7-11 лет

№ рецеп.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
<b>ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)</b>																										
3 11г Деин	Бутерброд с сыром	35	2,94	5,81	10,38	109,90	0,028	0,04	0,08	41,30	0,11	67,03	107,80	6,62	0,34	28,53	0,83	3,03	0,41							
407****	Рагу из птицы	230	18,30	18,92	20,90	325,94	0,15	0,13	13,66	26,54	0,21	98,22	32,86	51,26	2,36	632,97	30,74	0,78	49,66							
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10		13,00	60,00		0,01	0,30	0,11			5,00		0,40	21,00										
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04				0,39	22,75	7,00	4,90	0,39	26,92	1,23	1,96	0,61							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>24,00</b>	<b>25,01</b>	<b>51,12</b>	<b>578,09</b>	<b>0,22</b>	<b>0,18</b>	<b>14,04</b>	<b>67,95</b>	<b>0,71</b>	<b>188,00</b>	<b>152,66</b>	<b>62,78</b>	<b>3,49</b>	<b>709,42</b>	<b>32,80</b>	<b>5,77</b>	<b>50,68</b>							
<b>ОБЕД (в том числе ОБЗ)</b>																										
ТТК № 16	Салат «Солнечный»	60	1,12	5,31	6,49	78,22	0,05	0,01	6,12	72,90	1,86	51,60	12,00	20,40	0,78	128,00	7,90	0,14	12,00							
№ 142 ****	Пи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,88	6,22	66,40	0,05	0,03	14,78	112,20	1,90	38,00	27,20	17,80	0,64	242,40	15,00	0,22	20,60							
407****	Рагу из птицы	230	18,30	18,92	20,90	325,94	0,15	0,13	13,66	26,54	0,21	98,22	32,86	51,26	2,36	632,97	30,74	0,78	49,66							
ТТК № 117	Компот из свежих плодов	200	0,20		35,80	142,00	0,02		4,30	1,20	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,10	3,13							
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04				0,39	22,75	7,00	4,90	0,39	26,92	1,23	1,96	0,61							
№ 10 ****	Хлеб столовый (жвано-пшеничный)	25	1,65	0,30	8,50	45,25	0,05	0,02				39,50	8,75	11,75	0,98	61,00	0,80	1,38	6,00							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>750</b>	<b>25,33</b>	<b>28,69</b>	<b>95,13</b>	<b>740,06</b>	<b>0,36</b>	<b>0,19</b>	<b>38,86</b>	<b>212,84</b>	<b>4,56</b>	<b>266,07</b>	<b>109,81</b>	<b>120,11</b>	<b>6,25</b>	<b>1 182,89</b>	<b>56,54</b>	<b>4,58</b>	<b>92,00</b>							
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ</b>																										
№589****	Пряники	45	2,66	2,12	33,75	164,70	0,04				0,04	22,50	4,95	4,05	0,36											
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01			4,50		0,36	23,33										
	<b>ИТОГО:</b>	<b>225</b>	<b>2,75</b>	<b>2,12</b>	<b>45,45</b>	<b>218,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,01</b>	<b>0,04</b>	<b>22,50</b>	<b>9,45</b>	<b>4,05</b>	<b>0,72</b>	<b>23,33</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>							



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК™  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: Четверг 4 Сезон: Весна 2024г  
Неделя: 1 Возраст: 7-11 лет

№ рецеп.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы				
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор		

№112 ****	Пшеница свежая (яблоки)	145	0,58	0,58	14,21	68,15	0,04	0,04	14,50	65,25	0,29	15,95	23,20	13,05	3,19	362,50	2,90	0,44	10,15
260****	Каша "Дружба"	200	5,26	11,66	25,06	226,20	0,08	0,12	1,32	27,20	0,20	140,40	126,60	30,60	0,56	157,33	49,33	4,09	30,67
ТТК№80	Чай с молоком	200	1,40	1,6	17,34	89,32	0,02	0,07	0,61	6,90		43,45	58,61	7,71	0,25	81,00	4,50	0,88	10,00
№108 ****	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,04			0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70
	<b>ИТОГО:</b>	<b>585</b>	<b>10,28</b>	<b>14,16</b>	<b>76,29</b>	<b>477,67</b>	<b>0,18</b>	<b>0,19</b>	<b>16,43</b>	<b>99,35</b>	<b>0,93</b>	<b>225,80</b>	<b>216,41</b>	<b>56,96</b>	<b>4,44</b>	<b>631,59</b>	<b>58,13</b>	<b>7,65</b>	<b>51,52</b>

**ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)**

ТТК № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	75,46	0,02	0,02	13,48	241,80	1,38	19,80	19,68	10,47	0,77	159,60	9,90	0,05	11,00
№ 134****	Рассольник Ленинградский	200	1,64	4,20	13,00	97,04	0,07	0,05	6,03	104,00	1,94	57,56	21,16	20,72	0,78	335,00	16,60	0,75	28,20
ТТК № 11	Котлеты класс-сыне	90	14,28	8,47	11,79	180,51	0,09	0,08	0,08	20,00	0,36	84,87	33,39	16,71	1,03	382,40	18,00	3,54	55,50
№516*	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,50	0,09	0,03		18,40	0,99	55,27	13,09	20,70	1,15	54,00	21,00	0,06	12,00
ТТК№24	Фруктовый чай	200			23,20	92,80			7,80	0,57			11,40	5,34	1,20	30,20	0,20	0,05	1,80
№108 ****	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03			0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53
№110 ****	Хлеб столовый (ржанопшеничный)	20	1,32	0,24	6,80	36,20	0,04	0,02				31,60	7,00	9,40	0,78	48,80	0,64	1,10	4,80
	<b>ИТОГО:</b>	<b>750</b>	<b>25,39</b>	<b>24,61</b>	<b>111,09</b>	<b>773,01</b>	<b>0,34</b>	<b>0,20</b>	<b>27,39</b>	<b>384,77</b>	<b>5,00</b>	<b>268,60</b>	<b>111,72</b>	<b>87,54</b>	<b>6,04</b>	<b>1033,07</b>	<b>67,39</b>	<b>7,23</b>	<b>113,83</b>

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ**

3 11г-Дети	Бутерброд с сыром	30	2,52	4,98	8,9	94,20	0,024	0,03	0,07	35,40	0,09	57,45	92,40	5,67	4,86	24,45	0,71	2,60	0,35
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00	0,01	0,27	0,01	0,01		57,45	4,50	0,36	23,33		0,71	2,60	0,35
	<b>ИТОГО:</b>	<b>210</b>	<b>2,61</b>	<b>4,98</b>	<b>11,70</b>	<b>148,20</b>	<b>0,02</b>	<b>0,04</b>	<b>0,34</b>	<b>35,41</b>	<b>0,09</b>	<b>57,45</b>	<b>96,90</b>	<b>5,67</b>	<b>5,22</b>	<b>47,78</b>	<b>0,71</b>	<b>2,60</b>	<b>0,35</b>

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК™**  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Пятница  
Неделя: 1  
Сезон: Весна 2024г  
Возраст: 7-11 лет

№ рецепта	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							

ТТК № 83	Куринное филе тушеное в соусе	90	10,20	7,79	8,57	144,00	0,01	0,13	1,73	51,98	0,38	67,50	25,50	12,00	0,75	218,25	28,13	20,82	114,75
№415 ****	Рис припущенный	160	3,78	6,45	34,56	211,36	0,02	0,03	0,03	19,63	0,29	73,12	5,12	23,20	0,54	47,68	22,40	7,40	27,73
№ 503****	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40		29,00	122,00		0,01		2,45			1,00		0,10	52,00	0,50	0,02	3,10
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06				0,55	32,50	10,00	7,00	0,55	38,45	1,75	2,80	0,88
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>19,18</b>	<b>14,64</b>	<b>96,73</b>	<b>594,86</b>	<b>0,09</b>	<b>0,17</b>	<b>1,73</b>	<b>74,06</b>	<b>1,22</b>	<b>173,12</b>	<b>10,41</b>	<b>42,20</b>	<b>1,94</b>	<b>356,38</b>	<b>52,78</b>	<b>31,04</b>	<b>146,46</b>

**ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)**  
**ОБЕД (в том числе ОБЗ)**

№4****	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,96	6,06	5,76	81,60	0,02	0,02	16,68	121,60	2,70	19,20	26,40	10,20	0,36	164,00	9,80	0,16	8,40
ТТК № 17	Суп " Кудрявый"	200	3,03	5,02	10,52	99,42	0,05	0,03	4,60	101,40	0,96	32,20	8,60	13,40	0,48	222,20	10,20	0,94	21,20
ТТК № 83	Куринное филе тушеное в соусе	90	10,20	7,79	8,57	144,00	0,01	0,13	1,73	51,98	0,38	67,50	25,50	12,00	0,75	218,25	28,13	20,82	114,75
№415 ****	Рис припущенный	160	3,78	6,45	34,56	211,36	0,02	0,03	0,03	19,63	0,29	73,12	5,12	23,20	0,54	47,68	22,40	7,40	27,73
№ТТК № 58	Фруктовый чай с яблоком	200			23,20	92,80				1,20		6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10	3,13
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53
№ 110 ****	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,32	0,24	6,80	36,20	0,04	0,02				31,60	7,00	9,40	0,78	48,80	0,64	1,10	4,80
	<b>ИТОГО:</b>	<b>760</b>	<b>21,57</b>	<b>25,80</b>	<b>104,17</b>	<b>735,88</b>	<b>0,17</b>	<b>0,23</b>	<b>23,01</b>	<b>295,81</b>	<b>4,66</b>	<b>250,02</b>	<b>87,82</b>	<b>78,30</b>	<b>3,78</b>	<b>815,60</b>	<b>73,09</b>	<b>32,20</b>	<b>180,54</b>

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ**

№588****	Вафли	50	1,40	1,66	38,66	175,00	0,02				0,36	18,00	8,00	5,00	0,76				
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01			4,50		0,36				
	<b>ИТОГО:</b>	<b>230</b>	<b>1,49</b>	<b>1,66</b>	<b>50,36</b>	<b>229,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,01</b>	<b>0,36</b>	<b>18,00</b>	<b>12,50</b>	<b>5,00</b>	<b>1,12</b>	<b>23,33</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК™**  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Понедельник  
Неделя: 2

6 Сезон: Весна 2024г  
Возраст: 7-11 лет

№ рецеп.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							

**ЗАВТРАК (в том числе ОВЗ)**

№55 Диет	Винегрет овощной (2-й вариант )	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00
№142 ****	Ши из свежей капусты с картошкой	200	1,40	3,88	6,22	66,40	0,05	0,03	14,78	112,20	1,90	38,00	27,20	17,80	0,64	242,40	15,00	0,22	20,60
ТТК № 84	Фрикадельки куриные в соусе 2 в	95	8,58	8,66	7,64	153,44	0,03	0,04	0,43	3,26	0,34	56,14	28,33	8,64	0,69	122,64	10,37	9,93	53,54
№516*	Макаронные изделия отварные	160	5,60	6,56	37,60	235,20	0,10	0,03		19,63	1,06	58,95	13,96	22,08	1,23	57,60	22,40	0,06	12,80
ТТК № 58	Фруктовый чай с яблоком	200			23,20	92,80				1,20		6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10	3,13
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05				0,50	29,25	9,00	6,30	0,50	34,61	1,58	2,52	0,79
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>17,60</b>	<b>15,58</b>	<b>90,58</b>	<b>587,19</b>	<b>0,18</b>	<b>0,07</b>	<b>0,43</b>	<b>24,09</b>	<b>1,90</b>	<b>151,24</b>	<b>60,49</b>	<b>42,92</b>	<b>2,96</b>	<b>306,45</b>	<b>35,22</b>	<b>12,61</b>	<b>70,26</b>

**ОБЕД (в том числе с ОВЗ)**

№55 Диет	Винегрет овощной (2-й вариант )	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00
№142 ****	Ши из свежей капусты с картошкой	200	1,40	3,88	6,22	66,40	0,05	0,03	14,78	112,20	1,90	38,00	27,20	17,80	0,64	242,40	15,00	0,22	20,60
ТТК № 84	Фрикадельки куриные в соусе 2 в	95	8,58	8,66	7,64	153,44	0,03	0,04	0,43	3,26	0,34	56,14	28,33	8,64	0,69	122,64	10,37	9,93	53,54
№516*	Макаронные изделия отварные	160	5,60	6,56	37,60	235,20	0,10	0,03		19,63	1,06	58,95	13,96	22,08	1,23	57,60	22,40	0,06	12,80
ТТК № 26	Фрукто-чай	200			22,76	91,04				0,57		7,04	7,04	5,34	1,20	30,20	0,20	0,05	1,80
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04				0,39	22,75	7,00	4,90	0,39	26,92	1,23	1,96	0,61
№ 110 ****	Хлеб столовый (жвано-пшеничный)	20	1,32	0,24	6,80	36,20	0,04	0,02				31,60	7,00	9,40	0,78	48,80	0,64	1,10	4,80
	<b>ИТОГО:</b>	<b>770</b>	<b>20,50</b>	<b>23,54</b>	<b>103,04</b>	<b>722,28</b>	<b>0,28</b>	<b>0,13</b>	<b>28,05</b>	<b>208,56</b>	<b>6,45</b>	<b>231,44</b>	<b>104,33</b>	<b>78,96</b>	<b>5,41</b>	<b>656,56</b>	<b>57,74</b>	<b>13,46</b>	<b>106,15</b>

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОВЗ**

№96****	Бутерброд с джемом или повидлом	40	1,20	4,21	20,40	124,00	0,03	0,03	0,02	0,03	0,21	1,01	6,00	3,00	0,40	187,50	1,79	6,00	0,86
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01		4,50			0,36	23,33			
	<b>ИТОГО:</b>	<b>220</b>	<b>1,29</b>	<b>4,21</b>	<b>32,10</b>	<b>178,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,04</b>	<b>0,29</b>	<b>0,04</b>	<b>0,21</b>	<b>1,01</b>	<b>10,50</b>	<b>3,00</b>	<b>0,76</b>	<b>210,83</b>	<b>1,79</b>	<b>6,00</b>	<b>0,86</b>

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК"**  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Денис Вторник 7 Сезон: Весна 2024г  
Неделя: 2 Возраст: 7-11 лет

№ рецеп.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
<b>ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)</b>																										
№ 8****	Пюре из гороха с маслом	160	15,22	4,68	30,28	132,00	0,05	0,11	1,07	25,50	0,53	158,70	15,33	24,70	2,20	322,50	17,50	0,32	62,50							
№ 8****	Пюре из гороха с маслом	160	15,22	4,68	30,28	224,00	0,03	0,10	12,48	1,26	244,29	87,41	72,03	5,15	83,20	25,60	9,23	24,54								
№ 108****	Чай апельсиновый	200	0,00	0,00	25,00	94,08	0,01	0,01	4,90	1,26	19,00	19,00	19,00	0,40	303,00	43,5	8,29	93,00								
№ 108****	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,04	0,44	0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70								
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>30,66</b>	<b>13,50</b>	<b>78,36</b>	<b>544,08</b>	<b>0,12</b>	<b>0,22</b>	<b>5,97</b>	<b>39,24</b>	<b>0,97</b>	<b>428,99</b>	<b>129,74</b>	<b>121,33</b>	<b>8,19</b>	<b>739,46</b>	<b>88,00</b>	<b>20,08</b>	<b>180,74</b>							
<b>ОБЕД (в том числе ОБЗ)</b>																										
№ 75****	Салат картофельный с соевыми орехами и зеленым горошком	60	1,08	3,72	5,34	59,40	0,04	0,04	6,06	0,00	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14	12,00							
№ 17****	Суп " Кудравый"	200	3,03	5,02	10,52	99,42	0,05	0,03	4,60	101,40	0,96	32,20	8,60	13,40	0,48	222,20	10,20	0,94	21,20							
№ 68****	Гуляш	90	12,51	7,20	3,60	118,80	0,05	0,10	0,96	22,95	0,48	142,83	13,80	22,23	1,98	290,25	15,75	0,29	56,25							
№ 18****	Пюре из гороха с маслом	160	15,22	4,68	30,28	224,00	0,03	0,10	0,96	12,48	0,48	244,29	87,41	72,03	5,15	83,20	25,60	9,23	24,54							
№ 503****	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40		29,00	122,00		0,01		2,45			1,00		0,10	52,00	0,50	0,02	3,10							
№ 108****	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,04			0,39	22,75	7,00	4,90	0,39	26,92	1,23	1,96	0,61							
№ 110****	Хлеб столовый (ржанопшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>775</b>	<b>37,88</b>	<b>21,26</b>	<b>106,16</b>	<b>760,17</b>	<b>0,26</b>	<b>0,31</b>	<b>11,62</b>	<b>139,28</b>	<b>3,51</b>	<b>517,07</b>	<b>137,91</b>	<b>137,46</b>	<b>9,69</b>	<b>875,77</b>	<b>62,14</b>	<b>14,23</b>	<b>124,90</b>							
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ</b>																										
№590****	Печенье	36	2,70	3,53	26,78	150,12	0,03				1,26	32,40	10,44	7,20	0,76											
№ 77****	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01			4,50	7,20	0,36	23,33										
	<b>ИТОГО:</b>		<b>2,79</b>	<b>3,53</b>	<b>38,48</b>	<b>204,12</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,01</b>	<b>1,26</b>	<b>32,40</b>	<b>14,94</b>	<b>7,20</b>	<b>1,12</b>	<b>23,33</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>							



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК™  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: Среда 8 Сезон: Весна 2024г.  
Неделя: 2 Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины														Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20											

**ЗАВТРАК (в том числе ОВЗ)**

№ 397*	Фрикадельки рыбные с томатным соусом	90	8,44	4,13	7,03	101,72	0,03	0,06	0,09	12,09	2,34	135,94	45,00	19,80	0,90	132,19	48,75	16,50	169,69
№ 520*	Картофельное пюре	170	3,57	7,70	24,82	185,30	0,15	0,13	6,10	26,98	0,21	99,82	45,22	31,50	1,14	707,20	32,30	0,90	51,99
ТТК№24	Фруктовый чай	200			23,20	92,80			7,80	0,57			11,40	5,34	1,20	30,20	0,20	0,05	1,80
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05				0,50	29,25	9,00	6,30	0,50	34,61	1,58	2,52	0,79
	<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>15,43</b>	<b>12,19</b>	<b>77,19</b>	<b>485,57</b>	<b>0,23</b>	<b>0,19</b>	<b>13,99</b>	<b>39,64</b>	<b>3,05</b>	<b>265,01</b>	<b>110,62</b>	<b>62,94</b>	<b>3,74</b>	<b>904,20</b>	<b>82,83</b>	<b>19,97</b>	<b>224,27</b>

**ОБЕД (в том числе ОВЗ)**

ТТК № 16	Салат «Солнечный»	60	1,12	5,31	6,49	78,22	0,05	0,01	6,12	72,90	1,86	51,60	12,00	20,40	0,78	128,00	7,90	0,14	12,00
№139*	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,60	0,18	0,06	4,65	97,20	0,17	69,74	30,46	28,24	1,62	382,40	16,00	2,00	28,80
№ 397*	Фрикадельки рыбные с томатным соусом	100	9,35	4,55	7,77	113,00	0,03	0,06	0,09	13,44	2,45	151,04	50,00	22,00	0,94	146,88	54,17	18,33	188,54
№ 520*	Картофельное пюре	160	3,36	7,25	23,36	174,40	0,14	0,12	5,74	25,39	0,20	93,95	42,56	29,65	1,07	665,60	30,40	0,85	48,93
ТТК № 117	Компот из свежих плодов	200	0,20		35,80	142,00	0,02		4,30	1,20	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,10	3,13
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53
№ 110 ****	Хлеб столовый (ржанопшеничный)	20	1,32	0,24	6,80	36,20	0,04	0,02				31,60	7,00	9,40	0,78	48,80	0,64	1,10	4,80
	<b>ИТОГО:</b>	<b>770</b>	<b>22,59</b>	<b>22,07</b>	<b>112,82</b>	<b>747,92</b>	<b>0,49</b>	<b>0,27</b>	<b>20,90</b>	<b>210,13</b>	<b>5,21</b>	<b>433,43</b>	<b>151,85</b>	<b>111,39</b>	<b>6,87</b>	<b>1 713,80</b>	<b>65,04</b>	<b>58,67</b>	<b>132,39</b>

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОВЗ**

№1 М 11г	Бутерброды с маслом сливочным	30	1,32	10,80	8,17	138,00	0,03			0,08	0,37	28,20	8,86	7,13	0,61	22,43	0,94	1,59	0,65
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01			4,50		0,36	23,33			
	<b>ИТОГО:</b>	<b>210</b>	<b>1,41</b>	<b>10,80</b>	<b>19,87</b>	<b>192,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,09</b>	<b>0,37</b>	<b>28,20</b>	<b>13,36</b>	<b>7,13</b>	<b>0,97</b>	<b>45,76</b>	<b>0,94</b>	<b>1,59</b>	<b>0,65</b>

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК"  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: Четверг 9 Сезон: Весна 2024г.  
Неделя: 2 Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
<b>ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)</b>																										
ТТК № 82	Бутерброд горячий	60	6,29	5,74	10,66	129,82	0,04	0,04	0,16	0,07	0,60	120,00	157,50	13,50	0,60	48,91	1,42	5,20	0,70							
ТТК № 62	Каша рисовая вязкая	200	6,28	11,82	22,40	228,00	0,06	0,16	1,42	26,40	0,28	169,40	131,00	37,20	0,56	169,33	50,67	6,21	38,67							
ТТК № 80	Чай с молоком	200	1,40	1,6	17,34	89,32	0,02	0,07	0,61	6,90		43,45	58,61	7,71	0,25	81,00	4,50	0,88	10,00							
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04				0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>17,01</b>	<b>19,48</b>	<b>70,08</b>	<b>541,14</b>	<b>0,16</b>	<b>0,27</b>	<b>2,19</b>	<b>33,37</b>	<b>1,32</b>	<b>358,85</b>	<b>355,11</b>	<b>64,01</b>	<b>1,85</b>	<b>330,00</b>	<b>57,99</b>	<b>14,53</b>	<b>50,07</b>							
<b>ОБЕД (в том числе ОБЗ)</b>																										
ТТК № 15	Салат «Фантазия»	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	72,90	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14	12,00							
№ 128****	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,03	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,04	0,96	229,40	16,40	0,33	24,00							
ТТК № 11	Котлеты класс-ные	95	15,08	8,94	12,45	190,54	0,10	0,09	0,09	21,11	0,38	89,59	35,25	17,64	1,08	403,65	19,00	3,73	58,59							
№516*	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,50	0,09	0,03		18,40	0,99	55,27	13,09	20,70	1,15	54,00	21,00	0,06	12,00							
№283***	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79	0,03		1,22	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00										
№ 108 ****	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53							
№ 110 ****	Хлеб столовый (ржанопшеничный)	20	1,32	0,24	6,80	36,20	0,04	0,02				31,60	7,00	9,40	0,78	48,80	0,64	1,10	4,80							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>755</b>	<b>27,09</b>	<b>24,88</b>	<b>112,31</b>	<b>786,42</b>	<b>0,36</b>	<b>0,47</b>	<b>15,61</b>	<b>256,41</b>	<b>6,98</b>	<b>310,49</b>	<b>148,04</b>	<b>115,81</b>	<b>5,74</b>	<b>936,92</b>	<b>65,99</b>	<b>7,04</b>	<b>111,92</b>							
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ</b>																										
№588****	Вафли	50	1,40	1,66	38,66	175,00	0,02				0,36	18,00	8,00	5,00	0,76											
ТТК № 77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01			4,50	5,00	0,36	23,33										
	<b>ИТОГО:</b>	<b>230</b>	<b>1,49</b>	<b>1,66</b>	<b>50,36</b>	<b>229,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,01</b>	<b>0,36</b>	<b>18,00</b>	<b>12,50</b>	<b>5,00</b>	<b>1,12</b>	<b>23,33</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>							



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПОДРОСТОК™**  
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Пятница 10 Сезон: Весна 2024г  
Неделя: 2 Возраст: 7-11 лет

№ рсч.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
<b>ЗАВТРАК (в том числе ОБЗ)</b>																										
№100****	Сыр порциями	10	2,56	2,61	0,00	34,30	0,00	0,00	0,01	0,02	0,05	0,00	90,00	5,00	0,09	8,80	0,00	1,45	0,00							
№461 *	Творожки (1-й вариант)	90	11,07	11,17	11,22	209,40	0,05	0,07	1,35	7,29	0,40	148,60	13,50	15,39	1,54	223,50	16,50	0,78	51,00							
№510 *	Каша вязкая (гречневая)	170	5,10	7,66	25,34	193,80	0,27	0,32	1,35	15,82	0,54	186,28	17,00	111,47	3,74	142,80	46,81	2,27	10,20							
ТТК №77	Чай с сахаром	200	0,10			60,00		0,01	0,30	0,11			5,00		0,40	21,00										
№108 ****	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04				0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>510</b>	<b>21,87</b>	<b>21,76</b>	<b>69,24</b>	<b>591,50</b>	<b>0,36</b>	<b>0,40</b>	<b>1,66</b>	<b>23,24</b>	<b>1,43</b>	<b>360,88</b>	<b>133,50</b>	<b>137,46</b>	<b>6,21</b>	<b>426,86</b>	<b>64,71</b>	<b>6,74</b>	<b>61,90</b>							
<b>ОБЕД (в том числе ОБЗ)</b>																										
№2****	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	0,02	0,02	9,24	242,00	2,76	17,40	18,00	10,80	0,54	160,00	9,90	0,15	11,00							
№134****	Рассольник Ленинградский	200	1,64	4,20	13,00	97,04	0,07	0,05	6,03	104,00	1,94	57,56	21,16	20,72	0,78	335,00	16,60	0,75	28,20							
№461 *	Творожки (1-й вариант)	90	11,07	11,17	11,22	209,40	0,05	0,07	1,35	7,29	0,40	148,60	13,50	15,39	1,54	223,50	16,50	0,78	51,00							
№510 *	Каша вязкая (гречневая)	150	4,50	6,75	22,35	171,00	0,24	0,07	1,35	13,96	0,48	164,37	15,00	98,36	3,30	126,00	41,30	2,00	9,00							
№518****	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,2	0,20	92,00	0,02		4,00	7,00			14,00		2,80	91,00	0,80	0,10	0,13							
№108 ****	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53							
№110 ****	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	1,65	0,30	8,50	45,25	0,05	0,02				39,50	8,75	11,75	0,98	61,00	0,80	1,38	6,00							
	<b>ИТОГО:</b>	<b>755</b>	<b>21,80</b>	<b>28,92</b>	<b>76,39</b>	<b>767,99</b>	<b>0,48</b>	<b>0,23</b>	<b>20,62</b>	<b>374,25</b>	<b>5,91</b>	<b>446,93</b>	<b>96,41</b>	<b>161,22</b>	<b>10,27</b>	<b>1019,57</b>	<b>86,95</b>	<b>6,84</b>	<b>105,86</b>							
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ОБЗ</b>																										
№589****	Пряники	45	2,66	2,12	33,75	164,70	0,04				0,04	22,50	4,95	4,05	0,36	23,33										
ТТК №77	Чай с сахаром	180	0,09		11,70	54,00		0,01	0,27	0,01			4,50		0,36	23,33										
	<b>ИТОГО:</b>	<b>225</b>	<b>2,75</b>	<b>2,12</b>	<b>45,45</b>	<b>218,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,01</b>	<b>0,04</b>	<b>22,50</b>	<b>9,45</b>	<b>4,05</b>	<b>0,72</b>	<b>23,33</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>							