

2-Х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ МАОУ ПРОГимНАЗИЯ № 81
Летне-осенний сезон
1 неделя

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ Прогимназия № 81
 _____ Габова Е.И.
 _____ 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ Прогимназия № 81
 _____ Черныгина Т.В.
 _____ 2023 г.

№ тех. кар	Меню	Выход			Пищевая ценность												Расчет химического состава																								
					белки			жиры			углеводы			ЭЦ			Са				Mg				P				Fe				B1				B2				C
		если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	если	сал	школа	
1 Понедельник																																									
Завтрак																																									
114е	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	200	4,64	6,50	6,50	4,29	6,00	6,00	22,29	31,20	31,20	147,14	206,00	206,00	69,66	97,53	97,53	-	-	-	57,14	80,00	114,29	0,75	1,05	1,05	0,10	0,14	0,14	0,08	0,11	0,11	0,30	0,42	0,42				
113е	Хлеб пшеничный с маслом	36	48	85	2,79	3,90	5,57	5,50	7,70	11,00	16,79	23,50	33,57	129,29	181,00	258,57	7,14	10,00	14,29	0,29	0,40	0,57	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	1,07	1,50	2,14	1,29	1,80	2,57	17,86	25,00	35,71				
270п	Чай с сахаром	180	200	200	0,14	0,20	0,20				10,00	14,00	14,00	40,00	56,00	56,00	0,21	0,30	0,30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-				
	Школа сыр	0	0	20			5,00			5,40						68,80			176,00			7,00			101,00			0,20			0,01			0,06			17,60				
	Лагерь круассан	0	0	65			2,80			8,00			23,50			175,00			2,40									0,02									0,01				
	Школа сок	0	0	200			0,40						20,00			84,00			240,00			0,40						0,20			0,08			0,30			2,60				
	ИТОГО	366	448	770	8	11	20	10	14	30	49	69	122	316	443	848	77	108	531	0	0	8	114	160	330	1	1	1	1	2	2	1	2	3	18	25	56				
	П завтрак д/с - сок	150	200	0	0,29	0,40								14,29	20,00		60,00	84,00		171,43	240,00		-	-	-	-	-	-	0,14	0,20		0,06	0,08		0,21	0,30		1,86	2,60		
Обед																																									
36 п	Суп овощей со сметаной	150	200	200	1,38	1,93	1,93	4,19	5,86	5,86	8,99	12,59	12,59	82,31	115,24	115,24	36,15	50,61	50,61	17,99	25,19	25,19	96,43	135,00	135,00	0,08	0,11	0,11	0,04	0,05	0,05	0,06	0,08	0,08	5,85	8,19	8,19				
192п	Птица отварная	50	80	100	14,14	19,80	28,29	10,93	15,30	21,86	6,57	9,20	13,14	182,14	255,00	364,29	30,06	42,08	60,11	19,20	26,88	38,40	177,14	248,00	354,29	1,54	2,15	3,07	0,05	0,07	0,10	0,07	0,10	0,14	2,84	3,97	5,67				
196п	Каша гречневая рассыпчатая	120	150	150	6,24	8,73	8,73	3,88	5,43	5,43	32,14	45,00	45,00	188,43	263,80	263,80	56,14	78,59	78,59	87,43	122,40	122,40	85,71	120,00	120,00	1,46	2,04	2,04	0,09	0,13	0,13	0,10	0,14	0,14	1,14	1,62	2,31				
238п	Соус томатный	40	50	50	0,39	0,54	0,54	2,62	3,67	3,67	3,74	5,24	5,24	40,11	56,15	56,15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-				
14 У	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	60	100	0,43	0,60	0,86	4,21	5,90	8,43	1,64	2,30	3,29	46,43	65,00	92,86	33,40	46,76	66,80	14,40	20,16	28,80	45,71	64,00	91,43	-	-	-	0,03	0,04	0,06	0,03	0,04	0,06	0,03	0,04	0,06	12,50	17,50	25,00	
253 п	Компот из плодов сушеных	180	200	200	0,24	0,33	0,33				16,19	22,66	22,66	65,70	91,98	91,98	20,49	28,69	28,69	13,05	18,27	18,27	17,14	24,00	24,00	0,44	0,61	0,61	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,03	0,03	0,03	0,23	0,32	0,32	0,32	
	Хлеб Дарницкий витаминизированный	40	50	80	2,21	3,10	4,43	0,43	0,60	0,86	14,29	20,00	28,57	70,36	98,50	140,71	7,14	10,00	14,29	2,86	4,00	5,71	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	0,01	0,02	0,02	0,01	0,02	0,03	0,06	0,09	0,13				
	ИТОГО	620	790	880	25	35	45	26	37	46	84	117	130	675	946	1125	183	257	299	155	217	239	479	671	839	4	5	6	0	0	0	0	0	1	22	30	40				
Подник (д/сал)																																									
	Печенье	40	50	0	6,40	8,00		11,60	14,50		23,97	29,96		180,00	225,00		1,71	2,40		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01				
245 п	Кисломолочный напиток	160	200	0	4,14	5,80		4,57	6,40		6,71	9,40		84,29	118,00		171,43	240,00		20,00	28,00		11,43	16,00		0,14	0,20		0,04	0,06		0,24	0,34		1,00	1,40					
		200	250	0	11	14	0	16	21	0	31	39	0	264	343	0	173	242	0	20	28	0	11	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
Ужин (школа -удаленный подник)																																									
160 п	Голубцы Ленивые	60	70	100	4,69	6,56	9,37	4,78	6,69	9,56	3,52	4,93	7,04	75,86	106,21	151,73	33,79	47,31	67,59	-	-	-	85,71	120,00	171,43	0,44	0,62	0,89	0,05	0,07	0,10	0,08	0,11	0,16	0,36	0,51	0,73				
216 п	Картофельное пюре	120	150	200	2,20	3,08	4,40	2,48	3,47	4,86	15,79	22,10	31,57	94,17	131,84	188,34	26,01	36,41	52,01	20,99	29,38	41,97	35,71	50,00	71,43	0,76	1,07	1,53	0,01	0,02	0,03	0,07	0,10	0,14	3,70	5,18	7,40				
	Горюшек зеленый консервированный отварной	40	60	100	1,29	1,80	2,57	0,09	0,12	0,17	3,94	5,52	7,89	18,43	25,80	36,86	7,43	10,40	14,86	25,71	36,00	51,43	-	-	-	-	-	-	0,21	0,30	0,43	0,07	0,10	0,14	-	-	-	3,50	4,90	7,00	
258п	Кофейный напиток с молоком	180	200	200	1,99	2,79	2,79	2,28	3,19	3,19	14,08	19,71	19,71	84,78	118,69	118,69	75,57	105,80	105,80	8,70	12,18	12,18	57,14	80,00	114,29	0,08	0,11	0,11	0,02	0,03	0,03	0,09	0,12	0,12	0,37	0,52	0,52				
	Хлеб пшеничный	30	40	75	2,29	3,20	4,57	0,29	0,40	0,57	13,93	19,50	27,86	69,14	96,80	138,29	7,14	10,00	14,29	0,29	0,40	0,57	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	1,07	1,50	2,14	1,29	1,80	2,57	17,86	25,00	35,71				
	ИТОГО	430	520	675	12	17	24	10	14	18	51	72	94	342	479	634	150	210	255	56	78	106	236	330	471	2	2	3	1	2	2	2	2	3	26	36	51				
	Итого 1 день	1966	2458	2325	66	91	89	78	106	95	260	356	347	1923	2638	2607	928	1299	1084	251	351	353	#ЗНАЧ!	1193	#ЗНАЧ!	9	#ЗНАЧ!	3	4	5	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	70	97	147				

№ периода	Место	Выход блюда			Химический состав									Энерг. ценность			минеральные элементы									витамины												
					Белки			Жиры			Углеводы						Ca			Mg			P			Fe			B1			B2			C			
		всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа	всего	слад	школа				
Завтрак																																						
106 п	Каша ячневая	150	200	200	4,41	6,18	6,18	5,41	7,58	7,58	16,63	23,28	23,28	132,63	185,68	185,68	182,50	255,50	255,50	22,04	30,85	30,85	57,14	80,00	0,08	0,21	0,29	0,29	0,01	0,01	0,01	0,21	0,30	0,30	0,79	1,10	1,10	
113зс	Батон с маслом	35	48	85	2,79	3,90	5,57	5,50	7,70	11,00	16,79	23,50	33,57	129,29	181,00	258,57	7,14	10,00	14,29	0,29	0,40	0,57	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	1,07	1,50	2,14	1,29	1,80	2,57	17,86	25,00	35,71	
258п	Кофейный напиток с молоком	180	200	200	1,99	2,79	2,79	2,28	3,19	3,19	14,08	19,71	19,71	84,78	118,69	118,69	75,57	105,80	105,80	8,70	12,18	12,18	57,14	80,00	114,29	0,08	0,11	0,11	0,02	0,03	0,03	0,09	0,12	0,12	0,37	0,52	0,52	
	Школа сыр	0	0	20				5,00		6,60																												
	Школа кекс творожок	0	0	70				4,20		11,20												4,00																
	Школа фрукты	0	0	200				0,80		0,80												18,00																
	ИТОГО	365	448	775	9	13	25	13	18	40	47	66	148	347	485	1067	265	371	519	31	43	66	171	240	238	0	0	3	1	2	3	2	2	3	19	27	57	
П завтрак д/с- Фрукты																																						
		150	200	0	0,57	0,80			0,57	0,80				14,00	19,60																							
Обед																																						
					0,00			0,00	0,00		0,00	0,00		0,00	0,00																							
35п	Суп картофельный с бобовыми	150	200	250	13,93	19,50	27,86	3,86	5,40	7,71	13,00	18,20	26,00	145,00	203,00	290,00	22,36	31,31	44,73	18,84	26,38	37,69	92,86	130,00	185,71	0,94	1,31	1,87	0,04	0,05	0,07	0,04	0,05	0,07	4,96	6,95	9,93	
171 п	Котлета из мяса говядины	50	70	100	10,95	15,33	21,90	9,25	12,95	18,50	5,75	8,05	11,50	149,80	209,72	299,60	17,60	24,64	35,20	32,96	46,14	65,91	17,86	25,00	35,71	1,49	2,08	2,97	0,06	0,08	0,11	0,11	0,16	0,23	1,09	1,52	2,17	
238п	Соус томатный	40	50	70	0,39	0,54	0,77	2,62	3,67	5,24	3,74	5,24	7,49	40,11	56,15	80,21	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
216 п	Картофельное пюре	120	150	200	2,20	3,08	4,40	2,48	3,47	4,96	15,79	22,10	31,57	94,17	131,84	188,34	26,01	36,41	52,01	20,99	29,38	41,97	35,71	50,00	71,43	0,76	1,07	1,53	0,01	0,02	0,03	0,07	0,10	0,14	3,70	5,18	7,40	
П22	Салат из свеклы	40	60	100	1,50	2,10	3,00	10,80	15,12	21,60	4,00	5,60	8,00	9,96	13,94	19,91	142,44	199,42	284,89	25,71	36,00	51,43	-	-	-	0,21	0,30	0,43	0,07	0,10	0,14	-	-	-	3,50	4,90	7,00	
256 п	Компот из яблок с лимоном	180	200	200	0,29	0,40	0,40	0,07	0,10	0,10	24,43	34,20	17,30	50,00	70,00	70,00	10,97	15,36	15,36	4,04	5,66	5,66	17,14	24,00	24,00	0,12	0,17	0,17	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	8,57	12,00	12,00
	Хлеб Дарницкой витаминизированный	40	50	80	2,21	3,10	4,43	0,43	0,60	0,86	14,29	20,00	28,57	70,36	98,50	140,71	7,14	10,00	14,29	2,86	4,00	5,71	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	0,01	0,02	0,02	0,01	0,02	0,03	0,06	0,09	0,13	
	ИТОГО	620	780	1000	31	44	63	30	41	59	81	113	130	559	783	1089	227	317	446	105	148	208	221	309	431	4	5	7	0	0	0	0	0	0	22	31	39	
Поддик (д/сад)																																						
					0,00			0,00	0,00		0,00	0,00		0,00	0,00																							
270п	Чай с сахаром	180	200	0	0,14	0,20	-				10,00	14,00	-	40,00	56,00	-	0,21	0,30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
	Приник	50	50	0	2,40	2,40		2,40	2,40		33,70	33,70		170,00	170,00		100,00	100,00		40,00	40,00	0,00	80,00	80,00	0,00	0,02	0,02		1,50	1,50	0,00	1,80	1,80	0,00	0,09	0,09		
	ИТОГО	230	250	0	3	3	0	2	2	0	44	48	0	210	226	0	100	100	0	40	40	0	80	80	0	0	0	0	2	2	0	2	2	0	0	0		
Ужин (школа -уплотненный поддик)																																						
					0,00			0,00	0,00		0,00	0,00		0,00	0,00																							
89е	Суфле из мяса кур парное	50	70	100	11,29	15,80	22,57	13,00	18,20	26,00	2,57	3,60	5,14	172,14	241,00	344,29	42,09	58,92	84,17	0,29	0,40	0,57	21,43	30,00	42,86	0,97	1,36	1,94	0,03	0,04	0,06	0,11	0,16	0,23	0,26	0,36	0,51	
210 п	Капуста тушеная	120	150	150	1,87	2,62	2,62	2,31	3,23	3,23	9,61	13,45	13,45	62,26	87,16	87,16	54,97	76,96	76,96	21,03	29,44	29,44	64,29	90,00	90,00	0,81	1,13	1,13	0,04	0,05	0,05	0,04	0,06	0,06	17,64	24,70	24,70	
	Отвар свеклы с долькой	40	60	100	0,36	0,50	0,71	0,07	0,10	0,14	0,71	1,00	1,43	5,57	7,80	11,14	6,16	8,63	12,33	-	-	-	21,43	30,00	42,86	0,35	0,49	0,70	0,02	0,03	0,04	0,01	0,02	0,03	9,63	13,48	19,26	
	Хлеб пшеничный	30	40	75	3,07	4,30	6,14	0,29	0,40	0,57	19,18	26,85	38,36	93,93	131,50	187,86	7,54	10,56	15,09	0,00	0,00	0,00	71,43	100,00	142,86	0,04	0,06	0,08	0,04	0,05	0,07	0,01	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	
247 п	Кисель	180	200	200	0,97	1,36	1,36	-	-	-	20,73	29,02	29,02	97,28	136,19	116,19	22,43	31,40	31,40	-	-	-	28,57	40,00	40,00	0,04	0,06	0,06	-	-	-	-	-	-	35,93	50,30	50,30	
	ИТОГО	420	520	625	18	25	33	16	22	30	53	74	87	431	604	747	133	186	220	21	30	30	207	290	359	2	3	4	0	0	0	0	0	0	63	89	95	
	Итого 3 день	1785	2198	2400	61	85	121	61	85	129	239	321	366	1614	2192	2902	748	1007	1185	211	279	304	#ЗНАЧ!	919	#ЗНАЧ!	8	11	14	3	4	3	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	119	166	191	

№ по порядку	Меню	Выход блюда			Химический состав									Энерг. ценность			минеральные элементы												витамины								
					Белки			Жиры			Углеводы						Са			Mg			P			Fe			B1			B2			C		
					ясли	сал	школа	ясли	сал	школа	ясли	сал	школа				ясли	сал	школа	ясли	сал	школа	ясли	сал	школа	ясли	сал	школа	ясли	сал	школа	ясли	сал	школа	ясли	сал	школа
2 Понедельник																																					
Завтрак																																					
1/6 е	Яйцо отварное диетическое	20	20	40	5,10	5,10	10,20	4,60	4,60	9,20	0,30	0,30	0,60	62,80	62,80	125,60	22,00	22,00	44,00	30,00	30,00	60,00	-	-	-	1,00	1,00	2,00	0,03	0,03	0,06	0,18	0,18	0,36	-	-	-
15/4е	Каша пшеничная	150	200	200	4,64	6,50	6,50	4,29	6,00	6,00	22,29	31,20	31,20	147,14	206,00	206,00	69,66	97,53	97,53	0,29	0,40	0,40	57,14	80,00	45,00	0,75	1,05	1,05	0,10	0,14	0,14	0,08	0,11	0,11	0,30	0,42	0,42
11/3е	Батон с маслом	36	48	85	2,79	3,90	5,57	5,50	7,70	11,00	16,79	23,50	33,57	129,29	181,00	258,57	7,14	10,00	14,29	0,29	0,40	0,57	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	1,07	1,50	2,14	1,29	1,80	2,57	17,86	25,00	35,71
270п	Чай с сахаром	180	200	200	0,14	0,20	0,20				10,00	14,00	14,00	40,00	56,00	56,00	0,21	0,30	0,30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	Школа сыр	0	0	20			5,00									68,80						176,00						0,20			0,01			0,06		17,60	
	Школа круассан	0	0	65			2,80			8,00						175,00						2,40						0,02								0,01	
	Школа сок	0	0	200			0,40									84,00						240,00						0,20			0,08			0,30		2,60	
	ИТОГО	386	468	810	13	16	31	14	18	40	49	69	123	379	506	974	99	130	575	31	31	68	114	160	260	2	2	3	1	2	2	2	2	3	18	25	56
	П завтрак д/с- сок	150	200	0	0,29	0,40		-	-	-	14,29	20,00		60,00	84,00		171,43	240,00		0,29	0,40		-	-	-	0,14	0,20		0,06	0,08		0,21	0,30		1,86	2,60	
	Обед				-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,29	0,40	0,57	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
18/2е	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	200	1,52	2,13	2,13	0,99	1,38	1,38	10,18	14,25	14,25	56,25	78,75	78,75	59,91	83,88	83,88	0,29	0,40	0,40	57,14	80,00	80,00	1,07	1,50	1,50	0,07	0,10	0,10	0,06	0,08	0,08	11,75	16,45	16,45
8/9е	Суфле из мяса кур. паровое	50	70	100	11,29	15,80	22,57	13,00	18,20	26,00	2,57	3,60	5,14	172,14	241,00	344,29	42,09	58,92	84,17	0,29	0,40	0,57	21,43	30,00	42,86	0,97	1,36	1,94	0,03	0,04	0,06	0,11	0,16	0,23	0,26	0,36	0,51
238п	Соус томатный	40	50	50	0,39	0,54	0,54	2,62	3,67	3,67	3,74	5,24	5,24	40,11	56,15	56,15	-	-	-	0,29	0,40	0,40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
201 п	Рис отварной рассыпчатый	120	150	150	2,78	3,89	3,89	3,63	5,08	5,08	28,77	40,28	40,28	160,86	225,20	225,20	39,80	55,30	55,30	0,29	0,40	0,40	35,71	80,00	50,00	0,87	1,22	1,22	0,01	0,01	0,01	0,02	0,03	0,03	1,07	1,50	1,50
22 п	Салат из свеклы с чесноком	40	60	100	1,00	1,40	2,00	7,20	10,08	14,40	6,59	9,22	13,17	95,20	133,28	190,40	26,54	37,15	53,07	0,29	0,40	0,57	-	-	-	0,93	1,30	1,86	0,01	0,02	0,03	0,03	0,04	0,06	6,48	9,07	12,96
255п	Компот из сухофруктов	180	200	200	0,40	0,56	0,56	-	-	-	19,92	27,89	27,89	81,28	113,79	113,79	20,49	28,69	28,69	0,29	0,40	0,40	17,14	24,00	24,00	0,44	0,61	0,61	0,01	0,01	0,01	0,02	0,03	0,03	0,23	0,32	0,32
	Хлеб Дарницкий витаминизированный	40	50	80	2,21	3,10	4,43	0,43	0,60	0,86	14,29	20,00	28,57	70,36	98,50	140,71	7,14	10,00	14,29	0,29	0,40	0,57	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	0,01	0,02	0,02	0,01	0,02	0,03	0,06	0,09	0,13
	ИТОГО	620	780	880	20	27	36	28	39	51	86	120	135	676	947	1149	196	274	319	2	3	3	189	264	311	4	6	7	0	0	0	0	0	0	20	28	32
	Полдник (д/сал)				-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,29	0,40	0,57	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
260 п	Молоко кипяченое	150	200	0	3,99	5,59		4,56	6,38		6,70	9,38		83,79	117,31		714,29	1 000		0,29	0,40		57,14	80,00		0,01	0,02		0,01	0,02		0,01	0,02		0,06	0,09	
	Батон	30	40	0	2,29	3,20		0,29	0,40		13,93	19,50		69,14	96,80		10,99	15,38		7,14	10,00		14,29	20,00		0,60	0,84		0,06	0,08		0,03	0,04		-	-	
	ИТОГО	180	240	0	6	9	0	5	7	0	21	29	0	153	214	0	725	1015	0	7	10	0	71	100	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Ужин (школа -уплотненный полдник)				-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,29	0,40	0,57	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
163 п	Жаркое по- домашнему	180	230	250	22,98	29,36	31,91	22,30	28,50	30,98	16,58	21,19	23,03	360,67	460,86	500,93	31,83	44,56	38,75	0,33	0,46	0,40	197,14	276,00	240,00	0,42	0,59	0,52	0,21	0,29	0,25	0,22	0,31	0,27	14,85	20,79	18,08
	Огурец свежий долькой	40	60	100	0,36	0,50	0,71	0,07	0,10	0,14	0,71	1,00	1,43	5,57	7,80	11,14	6,16	8,63	12,33	0,00	0,00	0,00	21,43	30,00	42,86	0,35	0,49	0,70	0,02	0,03	0,04	0,01	0,02	0,03	9,63	13,48	19,26
242п	Какао с молоком	180	200	200	2,69	3,77	3,77	2,81	3,93	3,93	18,54	25,95	25,95	109,94	153,92	153,92	79,83	111,76	111,76	0,29	0,40	0,40	57,14	80,00	114,29	0,79	1,10	1,10	0,02	0,03	0,03	0,09	0,13	0,13	0,37	0,52	0,52
	Хлеб пшеничный	30	40	75	3,07	4,30	6,14	0,29	0,40	0,57	19,18	26,85	38,36	93,93	131,50	187,86	7,54	10,56	15,09	0,29	0,40	0,57	71,43	100,00	142,86	0,04	0,06	0,08	0,04	0,05	0,07	0,01	0,02	0,02	-	-	-
	ИТОГО	430	530	625	29	38	43	25	33	36	55	75	89	570	754	854	125	176	178	1	1	1	347	486	540	2	2	2	0	0	0	0	0	0	25	35	38
	Итого 6 день	1766	2218	2315	68	90	109	73	97	127	225	313	346	1838	2505	2977	1317	1835	1072	41	46	73	#ЗНАЧ!	1010	#ЗНАЧ!	8	11	13	2	2	3	2	3	4	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!

№ изделия	Меню	Выход блюда			Химический состав									Энерг. ценность			минеральные элементы												витамины											
					Белки			Жиры			Углеводы						Ca			Mg			P			Fe			B1			B2			C					
		если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа			
2 Четверг																																								
Завтрак																																								
100 п	Десерт Каша овсяная из "Геркулеса" влякая	150	200	0	4,52	6,33		6,36	8,90		18,21	25,49		148,13	207,38		98,07	137,30		48,14	67,40		81,43	114,00		1,19	1,67		0,14	0,20		0,13	0,18		0,36	0,51				
124 п	Школа заправка творожная с повидлом	0	0	210	-	-	15,17	-	-	9,01	-	-	40,96	-	-	147,22	-	-	236,30	-	-	38,52	-	-	22,00	-	-	1,31	-	-	0,03	-	-	0,01	-	-	2,38			
113е	Хлеб пшеничный с маслом	36	48	85	2,79	3,90	5,57	5,50	7,70	11,00	16,79	23,50	33,57	129,29	181,00	258,57	7,14	10,00	14,29	0,29	0,40	0,57	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	1,07	1,50	2,14	1,29	1,80	2,57	17,86	25,00	35,71			
242лп	Какао с молоком	180	200	200	2,69	3,77	3,77	2,81	3,93	3,93	18,54	25,95	25,95	109,94	153,92	153,92	79,83	111,76	111,76	-	-	-	57,14	80,00	114,29	0,79	1,10	1,10	0,02	0,03	0,03	0,09	0,13	0,13	0,37	0,52	0,52			
	Школа йогурт в стаканчиках	0	0	100			5,80			6,40			9,40			240,00												0,02						0,01						
	Школа фрукты	0	0	200			0,80			0,80			19,60			32,00			19,00									3,20			0,60			1,04			20,00			
	ИТОГО	366	448	795	10	14	31	15	21	31	54	75	129	387	542	560	185	259	634	48	68	58	196	274	251	2	3	6	1	2	3	2	2	4	19	26	59			
	II завтрак д/с- Фрукты	150	200	0	0,57	0,80		0,57	0,80		14,00	19,60		67,14	94,00		22,86	32,00		-	-	12,86	18,00			1,57	2,20		0,04	0,06		0,03	0,04		14,29	20,00				
Обед																																								
27п	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	200	250	1,36	1,90	2,71	4,76	6,66	9,51	7,72	10,81	15,44	79,36	111,11	158,73	36,15	50,61	72,30	17,99	25,19	35,99	96,43	135,00	192,86	0,08	0,11	0,16	0,04	0,05	0,07	0,06	0,08	0,11	5,85	8,19	11,70			
190п	Курица в соусе с томатом	50	70	100	14,38	20,15	28,76	17,36	24,30	34,71	2,29	3,20	4,57	222,86	312,00	445,71	30,06	42,08	60,11	19,20	26,88	38,40	17,86	25,00	35,71	1,54	2,15	3,07	0,05	0,07	0,10	0,07	0,10	0,14	2,84	3,97	5,67			
201 п	Рис отварной рассыпчатый	120	150	150	2,78	3,89	3,89	3,63	5,08	5,08	28,77	40,28	40,28	160,86	225,20	225,20	39,50	55,30	55,30	43,16	60,42	60,42	35,71	50,00	50,00	0,87	1,22	1,22	0,01	0,01	0,01	0,02	0,03	0,03	1,07	1,50	1,50			
4 п	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	60	100	0,60	0,84	1,20	3,61	5,06	7,23	3,80	5,32	7,60	50,01	70,02	100,03	33,40	46,76	66,80	14,40	20,16	28,80	45,71	64,00	91,43	-	-	-	0,03	0,04	0,06	0,03	0,04	0,06	26,83	37,56	53,66			
256 п	Компот из яблок с лимоном	180	200	200	0,40	0,56	0,56	-	-	-	19,92	27,89	27,89	81,28	113,79	113,79	20,49	28,69	28,69	13,05	18,27	18,27	17,14	24,00	24,00	0,44	0,61	0,61	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,03	0,03	0,03	0,23	0,32	0,32	0,32
	Хлеб Дарницкий витаминизированный	40	50	80	2,21	3,10	4,43	6,43	8,60	8,60	14,29	20,00	28,57	70,36	98,50	140,71	7,14	10,00	14,29	2,86	4,00	5,71	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	0,01	0,02	0,02	0,01	0,02	0,03	0,06	0,09	0,13			
	ИТОГО	580	730	880	22	30	42	30	42	57	77	108	124	665	931	1184	167	233	297	111	155	188	270	378	508	3	4	5	0	0	0	0	0	0	0	0	37	52	73	
Поддник (д/сд)																																								
	Батон	30	40	0	2,29	3,20		0,29	0,40		13,93	19,50		69,14	96,80		10,99	15,38		7,14	10,00		14,29	20,00		0,60	0,84		0,06	0,08		0,03	0,04		-	-		-	-	
245 п	Кисломолочный напиток	160	200	0	4,14	5,80		4,57	6,40		6,71	9,40		84,29	118,00		171,43	240,00		20,00	28,00		114,29	160,00		0,14	0,20		0,04	0,06		0,24	0,34		1,00	1,40				
	ИТОГО	190	240	0	6	9	0	5	7	0	21	29	0	153	215	0	182	255	0	27	38	0	129	180	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0
Ужин (школа -уплотненный поддник)																																								
144 п	Котлеты рыбные любительские	50	70	100	6,66	9,33	13,33	9,13	12,78	18,26	3,41	4,77	6,81	118,11	165,36	236,23	33,79	47,31	67,59	14,43	20,20	28,86	28,57	40,00	57,14	0,44	0,62	0,89	0,05	0,07	0,10	0,08	0,11	0,16	0,36	0,51	0,73			
216 п	Картофельное пюре	120	150	200	2,20	3,08	4,40	2,48	3,47	4,96	15,79	22,10	31,57	94,17	131,84	188,34	26,01	36,41	52,01	20,99	29,38	41,97	35,71	50,00	71,43	0,76	1,07	1,53	0,01	0,02	0,03	0,07	0,10	0,14	3,70	5,18	7,40			
	Огурец свежий долькой	40	60	100	0,36	0,50	0,71	0,07	0,10	0,14	0,71	1,00	1,43	5,57	7,80	11,14	6,16	8,63	12,33	-	-	-	21,43	30,00	42,86	0,35	0,49	0,70	0,02	0,03	0,04	0,01	0,02	0,03	9,63	13,48	19,26			
270п	Чай с сахаром	180	200	200	0,14	0,20	0,20				10,00	14,00	14,00	40,00	56,00	56,00	0,21	0,30	0,30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
	Хлеб пшеничный	30	40	75	3,07	4,30	6,14	0,29	0,40	0,57	19,18	26,85	38,36	93,93	131,59	187,86	7,54	10,56		-	-	-	71,43	100,00	142,86	0,04	0,06	0,08	0,04	0,05	0,07	0,01	0,02	0,02	-	-	-			
	ИТОГО	420	520	675	12	17	25	12	17	24	49	69	92	352	493	680	74	103	132	35	50	71	157	220	314	2	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	14	19	27	
	Итого 9 день	1706	2138	2350	51	72	97	62	87	112	214	300	346	1624	2274	2423	631	883	1064	222	310	317	764	1070	1073	#ЗНАЧ!	12	#ЗНАЧ!	2	2	3	2	3	5	84	118	159			

№ рецептуры	Меню	Выход блюда			Химический состав									Энерг. ценность			минеральные элементы												витамины								
					Белки			Жиры			Углеводы						Ca			Mg			P			Fe			B1			B2			C		
		если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа	если	сд	школа
2 Пятица																																					
Завтрак																																					
117 п	Омлет натуральный	130	150	150	13,86	19,40	19,40	20,71	29,00	29,00	14,36	20,10	20,10	298,93	418,50	418,50	49,25	68,95	68,95	1,20	1,68	1,68	57,14	80,00	25,00	-	-	-	0,04	0,05	0,05	0,02	0,03	0,03	0,10	0,14	0,14
101с	Салат из моркови	40	60	100	0,50	0,70	1,00	2,86	4,00	5,71	4,71	6,60	9,43	45,71	64,00	91,43	10,27	14,38	20,54	-	-	-	-	-	-	0,27	0,38	0,54	0,02	0,03	0,04	0,03	0,04	0,06	1,89	2,65	3,79
113е	Хлеб пшеничный с маслом	36	48	85	2,79	3,90	5,57	5,50	7,70	11,00	16,79	23,50	33,57	129,29	181,00	258,57	7,14	10,00	14,29	0,29	0,40	0,57	57,14	80,00	114,29	0,01	0,02	0,03	1,07	1,50	2,14	1,29	1,80	2,57	17,86	25,00	35,71
258п	Кофейный напиток с молоком	180	200	200	1,09	2,79	2,79	2,28	3,19	3,19	14,08	19,71	19,71	84,78	118,69	118,69	75,57	105,80	105,80	8,70	12,18	12,18	57,14	80,00	114,29	0,08	0,11	0,11	0,02	0,03	0,03	0,09	0,12	0,12	0,37	0,52	0,52
	Школа корж молочный	0	0	100																																0,09	
	Школа фрукты	0	0	200																																20,00	
	ИТОГО	386	458	835	19	27	35	31	44	68	50	70	165	559	782	1148	142	199	252	10	14	36	171	240	263	0	1	3	1	2	3	1	2	3	20	28	60
	II завтрак д/с фрукты	150	200	0	0,71	1,00		0,14	0,20			14,43	20,20		65,71	92,00		10,00	14,00		-	-	57,14	80,00		2,00	2,80		0,01	0,02		0,01	0,02		2,86	4,00	
Обед																																					
34п	Расольник ленинградский со сметаной	150	200	250	3,59	5,03	7,19	8,07	11,30	16,14	23,13	32,38	46,26	106,86	149,60	213,71	11,14	15,59	22,27	16,07	22,50	32,14	96,43	135,00	192,86	0,61	0,85	1,21	0,06	0,08	0,11	0,04	0,06	0,09	4,79	6,70	9,57
192п	Птица отварная	50	80	100	14,14	19,80	28,29	10,93	15,30	21,86	6,57	9,20	13,14	182,14	255,00	364,29	30,06	42,08	60,11	19,20	26,88	38,40	177,14	248,00	354,29	1,54	2,15	3,07	0,05	0,07	0,10	0,07	0,10	0,14	2,84	3,97	5,67
210 п	Капуста тушеная	120	150	150	1,87	2,62	2,62	2,31	3,23	3,23	9,61	13,45	13,45	62,26	87,16	87,16	54,97	76,96	76,96	21,03	29,44	29,44	64,29	90,00	90,00	0,81	1,13	1,13	0,04	0,05	0,05	0,04	0,06	0,06	17,64	24,70	24,70
	Помидор свежий долькой	40	60	100	0,36	0,50	0,71	0,07	0,10	0,14	0,71	1,00	1,43	5,57	7,80	11,14	6,16	8,63	12,33	-	-	-	21,43	30,00	42,86	0,35	0,49	0,70	0,02	0,03	0,04	0,01	0,02	0,03	9,63	13,48	19,29
253 п	Компот из плодов сушеных	180	200	200	1,00	1,40	1,40	0,01	0,02	0,02	20,29	28,40	28,40	85,29	119,40	119,40	20,49	28,69	28,69	13,05	18,27	18,27	17,14	24,00	24,00	0,44	0,61	0,61	0,01	0,01	0,01	0,02	0,03	0,03	0,23	0,32	0,32
	Хлеб Дарницкий витаминизированный	40	50	80	1,89	2,64	3,77	0,34	0,48	0,69	9,54	13,36	19,09	49,65	69,51	99,30	10,00	14,00	20,00	-	-	-	85,71	120,00	171,43	0,11	0,16	0,22	0,05	0,07	0,10	-	-	-	-	-	-
	ИТОГО	580	740	880	23	32	44	22	30	42	70	98	122	492	688	895	133	186	220	69	97	118	462	647	875	4	5	7	0	0	0	0	0	0	35	49	60
Подник (д/с/а)																																					
260 п	Молоко кипяченое	150	200	0	3,99	5,59		4,56	6,38		6,70	9,38		83,79	117,31		714,29	1 000		2,86	4,00		57,14	80,00		0,01	0,02		0,01	0,02		0,01	0,02		0,06	0,09	
	Печенье	40	50	0	6,40	8,00		11,60	14,50		23,97	29,96		180,00	225,00		1,71	2,40		0,00	0,00	0,00		0,00	0,01	0,02		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01		
	ИТОГО	190	250	0	10	14	0	16	21	0	31	39	0	264	342	0	716	1002	0	3	4	0	57	80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин (школа -уплотненный подник)																																					
43/3Е	Макаронные изделия отварные с сыром	180	200	230	7,71	10,80	15,43	4,36	6,10	8,71	23,14	32,40	46,29	156,43	219,00	312,86	72,01	100,82	144,03	-	-	-	-	-	-	0,06	0,08	0,11	0,04	0,06	0,09	0,04	0,06	0,07	0,02	0,03	0,04
1п	Винегрет	40	60	100	1,01	1,42	2,03	7,14	10,00	14,29	6,23	8,72	12,46	92,86	130,00	185,71	16,87	23,62	33,74	-	-	-	-	-	-	0,60	0,84	1,20	0,03	0,04	0,06	0,03	0,04	0,06	2,97	4,16	5,94
	Хлеб пшеничный	30	40	75	3,07	4,30	6,14	0,29	0,40	0,57	19,18	26,85	38,36	93,93	131,50	187,86	7,54	10,56	15,09	-	-	-	71,43	100,00	142,86	0,04	0,06	0,08	0,04	0,05	0,07	0,01	0,02	0,02	-	-	-
270п	Чай с сахаром	180	200	200	0,14	0,20	0,20				10,00	14,00	14,00	40,00	56,00	56,00	0,21	0,30	0,30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	ИТОГО	430	500	605	12	17	24	12	17	24	59	82	111	383	537	742	97	135	193	0	0	0	71	100	143	1	1	1	0	0	0	0	0	0	3	4	6
	Итого 10 день	1696	2088	2320	65	90	102	81	112	134	223	308	396	1758	2434	2774	1092	1528	653	#ЗНАЧ!	115	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	1117	#ЗНАЧ!	7	9	11	1	2	3	2	2	3	52	72	107

		Выход			белки			
		ясли	сад	школа	ясли	сад	школа	ясли
завтрак	1	366	448	770	8	11	20	10
	2	385	470	835	17	22	37	20
	3	365	448	775	9	13	25	13
	4	436	538	915	17	24	32	18
	5	386	458	835	20	28	36	29
	6	386	468	810	13	16	31	14
	7	365	450	795	11	16	26	13
	8	385	468	815	14	17	34	17
	9	366	448	795	10	14	31	15
	10	386	458	835	19	27	35	31
норма		350	400	500	8,4	10,8	15,4	9,4
2 завтрак	1	150	200	0	0	0	0	0
	2	150	200	0	1	1	0	1
	3	150	200	0	1	1	0	1
	4	150	200	0	1	1	0	1
	5	150	200	0	1	1	0	1
	6	150	200	0	0	0	0	0
	7	150	200	0	1	1	0	1
	8	150	200	0	1	1	0	1
	9	150	200	0	1	1	0	1
	10	150	200	0	1	1	0	0
норма		100	100		2	3	4	2
обед	1	620	790	880	25	35	45	26
	2	540	730	830	22	33	44	25
	3	620	780	1000	31	44	63	30
	4	590	710	830	28	39	52	27
	5	580	730	930	15	21	29	12
	6	620	780	880	20	27	36	28
	7	620	780	880	25	35	41	23
	8	580	730	930	14	20	28	18
	9	580	730	880	22	30	42	30
	10	580	740	880	23	32	44	22
норма		450	600	700	14,7	18,9	27	16,45
полдник	1	200	250	0	11	14	0	16
	2	200	300	0	6	10	0	10
	3	230	250	0	3	3	0	2
	4	190	250	0	11	14	0	16
	5	180	240	0	6	9	0	5
	6	180	240	0	6	9	0	5
	7	190	240	0	6	9	0	5
	8	190	250	0	10	14	0	16
	9	190	240	0	6	9	0	5
	10	190	250	0	10	14	0	16
норма		200	250		6,3	8,1	11,6	7,05
	1	430	520	675	12	17	24	10

УЖИН	2	430	530	635	32	44	63	15
	3	420	520	625	18	25	33	16
	4	490	580	685	35	41	59	37
	5	400	455	545	14	20	23	9
	6	430	530	625	29	38	43	25
	7	430	530	605	15	20	23	10
	8	400	460	525	13	19	25	13
	9	420	520	675	12	17	25	12
	10	430	500	605	12	17	24	12
	норма		400	450	500	10,5	13,5	19,3

Пищевая ценность								
жиры			углеводы			ЭЦ		
сад	школа	ясли	сад	школа	ясли	сад	школа	ясли
14	30	49	69	122	316	443	848	77
26	57	48	67	122	440	591	1156	241
18	40	47	66	148	347	485	1067	265
25	37	69	97	139	390	546	651	266
40	63	49	69	163	531	744	1093	139
18	40	49	69	123	379	506	974	99
19	45	44	61	115	340	477	979	218
22	49	54	76	158	427	573	1217	257
21	31	54	75	129	387	542	560	185
44	68	50	70	165	559	782	1148	142
12	15,8	40,6	52,2	67	280	360	470	
0	0	14	20	0	60	84	0	171
1	0	14	20	0	67	94	0	23
1	0	14	20	0	67	94	0	23
1	0	14	20	0	67	94	0	23
1	0	14	20	0	67	94	0	23
0	0	14	20	0	60	84	0	171
1	0	14	20	0	67	94	0	23
1	0	14	20	0	67	94	0	23
1	0	14	20	0	67	94	0	23
0	0	14	20	0	66	92	0	10
3	4	10	13	17	70	90	118	
37	46	84	117	130	675	946	1125	183
36	46	67	100	112	589	850	1037	87
41	59	81	113	130	559	783	1089	227
38	52	75	105	135	676	947	1243	94
17	24	63	88	114	453	599	797	118
39	51	86	120	135	676	947	1149	196
32	39	76	107	120	629	881	1028	150
25	36	74	104	117	458	641	825	264
42	57	77	108	124	665	931	1184	167
30	42	70	98	122	492	688	895	133
21	27,7	71,05	91,4	117,3	490	630	822,5	
21	0	31	39	0	264	343	0	173
16	0	32	60	0	237	424	0	719
2	0	44	48	0	210	226	0	100
21	0	31	39	0	264	343	0	173
7	0	21	29	0	153	214	0	725
7	0	21	29	0	153	214	0	725
7	0	21	29	0	153	215	0	182
21	0	31	39	0	264	342	0	716
7	0	21	29	0	153	215	0	182
21	0	31	39	0	264	342	0	716
9	11,9	30,45	39,2	50,3	210	270	352,5	
14	18	51	72	94	342	479	634	150

21	29	62	86	117	506	708	987	218
22	30	53	74	87	431	604	747	133
45	62	52	69	90	577	719	979	69
15	16	42	59	76	282	409	511	173
33	36	55	75	89	570	754	854	125
13	15	63	88	103	285	399	483	187
19	25	61	85	101	341	478	598	101
17	24	49	69	92	352	493	680	74
17	24	59	82	111	383	537	742	97
15	19,8	50,75	65,3	83,8	350	450	587,5	

минеральные элементы

Са		Mg			P			
сад	школа	ясли	сад	школа	ясли	сад	школа	ясли
108	531	0	0	8	114	160	330	1
329	436	48	56	108	114	160	124	2
371	519	31	43	66	171	240	238	0
372	655	28	39	58	271	380	251	2
195	246	36	50	89	171	240	263	0
130	575	31	31	68	114	160	260	2
305	390	9	12	34	114	160	169	1
352	521	39	43	95	171	240	277	1
259	634	48	68	58	196	274	251	2
199	252	10	14	36	171	240	263	0
240	0	0	0	0	0	0	0	0
32	0	13	18	0	0	0	0	2
32	0	13	18	0	0	0	0	2
32	0	13	18	0	0	0	0	2
32	0	13	18	0	0	0	0	2
240	0	0	0	0	0	0	0	0
32	0	0	0	0	129	180	0	2
32	0	0	0	0	129	180	0	2
32	0	0	0	0	13	18	0	2
14	0	0	0	0	57	80	0	2
257	299	155	217	239	479	671	839	4
132	159	59	119	148	246	345	150	3
317	446	105	148	208	221	309	431	4
131	166	54	76	106	581	814	1003	3
165	222	57	80	114	181	253	344	3
274	319	2	3	3	189	264	311	4
210	246	124	173	192	563	788	1064	3
370	514	111	155	185	441	618	723	2
233	297	111	155	188	270	378	508	3
186	220	69	97	118	462	647	875	4
242	0	20	28	0	11	16	0	0
1010	0	3	4	0	97	160	0	0
100	0	40	40	0	80	80	0	0
242	0	20	28	0	11	16	0	0
1015	0	10	14	0	71	100	0	1
1015	0	7	10	0	71	100	0	1
255	0	27	38	0	129	180	0	1
1002	0	3	4	0	57	80	0	0
255	0	27	38	0	129	180	0	1
1002	0	3	4	0	57	80	0	0
210	255	56	78	106	236	330	471	2

305	436	37	51	73	281	393	562	1
186	220	21	30	30	207	290	359	2
96	138	68	95	136	89	124	177	4
251	312	26	36	46	179	256	344	0
176	178	1	1	1	347	486	540	2
262	272	28	39	39	157	220	22	1
142	157	102	143	192	93	130	130	2
103	132	35	50	71	157	220	314	2
135	193	0	0	0	71	100	143	1

ИМИЧЕСКОГО СОСТАВА

Fe			ВИТАМИНЫ					
		B1			B2			
сад	школа	ясли	сад	школа	ясли	сад	школа	ясли
1	1	1	2	2	1	2	3	18
3	6	0	0	1	0	0	1	1
0	3	1	2	3	2	2	3	19
3	6	1	2	3	1	2	4	22
0	3	1	2	4	1	2	4	22
2	3	1	2	2	2	2	3	18
1	3	0	0	1	0	0	0	1
2	5	1	2	3	2	2	3	19
3	6	1	2	3	2	2	4	19
1	3	1	2	3	1	2	3	20
0	0	0	0	0	0	0	0	2
2	0	0	1	0	0	0	0	14
2	0	0	1	0	0	0	0	14
2	0	0	1	0	0	0	0	14
2	0	0	1	0	0	0	0	14
0	0	0	0	0	0	0	0	2
2	0	0	1	0	0	0	0	14
2	0	0	1	0	0	0	0	14
2	0	0	0	0	0	0	0	14
3	0	0	0	0	0	0	0	3
5	6	0	0	0	0	0	1	22
5	6	0	0	0	0	0	0	5
5	7	0	0	0	0	0	0	22
4	4	0	0	0	0	0	0	38
4	5	0	0	0	0	0	0	55
6	7	0	0	0	0	0	0	20
5	5	0	0	0	0	0	0	37
3	4	0	0	0	0	0	0	22
4	5	0	0	0	0	0	0	37
5	7	0	0	0	0	0	0	35
0	0	0	0	0	0	0	0	1
0	0	1	2	0	1	2	0	13
0	0	2	2	0	2	2	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	1
1	0	0	0	0	0	0	0	0
1	0	0	0	0	0	0	0	0
1	0	0	0	0	0	0	0	1
0	0	0	0	0	0	0	0	0
1	0	0	0	0	0	0	0	1
0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	3	1	2	2	2	2	3	26

1	2	0	0	0	0	0	1	2
3	4	0	0	0	0	0	0	63
5	7	0	0	0	0	0	0	18
0	1	0	0	0	0	0	0	9
2	2	0	0	0	0	0	0	25
2	2	0	0	0	0	0	0	4
3	4	0	0	0	0	0	0	54
2	3	0	0	0	0	0	0	14
1	1	0	0	0	0	0	0	3

С	
сад	школа
25	56
1	21
27	57
31	62
31	63
25	56
1	21
26	57
26	59
28	60
3	0
20	0
20	0
20	0
20	0
3	0
20	0
20	0
20	0
4	0
30	40
12	16
31	39
53	70
77	88
28	32
52	69
31	35
52	73
49	60
1	0
25	0
0	0
1	0
0	0
0	0
1	0
0	0
1	0
0	0
36	51

3	4
89	95
26	37
14	18
35	38
5	6
75	75
19	27
4	6

