

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	3,82	1,92	20,55	114,68	0,00	0,11	0,03	0,00	0,00	16,93	94,46	37,57	1,15	105,78	1,92	0,00	0,02	184	2008
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ	40	1,91	0,73	23,07	104,86	2,40	0,02	0,01	0,00	0,00	7,25	16,79	4,82	0,30	44,00	0,00	0,00	0,00	2	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,24	0,00	9,38	38,47	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	6,53	7,62	4,21	0,15	11,44	0,00	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	370	5,97	2,65	53,00	258,01	2,40	0,14	0,04	0,00	0,00	30,71	118,87	46,60	1,60	161,22	1,92	0,00	0,02		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,87	1,87	2,42	29,94	2,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12	2016
СУП ШАХТЕРСКИЙ	200	3,97	4,04	12,11	100,73	3,36	0,08	0,06	0,22	0,00	35,91	71,16	34,15	1,39	306,03	3,64	0,00	0,03	101	2016
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,62	3,83	23,18	141,67	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	5,80	26,60	4,88	0,61	41,70	0,51	0,01	0,01	335	2016
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12,91	7,58	4,54	137,78	0,76	0,11	0,12	0,36	0,22	25,17	130,10	23,90	0,80	248,60	30,49	0,02	0,24	256	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,58	0,00	1,65	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	394	2016
Итого за прием пищи:	627	23,85	17,65	67,83	525,31	6,93	0,31	0,22	0,58	0,22	81,21	260,49	71,71	4,30	648,18	36,74	0,03	0,28		
Полдник																				
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	6,75	31,17	1,15	0,02	0,03	1,14	0,00	26,49	28,51	19,70	0,52	115,29	2,88	0,00	0,03	41	2012
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ПОВИДЛОМ	150/10	3,44	0,86	38,98	177,45	0,02	0,03	0,03	0,01	0,11	12,69	66,13	20,99	0,76	66,45	1,44	0,01	0,02	192	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	2,97	3,15	0,30	10,62	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	400	4,25	0,92	51,70	232,80	1,19	0,05	0,06	1,15	0,11	48,12	97,61	43,84	1,58	192,36	4,32	0,01	0,05		
Всего за день:		34,37	21,52	179,88	1 049,12	18,02	0,50	0,32	1,73	0,33	160,04	476,97	162,15	7,48	1 001,76	42,98	0,04	0,35		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
ПУДИНГ МАННЫЙ С ПОВИДЛОМ	130/10	5,42	4,18	41,30	223,19	0,02	0,06	0,06	0,02	0,28	18,01	57,99	11,38	0,92	86,92	2,56	0,00	0,02		2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	4	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	2,97	3,15	0,30	10,62	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	365	11,10	8,11	60,12	356,47	0,04	0,10	0,10	0,02	0,28	33,50	114,81	22,18	2,01	185,74	4,00	0,00	0,03		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,69	6,78	16,32	153,32	5,53	0,07	0,07	0,19	0,00	34,27	82,25	23,75	1,24	434,98	5,37	0,01	0,04	88	2016
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	13,87	13,98	11,21	226,93	17,81	0,07	0,10	0,01	0,12	52,80	142,87	30,15	2,45	411,81	8,76	0,00	0,04	315	2016
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,37	0,03	2,07	10,26	0,54	0,00	0,01	0,01	0,00	1,82	3,59	1,88	0,08	29,07	0,30	0,00	0,00	373	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,75	69,63	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	6,76	24,70	9,70	0,59	37,93	0,00	0,00	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44	0,02	0,02	0,00	0,00	11,34	11,34	6,48	2,27	216,00	1,80	0,00	0,00	399	2012
Итого за прием пищи:	636	26,52	21,47	77,88	611,71	25,32	0,28	0,24	0,21	0,12	113,74	297,38	79,09	8,13	1 180,79	18,33	0,01	0,08		
Полдник																				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	7,49	8,33	0,42	106,51	0,00	0,03	0,19	0,12	1,34	28,42	93,38	5,83	1,22	85,09	12,16	0,02	0,02	120301	2004
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,60	2,34	3,83	39,01	3,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2016
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,80	0,99	0,54	0,05	8,15	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	315	8,26	10,70	9,92	168,77	4,54	0,03	0,19	0,12	1,34	30,22	94,37	6,37	1,27	93,24	12,16	0,02	0,02		
Всего за день:		46,18	40,58	155,27	1 169,95	37,40	0,41	0,53	0,35	1,74	177,46	506,56	107,64	11,41	1 459,77	34,49	0,03	0,13		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,60	2,34	3,83	39,01	3,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2016
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	0,03	0,00	0,10	0,00	22,00	77,00	5,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	213	2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	4	2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,24	0,00	9,38	38,47	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	6,53	7,62	4,21	0,15	11,44	0,00	0,00	0,00	395	2012	
Итого за прием пищи:	315	11,54	10,87	26,36	249,58	3,74	0,08	0,04	0,10	0,00	35,08	138,47	16,86	1,94	99,64	1,44	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,85	3,64	5,00	56,11	5,68	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	34	2016
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	7,43	6,73	15,29	151,50	3,79	0,16	0,07	0,22	0,00	42,61	89,29	30,92	1,97	434,37	4,78	0,00	0,03	87	2016	
КАША РАССЫПЧАТАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	80	4,66	3,94	21,11	138,24	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	6,86	102,24	68,58	2,40	144,78	1,26	0,00	0,01	330	2016	
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	9,75	2,74	3,19	88,06	7,62	0,11	0,82	3,58	0,00	14,07	146,26	13,88	3,19	191,60	4,31	0,02	0,11	102	2007	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,75	69,63	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	6,76	24,70	9,70	0,59	37,93	0,00	0,00	0,00			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00			
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,58	0,00	1,65	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	394	2016	
Итого за прием пищи:	666	27,41	17,56	84,92	618,73	17,09	0,51	1,00	3,80	0,00	84,63	395,12	131,86	9,65	860,53	12,45	0,02	0,15			
Полдник																					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,77	6,45	29,88	192,32	0,00	0,05	0,02	0,00	0,02	7,71	31,06	5,60	0,36	48,73	0,70	0,01	0,01	469	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	2,97	3,15	0,30	10,62	0,00	0,00	0,00	57	2013	
Итого за прием пищи:	230	3,85	6,45	35,85	216,50	0,02	0,05	0,02	0,00	0,02	16,65	34,03	8,75	0,66	59,35	0,70	0,01	0,01			
Всего за день:		43,10	35,18	154,48	1 117,81	28,35	0,64	1,06	3,90	0,02	136,36	567,62	157,47	12,25	1 019,52	14,59	0,03	0,17			

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,09	0,96	26,52	131,11	0,00	0,11	0,01	0,00	0,00	10,83	76,96	27,83	0,99	77,63	1,65	0,00	0,01	184	2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	4	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,80	0,99	0,54	0,05	8,15	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	380	9,86	4,92	45,04	263,46	0,80	0,15	0,05	0,00	0,00	19,18	131,80	36,02	1,83	173,98	3,09	0,00	0,02		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,58	2,03	2,97	33,41	9,72	0,01	0,01	0,00	0,00	15,59	10,08	5,18	0,19	97,26	0,97	0,00	0,00	40	2008
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,63	4,10	10,92	87,35	5,54	0,06	0,06	0,21	0,00	31,56	46,33	20,99	1,07	379,88	5,25	0,00	0,03	64	2016
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	21,48	16,44	33,24	367,20	13,20	0,10	0,00	0,26	0,00	44,40	225,60	44,40	14,40	0,00	0,00	0,00	0,00	311	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,75	69,63	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	6,76	24,70	9,70	0,59	37,93	0,00	0,00	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	180	0,14	0,02	27,03	106,50	3,46	0,00	0,00	0,00	0,00	13,65	7,48	4,32	0,10	31,93	0,00	0,00	0,00	401	2016
Итого за прием пищи:	666	28,55	23,10	104,81	740,58	31,92	0,29	0,11	0,47	0,00	118,71	346,82	91,72	17,85	598,00	8,32	0,00	0,03		
Полдник																				
ПУДИНГ МАННЫЙ С ПОВИДЛОМ	130/10	5,42	4,18	41,30	223,19	0,02	0,06	0,06	0,02	0,28	18,01	57,99	11,38	0,92	86,92	2,56	0,00	0,02		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	320	5,54	4,20	46,82	244,79	0,02	0,06	0,06	0,02	0,28	18,01	57,99	11,38	0,92	86,92	2,56	0,00	0,02		
Всего за день:		44,25	32,52	204,02	1 281,83	40,24	0,50	0,22	0,49	0,28	155,90	536,61	139,12	20,60	858,90	13,97	0,00	0,07		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,17	0,31	24,43	109,17	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	7,15	43,20	15,47	0,29	32,41	0,45	0,00	0,02	324	2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	4	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	2,97	3,15	0,30	10,62	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	375	7,85	4,24	43,25	242,45	0,02	0,06	0,05	0,00	0,00	22,64	100,02	26,27	1,38	131,23	1,89	0,00	0,03		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,00	0,00	0,18	0,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	4,83	2,66	15,84	106,98	5,08	0,09	0,05	0,26	0,00	26,23	80,19	26,10	1,29	421,99	5,08	0,00	0,04	37	2007
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,49	5,57	20,27	141,57	10,26	0,11	0,08	0,01	0,00	11,55	67,05	26,55	1,15	728,46	6,41	0,00	0,04	339	2016
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	16,34	20,42	7,66	279,64	0,00	0,06	0,11	0,01	0,10	14,00	166,01	26,06	2,72	304,28	6,56	0,00	0,04	271	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,75	69,63	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	6,76	24,70	9,70	0,59	37,93	0,00	0,00	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44	0,02	0,02	0,00	0,00	11,34	11,34	6,48	2,27	216,00	1,80	0,00	0,00	399	2012
Итого за прием пищи:	706	29,25	29,33	92,23	750,11	16,78	0,40	0,30	0,28	0,10	76,63	381,92	102,02	9,52	¹ 759,66	21,95	0,00	0,12		
Полдник																				
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	4,90	4,56	38,60	214,95	0,03	0,05	0,03	0,02	0,13	11,96	42,51	7,52	0,62	78,92	1,75	0,01	0,01	453	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	255	5,02	4,58	44,12	236,55	0,03	0,05	0,03	0,02	0,13	11,96	42,51	7,52	0,62	78,92	1,75	0,01	0,01		
Всего за день:		42,42	38,45	186,95	1 262,11	24,33	0,51	0,38	0,30	0,23	111,23	524,45	135,81	11,52	¹ 969,81	25,59	0,01	0,16		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,62	3,83	23,18	141,67	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	5,80	26,60	4,88	0,61	41,70	0,51	0,01	0,01	335	2016
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	0,03	0,00	0,10	0,00	22,00	77,00	5,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	213	2008
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ	40	1,91	0,73	23,07	104,86	2,40	0,02	0,01	0,00	0,00	7,25	16,79	4,82	0,30	44,00	0,00	0,00	0,00	2	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	2,97	3,15	0,30	10,62	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	360	10,71	9,16	52,52	333,71	2,42	0,10	0,02	0,10	0,00	43,99	123,36	17,85	2,21	96,32	0,51	0,01	0,01		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,98	2,44	4,78	45,09	2,35	0,03	0,02	0,00	0,00	15,09	22,67	9,93	0,73	136,52	2,41	0,00	0,01	34	2012
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,85	3,64	5,00	56,11	5,68	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	34	2016
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	3,71	5,91	7,48	98,55	10,07	0,05	0,06	0,23	0,00	45,72	55,49	20,98	1,15	306,55	4,28	0,00	0,03	73	2016
КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	4,18	5,56	24,70	165,46	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	13,50	88,19	20,25	1,49	86,25	0,00	0,03	0,00	331	2016
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,25	6,76	11,78	148,95	0,10	0,09	0,07	0,01	0,00	26,30	150,62	37,95	1,22	266,80	79,20	0,01	0,33	239	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,58	0,00	1,65	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	394	2016
Итого за прием пищи:	767	22,45	24,64	79,32	629,35	18,20	0,32	0,21	0,24	0,00	114,94	349,60	97,89	6,09	847,97	87,99	0,04	0,37		
Полдник																				
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	150	6,73	3,57	40,66	221,68	7,16	0,14	0,09	0,01	0,15	20,63	91,04	25,12	1,36	552,57	6,54	0,01	0,03	140	2016
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,80	0,99	0,54	0,05	8,15	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	335	6,90	3,60	46,33	244,93	7,96	0,14	0,09	0,01	0,15	22,43	92,03	25,66	1,41	560,72	6,54	0,01	0,03		
Всего за день:		40,36	37,70	185,52	1 240,99	36,08	0,56	0,32	0,35	0,15	181,36	564,99	141,40	9,71	1 505,01	95,04	0,06	0,41		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША "ДРУЖБА"	150	1,34	0,27	14,86	67,26	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	8,22	25,86	10,28	0,28	23,90	0,45	0,00	0,00	190	2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	4	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	2,97	3,15	0,30	10,62	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	375	7,02	4,20	33,68	200,54	0,02	0,07	0,04	0,00	0,00	23,71	82,68	21,08	1,37	122,72	1,89	0,00	0,01		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	2,97	5,46	52,68	8,65	0,01	0,02	0,12	0,00	23,52	16,24	8,92	0,47	99,80	1,72	0,00	0,00	21	2016
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	4,37	6,38	13,32	128,61	5,43	0,06	0,05	0,18	0,00	33,30	76,29	23,92	1,18	439,37	4,64	0,00	0,03	82	2016
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,49	5,57	20,27	141,57	10,26	0,11	0,08	0,01	0,00	11,55	67,05	26,55	1,15	728,46	6,41	0,00	0,04	339	2016
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	80	16,09	14,19	12,07	240,01	0,57	0,08	0,10	0,04	0,00	17,31	141,18	23,18	1,86	199,01	4,74	0,02	0,08	305	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,75	69,63	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	6,76	24,70	9,70	0,59	37,93	0,00	0,00	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	180	0,14	0,02	27,03	106,50	3,46	0,00	0,00	0,00	0,00	13,65	7,48	4,32	0,10	31,93	0,00	0,00	0,00	401	2016
Итого за прием пищи:	736	28,71	29,64	108,80	815,49	28,37	0,38	0,29	0,35	0,00	112,84	365,57	103,72	6,85	1 587,50	19,61	0,02	0,15		
Полдник																				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	7,49	8,33	0,42	106,51	0,00	0,03	0,19	0,12	1,34	28,42	93,38	5,83	1,22	85,09	12,16	0,02	0,02	120301	2004
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,60	2,34	3,83	39,01	3,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2016
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,80	0,99	0,54	0,05	8,15	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	315	8,26	10,70	9,92	168,77	4,54	0,03	0,19	0,12	1,34	30,22	94,37	6,37	1,27	93,24	12,16	0,02	0,02		
Всего за день:		44,29	44,84	159,75	1 217,80	40,43	0,48	0,52	0,47	1,34	166,77	542,62	131,17	9,49	1 803,46	33,66	0,04	0,18		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	3,82	1,92	20,55	114,68	0,00	0,11	0,03	0,00	0,00	16,93	94,46	37,57	1,15	105,78	1,92	0,00	0,02	184	2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	4	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,24	0,00	9,38	38,47	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	6,53	7,62	4,21	0,15	11,44	0,00	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	375	9,66	5,85	42,78	262,25	0,00	0,16	0,07	0,00	0,00	30,01	155,93	49,43	2,09	205,42	3,36	0,00	0,03		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,82	3,71	5,06	56,88	6,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	46	2016
СУП РЫБНЫЙ	200	9,02	2,67	10,90	103,78	4,10	0,13	0,09	0,27	0,00	39,40	110,74	30,01	0,97	414,25	21,97	0,02	0,16	41	2007
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,62	3,83	23,18	141,67	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	5,80	26,60	4,88	0,61	41,70	0,51	0,01	0,01	335	2016
ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	12,97	10,72	5,45	185,20	9,24	0,16	1,08	4,37	0,00	7,68	184,46	13,41	4,12	208,35	4,41	0,02	0,13	290	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44	0,02	0,02	0,00	0,00	11,34	11,34	6,48	2,27	216,00	1,80	0,00	0,00	399	2012
Итого за прием пищи:	647	29,78	21,43	78,12	639,10	20,93	0,43	1,23	4,64	0,00	70,97	365,77	61,91	9,47	931,30	30,79	0,05	0,30		
Полдник																				
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	6,75	31,17	1,15	0,02	0,03	1,14	0,00	26,49	28,51	19,70	0,52	115,29	2,88	0,00	0,03	41	2012
ОЛАДЫИ С ПОВИДЛОМ	65/10	5,47	3,81	40,70	218,62	0,02	0,06	0,04	0,01	0,05	12,35	44,69	8,59	0,59	79,88	1,23	0,02	0,01	449	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	315	6,32	3,89	52,97	271,39	1,17	0,08	0,07	1,15	0,05	38,84	73,20	28,29	1,11	195,17	4,11	0,02	0,04		
Всего за день:		46,06	31,47	181,22	1 205,74	29,60	0,67	1,37	5,79	0,05	139,82	594,90	139,63	12,67	¹ 331,89	38,26	0,07	0,37		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,60	2,34	3,83	39,01	3,74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2016
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	0,03	0,00	0,10	0,00	22,00	77,00	5,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	213	2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	0,00	4	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,80	0,99	0,54	0,05	8,15	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	320	11,47	10,90	22,65	234,36	4,54	0,07	0,04	0,10	0,00	30,35	131,84	13,19	1,84	96,35	1,44	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,00	0,00	0,18	0,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
БОРЩ	200	1,99	4,11	11,89	93,15	9,14	0,07	0,07	0,27	0,00	46,80	52,56	25,96	1,26	420,50	5,95	0,00	0,03	0,00	62	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	14,88	16,67	16,61	276,13	8,64	0,13	0,14	0,01	0,00	17,67	163,91	34,98	2,53	820,44	10,47	0,00	0,06	0,00	276	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00	0,00		
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА	180	0,27	0,05	15,65	63,96	0,43	0,01	0,01	0,00	0,00	10,77	7,56	3,12	0,68	66,26	0,54	0,00	0,00	0,00	485	2021
Итого за прием пищи:	607	19,62	21,16	60,23	510,45	18,21	0,28	0,25	0,28	0,00	81,99	256,66	71,19	5,97	¹ 358,20	19,06	0,00	0,09			
Полдник																					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	3,99	4,15	28,54	167,34	0,00	0,05	0,02	0,01	0,06	8,20	33,27	5,67	0,39	50,03	1,10	0,01	0,01	0,00	467	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
Итого за прием пищи:	230	4,11	4,17	34,06	188,94	0,00	0,05	0,02	0,01	0,06	8,20	33,27	5,67	0,39	50,03	1,10	0,01	0,01			
Всего за день:		35,50	36,53	124,29	966,75	30,25	0,40	0,31	0,39	0,06	120,54	421,77	90,05	8,20	¹ 504,58	21,60	0,01	0,11			

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,09	0,96	26,52	131,11	0,00	0,11	0,01	0,00	0,00	10,83	76,96	27,83	0,99	77,63	1,65	0,00	0,01	184	2008
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	25/20	5,60	3,93	12,85	109,10	0,00	0,04	0,04	0,00	0,00	6,55	53,85	7,65	0,79	88,20	1,44	0,00	0,01	4	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,24	0,00	9,38	38,47	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	6,53	7,62	4,21	0,15	11,44	0,00	0,00	0,00	395	2012
Итого за прием пищи:	375	9,93	4,89	48,75	278,68	0,00	0,16	0,05	0,00	0,00	23,91	138,43	39,69	1,93	177,27	3,09	0,00	0,02		
II Завтрак																				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2016
Итого за прием пищи:	75	0,30	0,30	7,35	33,00	7,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	6,25	6,04	14,36	137,15	7,32	0,09	0,09	0,18	0,04	32,39	91,61	27,54	1,55	583,25	6,92	0,00	0,03	89	2016
КАПУСТА, ТУЩЕННАЯ С МЯСОМ	180	14,34	12,58	10,25	213,40	31,36	0,08	0,13	0,24	0,00	85,28	149,29	40,81	3,03	564,38	10,40	0,00	0,06	371	2013
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,75	69,63	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	6,76	24,70	9,70	0,59	37,93	0,00	0,00	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	6,75	32,63	7,13	1,50	51,00	2,10	0,00	0,00		
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,58	0,00	1,65	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	394	2016
Итого за прием пищи:	626	25,31	19,13	64,94	535,37	38,68	0,29	0,26	0,42	0,04	138,76	298,23	86,83	6,67	¹ 237,41	19,42	0,00	0,09		
Полдник																				
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,55	6,64	26,84	181,02	0,00	0,04	0,03	0,01	0,09	8,05	31,31	5,00	0,35	45,83	1,25	0,01	0,01	460	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	57	2013
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,80	0,99	0,54	0,05	8,15	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	235	3,72	6,67	32,51	204,27	0,80	0,04	0,03	0,01	0,09	9,85	32,30	5,54	0,40	53,98	1,25	0,01	0,01		
Всего за день:		39,26	30,99	153,55	1 051,32	46,98	0,49	0,34	0,43	0,13	172,52	468,96	132,06	9,00	¹ 468,66	23,76	0,01	0,12		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	415,79	349,78	1 684,93	11 563,42	331,68	5,16	5,37	14,20	4,33	1 522,00	5 205,45	1 336,50	112,33	13 923,36	343,94	0,30	2,07
Среднее значение за период	41,58	34,98	168,49	1 156,34	33,17	0,52	0,54	1,42	0,43	152,20	520,55	133,65	11,23	1 392,34	34,39	0,03	0,21
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.4	27.2	58.4														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
САД ДИЕТА	361	75	668	295

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816856

Владелец Кудрина Вера Владимировна

Действителен с 27.06.2025 по 27.06.2026