

Погоджено

Начальник управління

Сержанового нагляді за дотриманням

Головного законодавства

Головного управління

Для державної диспозитивності

В Миколаївській області

Лариса БУРДЕНКО

20.03.2024р

Затверджую

Вчитель математики,

покладено виконання обов'язків

директора

Новоодеського ліцею №2

Світлана ПОЛУДНЕВИЧ



РЕКОМЕНДОВАНЕ ПЕРСПЕКТИВНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ

для організації одноразового харчування (сніданок)

дітей віком від 6 до 18 років

Новоодеського ліцею №2 Новоодеської міської ради

на весняний період

2024 рік

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6 – 11 р.							Енергетична цінність для дітей 11 – 14 р.							Енергетична цінність для дітей 14 – 18 р.						
		Вихід, г	Ккал, 525-630	Білок, г, 18-21	Жир, г, 17-21	Вугл. евод, г, 73-88	Вити д, г	Ккал, 600-720	Білок, г, 21-25	Жир, г, 21-25	Вугл. евод, г, 81-98	Вихід, г	Ккал, 675-800	Білок, г, 23-27	Жир, г, 23-27	Вугл. евод, г, 93-112						
1-й тиждень																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17						
Понеділок 1 день																						
1,36	Салат із буряка з ароматною олією	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23						
Техн 87р. 295	Макарони відварені з маслом вершковим	120	168	4,3	3,9	28,3	150	210	5,4	4,9	35,4	150	210	5,4	4,9	35,4						
4,08	Курячий шинцель	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,19	120	254,5	22,4	11,8	19,4						
Дов, 1990	Сік промислового, виробництва, без вмісту цукру	200	98,7	0,1	0	22	200	98,7	0,1	0	22	200	98,7	0,1	0	22						
Дов, 2014	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7						
12,01	Мандарин	100	38	0,8	0,2	9,0	100	38	0,8	0,2	9,0	100	38	0,8	0,2	9,0						
	Всього:		574	23,2	18,5	80,5		680,04	29,9	22,44	92,52	685	722,4	33,65	24,39	95,73						
	Вівторок 2 день																					
№6Клопото	Салат з запеченої капусти	100	74,92	1,30	5,10	5,79	100	74,92	1,30	5,10	5,97	100	74,92	1,30	5,10	5,97						
но																						
07,12	Запіканка сирна з бананом і сметаною	100/15	214	11,4	9,94	19,3	100	214	11,4	9,94	19,32	150/1	305,4	17,1	13,41	28,7						
08,25	Булгур	120	132	3,7	3,8	22,3	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9						
11,03	Узвар	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7						
12,01	Банан	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4						
	Всього:		573	17,8	20	82,7		606	18,8	21	88		697	24,4	24,21	97,67						
	Середа 3 день																					
8,23	Ікра з моркви	103	76	1,7	3,8	10,2	103	76	1,7	3,8	10,2	103	76	1,7	3,8	10,2						
4,09	Курячі нагетси	85	186,3	15,1	7,7	17,7	125	274	22,1	11,3	26,0	150	328	26,5	13,6	31,2						
08,01	Каша гречана з чебрецем	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1						
	Хліб пшеничнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7						
11,09	Чай з мелісою	200	1,22	0	0	0,48	200	1,22	0	0	0,48	200	1,22	0	0	0,48						
12,01	Мандарин	100	38	0,8	0,2	9,0	100	38	0,8	0,2	9,0	100	38	0,8	0,2	9,0						
Дов, 2014	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7						
	Всього:		557,2	26,9	21,5	72,2		725,02	36,2	27,5	93,18		779,0	40,7	29,8	98,38						

Четвер 4 день																					
Дов 2014	Огірок квашений промислового, виробництва	100	22,0	2,0	0	4,3	100	22	2,0	0	4,3	100	22	2,0	0	4,3	100	22	2,0	0	4,3
6,06	Рибні стіки	70	112,2	10,8	1,9	15,2	105	168,2	16,1	2,8	22,7	140	235,5	22,6	3,9	31,8					
08,12	Відварена картопля з вершковим маслом	120	151,4	2,2	7,5	18,8	150	189,3	2,7	9,4	23,5	150	189,3	2,7	9,4	23,5					
11,12	Сметана	25	50,7	0,7	5,0	0,8	25	50,7	0,7	5,0	0,8	25	50,7	0,7	5,0	0,8					
	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7					
11,03	Узвар	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7					
12,01	Яблуко	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8					
	Всього:		540,5	18,1	17,9	79,6		681,4	25,1	22,3	98,5		748,7	31,6		540,5	18,1				
	П'ятниця 5 день																				
1,25	Салат з запеченої капуста з родзинками	100	125	2,0	6,4	14,8	100	125	2,0	6,4	14,8	100	125	2,0	6,4	14,8					
3,02	Скрамбл	50	78,5	5,5	5,0	5,0	50	78,5	5,5	5,0	5,0	50	78,5	5,5	5,0	5,0					
8,08	Квасоля варена біла	120	157	8,4	4,4	20,3	150	196,2	10,6	5,5	25,4	150	196,2	10,6	5,5	25,4					
11,05	Какао на молоці	200	112,4	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85	200	112,4	6,11	5,5	9,85					
			8										8								
	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15	50	113	2,0	0,4	25	50	113	2,0	0,4	25					
12,01	Апельсин	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0					
	Всього:		591	24,1	21,7	76		675,18	27,1	23	91,05		675,1	27,11	23	91,05					
			1						1				8								

Скромні та здоровіші задоволення Д. Бондаренко

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страви		Енергетична цінність, для дітей 6 – 11 р.							Енергетична цінність, для дітей 11 – 14 р.							Енергетична цінність, для дітей 14 – 18 р.						
		Вихід, г	Ккал, 630	Білок, г	Жири, г	Вуглевод, г	Вихід, г	Ккал, 600-720	Білок, г	Жири, г	Вуглевод, г	Вихід, д.г	Ккал, 675-800	Білок, г	Жири, г	Вуглевод, г								
2-й тиждень		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17								
1	2																							
Понеділок 1 день																								
8.31	Морква припущена	101	51	1,4	1,6	9,2	110	78,4	1,8	2,8	11,6	110	78,4	1,8	2,8	11,6								
08.12	Картопля відварена з вершковим маслом	120	151,4	2,2	7,5	18,8	150	189,3	2,7	9,4	23,5	150	189,3	2,7	9,4	23,5								
4.08	Курячий шніцель	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,1	100	212,09	18,7	9,85	16,19								
11.03	Узвар	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7								
12.01	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8								
11.12	Сметана	25	50,7	0,7	5,0	0,8	25	50,7	0,7	5,0	0,8	25	50,7	0,7	5,0	0,8								
	Всього:		577,4	19,1	21,9	80,6	635	706,29	25,6	27,95	92,5	635	706,29	25,6	27,95	92,59								
Вівторок 2 день																								
1.25	Салат з запеченої капусти з родзинками	75	93,69	1,53	4,83	11,0	75	93,69	1,53	4,83	11,0	75	93,69	1,53	4,83	11,03								
295	Масарони відварені з маслом вершковим	120	168	4,3	3,9	28,3	150	210	5,4	4,9	35,4	150	210	5,4	4,9	35,4								
6.03	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	91,3	12,7	4,2	2,5	120	121,7	16,9	5,5	3,3								
	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7								
11.11	Чай з каркаде	200	10	0,6	0	1,0	200	10	0,6	0	1,0	200	10	0,6	0	1,0								
Дов.2014	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7								
12.01	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8								
	Всього:		550,5	21,6	18,5	73		669,99	28,13	22,43	89,1		700,39	32,33	23,73	89,93								
Середа 3 день																								
1.36	Салат із буряка з ароматною олією	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23								
7.12	Запіканка сирна з бананом і сметаною	100/1	214	11,49	9,94	19,3	100/1	214	11,49	9,94	19,3	150	305,4	17,1	13,41	28,7								
08.15	Кускус розсипчастий	120	156	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33	150	195,1	5,8	3,3	33								
Дов.1990	Сік промислового виробництва без вмісту цукру	200	97,8	0,1	0	22	200	97,8	0,1	0	22	200	97,8	0,1	0	22								
12.01	Яблучко	100	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,3	8,9								
	Всього:		576,3	18,14	16,03	85,8	525	615,45	19,24	16,73	92,4		706,85	24,85	20,2	101,83								
Четвер 4 день																								
8.23	Ігра з моркви	103	76	1,7	3,8	10,2	103	76	1,7	3,8	10,2	103	76	1,7	3,8	10,2								
08.07	Лобло з квасолею	100	107,1	4,9	3,6	13,8	250	267,9	12,3	9,2	34,7	250	267,9	12,3	9,2	34,7								
		4																						

169	Яйце варене	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3
Дов. 2014	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	30	104	3,8	8,6	1,4
	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15	50	113	2,0	0,4	25	50	113	2,0	0,4	25
11,03	Увар	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	200	107,7	0,3	0,9	24,9
12,01	Яблучко	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
	Всього :		531,6													
	П'ятниця 5 день	4	17,5	18,2	75,4	691	737,4	25,7	24	106,7	756	816,3	26,2	28,5	692,4	
Дов. 2014	Томат квашений промислового виробництва	80	19,3	0,9	0	4,0	80	19,3	0,9	0	4,0	80	19,3	0,9	0	4,0
4,04	Плов з курячим м'ясом	180	279,8	14,92	12,01	30,2	250	388,62	20,72	16,69	42,0	300	466	20,86	20,02	50,48
		1														
11,05	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
	Какао на молоці	200	112,4	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85
		8														
12,01	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
	Всього :		578	25	20	76		733	32	26	94		810,78	32,37	29,72	102,83

6 – 11 р,

11 – 14 р,

14 – 16 р,

Найменування страв

Енергетична цінність для дітей

Енергетична цінність для дітей

Енергетична цінність для дітей

Збірник
рецепту
р. №
розклад
ки

3-й тиждень

2

Понеділок день

37 Салат з капусти квашеної
промислового виробництва

08.15 Кукурудзяний сир

4.09 Курячі нагетси

Дов, 2014 Сир твердий

11.11 Чай з каркаде

12.01 Банан

Всього:

Вівторок 2 день

1.36 Салат із буряка з ароматною
олією

4.07 Курка по-італійськи

08.12 Відварена картопля з
вершковим маслом

11.03 Хліб житній

12.01 Узвар

Дов, 2014 Апельсин

Сир твердий

Всього:

Середа 3 день

1.25 Салат з запеченої капусти з
родинками06.03 Риба тушкована під овочами з
томатним соусом

08.03 Рис з кминном

11.05 Какао на молоці

12.01 Хліб цільнозерновий

Дов, 2014 Яблук

Всього:

Четвер 4 день

8.23 Ікра з моркви

8.05 Різотто з зеленим горошком
та твердим сиромВихід,
г

525-630

18-21

17-21

73-88

Вихід,
г

600-720

21-25

21-25

81-98

Вихід,
г

675-800

23-27

23-27

93-112

Кал.,
Енергет,
цінністьБіло
к, гЖири,
гвуглевод
одКал.,
Енергет,
цінністьБіло
к, гЖири,
гвуглевод
одКал.,
Енергет,
цінністьБілок,
гЖири,
г

вуглевод

4

5

6

7

9

10

11

12

14

15

16

17

3

0,8

5,0

6,6

100

77

0,8

5,0

6,6

100

77

0,8

5,0

6,6

100

77

0,8

5,0

6,6

100

77

0,8

5,0

100

77

0,8

5,0

6,6

120

156

4,7

2,6

26,4

150

195,1

5,8

3,3

33

150

195,1

5,8

3,3

33

85

186,3

15,1

7,7

17,7

125

274

22,1

11,3

26

150

328

26,6

13,6

31,2

15

52

3,4

4,3

0,7

15

52

3,4

4,3

0,7

15

52

3,4

4,3

0,7

200

10

0,6

0

1,0

200

10

0,6

0

1,0

200

10

0,6

0

1,0

100

95

1,5

0,2

21,8

100

95

1,5

0,2

21,8

100

95

1,5

0,2

21,8

576

26

19,8

74

703

34

24

89

757,1

38,7

26,4

94,3

100

69,25

1,55

3,19

9,23

100

69,25

1,55

3,19

9,23

100

69,25

1,55

3,19

9,23

60

74,4

12,1

2,5

1,1

85

105,4

17,2

3,5

1,5

100

123,99

20,23

4,14

1,77

120

151,4

2,2

7,5

18,8

150

189

2,7

9,4

23,5

150

189

2,7

9,4

23,5

30

68

1,2

0,2

15

50

113

2,0

0,4

25

50

113

2,0

0,4

25

200

80,0

0,2

0,7

18,7

150

80,8

0,2

0,7

18,7

150

80,8

0,2

0,7

18,7

100

50

0,9

0,2

11,0

100

50

0,9

0,2

11,0

100

50

0,9

0,2

11,0

15

52

3,4

4,3

0,7

15

52

3,4

4,3

0,7

15

52

3,4

4,3

0,7

545,05

21,5

5

18,5

74,53

650

659

27,9

5

21,7

89,63

665

678

30,98

22,33

75

93,69

1,53

4,83

11,07

75

93,69

1,53

4,83

11,07

75

93,69

1,53

4,83

11,07

60

60,9

8,5

2,8

1,7

90

91,3

12,7

4,2

2,5

120

121,7

16,9

5,5

3,3

120

164,1

3,7

3,0

30,2

150

205

4,7

3,8

37,7

150

205

4,7

3,8

37,7

200

112,48

6,11

5,5

9,85

200

169	Яйце варене	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3
Дов. 14	Сир твердий	7	25	1,7	2,18	0,36	7	25	1,7	2,18	0,36	7	25	1,7	2,18	0,36
1,06	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
12,01	Напій із шиншин	200	113,6	5,6	0	24	200	113,6	5,6	0	24,0	200	113,6	5,6	0	24,0
	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
	Всього:		602,6	22,5	18,98	88,36	581	680,6	24,7	21,78	99,46	611	728,6	26,2	23,48	105,96
	П'ятниця 5 день															
№6	Салат з запеченої капусти	100	74,95	1,30	5,10	5,97	100	74,92	1,30	5,10	5,97	100	74,92	1,30	5,10	5,97
07,12	Запіканка сирна з бананом і сметаною	100/15	214	11,49	9,94	19,32	100/15	214	11,49	9,94	19,32	100	214	11,49	9,94	19,32
Тех.87р2	Макарони відвар. з маслом верш.	120	168	4,3	3,9	28,3	150	210	5,4	4,9	35,4	150	210	5,4	4,9	35,4
Дов.1990	Сік промислового виробництва без вмісту цукру	200	98,7	0,1	0	22	200	98,7	0,1	0	22	200	98,7	0,1	0	22
12,01	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
	Всього:		650,65	18,69	19,14	97,39		692,62	19,79	20,1	93,69		692,62	19,79	20,14	104,49

Строк 7 тижнів 10.05.2022

Варіант рецептур, №	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6 – 11 р.						Енергетична цінність для дітей 11 – 14 р.						Енергетична цінність для дітей 14 – 18 р.					
розкладки		Вікі д.г.	Ккал, Енергет. цінність	Білок, г	Жир и, г	вуглев од	Вікі д.г.	Ккал, Енергет. цінність	Білок, г	Жир и, г	вуглев од	Вікі, г	Ккал, Енергет. цінність	Білок, г	Жири, г	вуглевод			
1	4-й тиждень	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17			
	Понеділок 1 день																		
1,25	Салат з запеченої капусти з розсипками	75	93,69	1,53	4,83	11,07	75	93,69	1,53	4,83	11,07	75	93,69	1,53	4,83	11,07			
295	Макарони відварені з маслом вершковим	120	168	4,3	3,9	28,3	150	210	5,4	4,9	35,4	150	210	5,4	4,9	35,4			
6,03	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	91,3	12,7	4,2	2,5	90	91,3	12,7	4,2	2,5			
	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7			
11,11	Чай каркаде	200	10	0,6	0	1,0	200	10	0,6	0	1,0	200	10	0,6	0	1,0			
Дов,201	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7			
4																			
12,01	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8			
	Всього :		550,5	21,6	18,5	73		700	28	22	89		700	28	22	89			
	Віторок 2 день																		
8,23	Ікра з моркви	103	76	1,7	3,8	10,2	103	76	1,7	3,8	10,2	103	76	1,7	3,8	10,2			
4ю16	Печеня по-домашньому	180	235,7	17,5	7,9	22	250	327,4	24,3	10,9	30,6	300	392,9	29,2	13,1	36,7			
11,03	Узвар	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7			
12,01	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8			
Дов,201	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7			
4																			
	Всього :		539,5	24,3	16,9	73,4	618	631,2	31,1	19,9	82	668	696,7	36	22,1	88,1			
	Середа 3 день																		
Дов,201	Томат квашений промислового виробництва	100	24,2	1,14	0	5,0	100	24,2	1,14	0	5,0	100	24,2	1,14	0	5,0			
4	Кукурудзяний каштаний	120	156	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33	150	195,1	5,8	3,3	33			
08,15	Кукурудзяний каштаний	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,19	100	212,09	18,7	9,85	16,19			
4,08	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7			
	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7			
11,05	Какао на молоці	200	112,48	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85			
12,01	Яблучко	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8			
	Всього :		564,5	27	18	74,3		714	35	23	92,5		714	35	23	92,5			
	Четвер 4 день																		
Небюлоп отенко	Салат з запеченої капусти	100	74,92	1,30	5,10	5,97	100	74,92	1,30	5,10	5,97	100	74,92	1,30	5,10	5,97			
08,07	Лобіо з квасолею	250	267,9	12,3	9,2	34,7	250	267,9	12,3	9,2	34,7	250	267,9	12,3	9,2	34,7			
169	Яйце варене	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3			
Дов,	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7			

2014	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	
11,03	Узвар	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	
12,01	Банан	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	
	Всього:		629,7	24,3	21,4	86,2	566	676,7	25,5	23	92,9	
	П'ятниця 5 день											
1,36	Салат із буяка з ароматною олією	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	
7,12	Запіканка сирна з бананом і сметаною	100 /15	214	11,49	9,94	19,32	100 /15	214	11,4 9	9,94	19,32	28,7
08,15	Кускус розсипчастий	120	156	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33	33
Дов, 199 0	Сік промислового, виробництва без вмісту цукру	200	97,8	0,1	0	22	200	97,8	0,1	0	22	22
12,01	Апельсин	75	37,5	0,7	0,2	8,3	75	37,5	0,7	0,2	8,3	8,3
	Всього:		574,55	18,54	15,9	85,25	525	613,65	19,6	16,6	91,85	101,23

Склар 7 жовтня 2024 рр. О. Бондаренко