

СОГЛАСОВАНО:
Начальник ЦДЦ

/Р.М. Попова/

УТВЕРЖДЕНО:
И.о. директора МБОУ «Потапкинская СОШ»
/И.Н. Чебыкина/



ПРИМЕРНОЕ

14-дневное меню для Лагерь с дневным пребыванием

на базе МБОУ «Потапкинская СОШ»

(возрастная категория с 11 лет и старше)

2026г

МЕНЮ

День: первый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. Карты	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	C,мг
Обед														
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порциями)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,52	0,10	0,00	0,03	3,50
122/Пермь, 2021	Суп с рыбными консервами	250	9,30	11,40	10,05	180,00	30,50	32,25	146,50	1,02	0,23	15,00	0,08	5,75
256/Пермь, 2018	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,40	14,40	9,00	54,00	1,26	0,90	37,80	0,07	0,00
367/Пермь, 2021	Птица в соусе с томатом	100	9,50	11,07	2,21	146,43	17,86	12,86	49,29	0,83	0,43	52,86	0,03	0,36
486/Пермь, 2021	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00	3,40	1,70	2,10	0,46	0,04	0,00	0,01	0,60
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,55	0,00	0,06	0,00
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	13,20	26,40	0,00	1,76	0,92	0,00	0,10	0,00
	Итого за прием	920,00	33,26	29,61	101,36	804,23	107,16	103,31	314,69	6,40	3,17	105,66	0,38	10,21

День: **второй**

МЕНЮ

сезон : Весна -лето

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	C,мг
	Обед													
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порциями)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,52	0,10	0,00	0,03	3,50
95/Пермь, 2021	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,43	6,95	75,00	36,75	23,25	49,00	1,10	2,35	0,00	0,04	8,00
328/Пермь, 2021	Жаркое по- домашнему	180	16,92	12,87	23,22	276,30	27,96	49,20	188,40	3,60	0,54	21,60	0,17	13,20
494/Пермь, 2021	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,33	0,01	17,50	72,00	16,40	4,30	10,70	0,90	0,10	0,00	0,00	0,10
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,55	0,00	0,06	0,00
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	13,20	26,40	0,00	1,76	0,92	0,00	0,10	0,00
	Итого за прием	820,00	26,80	18,41	90,21	633,70	122,11	124,25	310,90	8,43	4,56	21,60	0,40	24,80

МЕНЮ

День: третий

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	C,мг
	Обед													
148/Пермь, 2021	Свежие овощи (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	26,25	0,91	0,00	0,00	0,03	3,50
39/Пермь, 2001	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,60	16,80	100,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
202/Пермь, 2018	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,56	7,92	46,68	300,00	19,92	166,80	0,00	5,58	0,00	0,00	0,00	0,00
372/Пермь, 2018	Биточки из мяса кур	100	15,43	9,56	8,86	183,00	40,00	18,80	98,00	1,40	0,58	58,40	0,08	0,85
419/Пермь 2018	Соус томатный	30	0,33	1,00	1,40	15,70	2,60	2,30	0,00	0,12	0,00	0,00	0,00	0,50
496/Пермь, 2018	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,27	18,30	78,00	11,90	3,20	3,20	0,61	0,80	0,00	0,01	80,00
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,55	0,00	0,06	0,00
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	13,20	26,40	0,00	1,76	0,92	0,00	0,10	0,00
	Итого за прием	950	37,06	22,45	134,58	887,85	115,42	238,60	159,95	10,93	2,85	58,40	0,28	84,85

МЕНЮ

День: четвертый

сезон : Весна -лето

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	C,мг
Обед														
157/Пермь, 2018	Овощи консервированные отварные	100	3,00	4,00	5,00	64,00	18,00	18,00	54,00	0,61	0,24	19,00	2,00	2,00
122/Екатерин бург 2011	Суп картофельный со сметаной	250	1,63	2,63	1,25	76,25	78,20	0,00	0,00	1,45	0,00	0,10	0,10	16,20
377/Пермь 2021	Картофельное пюре	180	4,86	7,20	10,44	126,00	28,80	29,52	88,20	0,99	0,18	36,00	0,14	4,32
341/Пермь 2021	Котлета "Пермская"	100	15,56	15,56	12,22	253,33	50,00	23,33	170,00	1,85	1,11	46,67	0,14	0,00
504/Пермь, 2021	Кисель с витаминами "Виташока"	200	0,00	0,00	24,00	95,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,35	0,13	0,30	20,10
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,55	0,00	0,06	0,00
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	13,20	26,40	0,00	1,76	0,92	0,00	0,10	0,00
	Итого за прием	920	32,05	30,39	93,55	813,98	198,20	104,25	344,70	7,21	5,35	101,90	2,85	42,62

МЕНЮ

День: пятый

сезон : Весна -лето

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
Обед														
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порциями)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	26,25	0,91	0,00	0,00	0,03	3,50
115/Пермь, 2018	Суп картофельный с крупой	250	2,23	2,70	13,40	87,25	23,10	29,10	0,00	1,06	0,00	0,00	0,00	7,80
347/Пермь 2021	Котлета "Школьная"	100	15,00	11,11	13,00	213,00	50,00	21,00	136,00	2,00	1,00	30,00	0,14	0,00
256/Пермь 2021	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,40	14,40	9,00	54,00	1,26	0,90	37,80	0,07	0,00
494/Пермь, 2021	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,30	0,01	17,50	72,00	16,40	4,30	10,70	0,90	0,10	0,00	0,00	0,10
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,55	0,00	0,06	0,00
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,20	26,40	0,00	1,76	0,92	0,00	0,10	0,00
Итого за прием		920	32,01	20,86	121,90	804,05	144,90	110,90	259,45	8,44	3,47	67,80	0,41	11,40

МЕНЮ

День: шестой

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОБЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эл. ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	Е, мг	А, мкг	В1, мг	С, мг
Обед														
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порционно)	100	0,70	0,70	1,90	11,00	17,80	14,10	26,25	0,91	0,10	0,00	0,03	3,50
113/Пермь, 2021	Суп картофельный с бобовыми	250	2,50	3,75	7,50	71,25	22,50	22,50	58,75	1,25	0,00	17,50	0,09	5,00
376/Пермь,2021	Рагу из птицы	180	19,20	16,80	14,40	286,80	32,40	42,00	0,00	2,40	1,20	61,20	0,14	7,20
495/Пермь,2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00	20,10	14,40	19,20	0,69	0,40	0,00	0,01	0,20
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0
Итого за прием		820	30,12	22,35	84,54	652,45	116,00	126,40	136,70	7,56	3,17	78,70	0,43	15,90

МЕНЮ

День: сельдомой

сезон : Весна -лето

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
Обед														
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,8	14,1	26,25	0,91	0,01	0	0,03	3,5
101/Пермь 2018	Рассольник домашний	250	1,95	5,10	13,45	106,05	25,50	25,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	9,90
385/Пермь 2018	Рис отварной	180	4,32	6,48	35,28	217,44	7,20	23,40	75,42	0,15	0,32	30,78	0,02	0,00
327/Пермь 2021	Гуляши из отварной говядины	100	20,00	19,50	3,30	258,00	15,00	22,00	162,00	2,76	0,60	26,00	0,03	0,00
486/Пермь, 2021	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00	3,40	1,70	2,10	0,46	0,04	0,00	0,01	0,60
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0
	Итого за прием	920	34,19	32,28	105,67	837,89	92,10	120,10	298,27	7,59	2,44	56,78	0,25	14,00

МЕНЮ

День: восьмой

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	C,мг	
	Обед														
157/Пермь, 2018	Овощи консервированные	100	3,00	4,00	5,00	64,00	18	18	54	0,61	0,24	19	0,08	2	
39/Пермь, 2001	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,60	16,80	100,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
44/3/Екатери нбург 2011	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,31	8,15	45,36	300,01	69,61	0,00	0,00	5,65	0,00	0,31	0,31	8,64	
368/Пермь 2021	Суфле из птицы	100	12,88	0,75	0,38	183,75	72,50	15,00	132,50	1,04	0,00	0,05	0,05	0,50	
495/Пермь 2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0,2	
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0	
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0	
	Итого за прием	920,00	36,61	16,60	128,28	931,91	203,41	80,80	238,2	10,3	2,11	19,36	0,61	11,34	

МЕНЮ

сезон : Весна -лето

День: девятый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)			Витамины								
							Са	Мг	Р	Fe	Е,мг	А,мкг	В1,мг	С,мг				
Обед																		
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	26,25	0,91	0,10	0,00	0,03	3,50				
128/Пермь 2021	Суп - лапша домашняя	250	2,50	3,85	11,13	89,25	20,00	8,50	35,50	0,52	0,40	32,50	0,03	0,50				
375/Пермь 2018	Плов из отварной птицы	200	20,00	17,00	25,00	333,00	35,00	36,00	0,00	1,49	0,00	0,00	0,00	1,51				
91/Пермь 2021	Компот из ягод замороженных	200	0,20	0,10	10,70	44,00	7,50	6,00	6,40	0,29	0,10	0,00	0,01	16,50				
573/Пермь 2021																		
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0				
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0				
	Итого за прием	840	30,52	22,05	89,37	676,65	103,50	98,00	100,65	5,52	2,07	32,50	0,23	22,01				

МЕНЮ

День:Десятый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порция, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эл. ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг		
	Обед															
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,8	14,1	26,25	0,91	0	0	0,03	3,5		
95/Пермь 2021	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,43	6,95	75,00	36,75	23,25	49,00	1,10	2,35	0,00	0,04	8,00		
334/Пермь 2021	Запеканка картофельная с мясом	200	23,00	16,00	17,00	300,00	30,00	44,00	223,00	3,00	1,00	26,00	0,20	11,00		
486/Пермь 2021	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00	3,40	1,70	2,10	0,46	0,04	0,00	0,01	0,60		
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0		
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0		
	Итого за прием	840	32,77	21,63	77,59	631,40	111,15	116,45	332,85	7,78	4,86	26,00	0,44	23,10		

МЕНЮ

День: одиннадцатый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
Обед														
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,8	14,1	26,25	0,91	0,01	0	0,03	3,5
100/Пермь 2021	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,63	5,10	13,25	109,50	16,75	25,50	61,00	0,86	2,35	0,00	0,09	7,10
256/Пермь 2021	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,40	14,40	9,00	54,00	1,26	0,90	37,80	0,07	0,00
310/Пермь 2018	Шницель рыбный натуральный	100	14,70	1,70	10,70	125,30	66,70	36,00	0,00	1,30	0,00	0,00	0,00	2,90
501/Пермь 2021	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,10	0,20	20,20	86,00	14	8	14	2,8	0	0	0,02	4
573/Пермь 2021														
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0
	Итого за прием	920	31,91	14,04	122,15	752,60	152,9	126	187,75	9,44	4,73	37,8	0,37	17,5

МЕНЮ

День: двенадцатый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)			Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
Обед														
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,8	14,1	26,25	0,91	0,01	0	0,03	3,5
131/Пермь 2021	Суп-пюре из картофеля	250	5,80	5,95	17,15	145,25	119,50	36,75	139,50	1,09	0,23	37,50	0,13	8,15
385/Пермь 2018	Рис отварной	180	4,32	6,48	35,28	217,44	7,20	23,40	75,42	0,15	0,32	30,78	0,02	0,00
348/Пермь, 2021	Тефтели из говядины (свинины) паровые	100	13,89	9,33	6,56	165,67	11,43	14,29	112,86	1,87	0,43	0,00	0,00	0,00
495/Пермь 2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0,2
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0
Итого за день		920	32,43	22,96	121,63	822,76	199,23	136,3	405,73	7,0154	2,8623	68,28	0,349	11,85

МЕНЮ

День: тринадцатый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

сезон : Весна -лето

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЛ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mг	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	C,мг
Обед														
148/Пермь, 2021	Овощи свежие (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,8	14,1	26,25	0,91	0,01	0	0,03	3
98/Пермь 2021	Свекольник	250	2,33	4,73	10,33	93,25	36,75	28,25	61,25	1,45	2,38	0,00	0,06	7,90
202/Пермь 2023	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7,92	46,62	229,70	19,98	166,50	0,00	5,58	0,00	0,00	0,00	0,00
50/Екатерин нбург, 2006	Котлета "Детская"	100	16,72	9,76	11,50	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
504/Пермь, 2021	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	24,00	95,00	0	0	0	0	2,35	0,13	0,3	20
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0
	Итого за прием	920,00	37,40	23,50	134,99	828,35	97,73	242,25	120,00	10,25	6,21	0,13	0,55	31,40

МЕНЮ

День: **четырнадцатый**

сезон : Весна -лето

Возрастная категория: Учащиеся с 1 лет и старше

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Са	Mg	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	C,мг
Обед														
	Овощи консервированные													
157/Пермь, 2018	отварные	100	3,00	4,00	5,00	64,00	18,00	18,00	54,00	0,61	0,24	19,00	0,08	2,00
104/Пермь 2021	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,50	4,50	3,80	61,75	49,50	16,00	35,75	0,64	2,33	0,00	0,04	8,50
337/Пермь 2021	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126,00	28,80	29,52	88,20	0,99	0,18	36,00	0,14	4,32
300/Пермь 2021	Рыба запеченная в омлете	100	19,67	4,89	5,11	143,33	66,67	30,00	228,89	1,40	1,78	102,22	0,09	0,67
494/Пермь, 2021	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00	16,40	4,30	10,70	0,90	0,10	0,00	0,00	0,10
573/Пермь 2021	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117,00	10	7	32,5	0,55	0,55	0	0,06	0
574/Пермь 2021	Хлеб ржаной	40	3,32	0,60	16,04	82,40	13,2	26,4	0	1,76	0,92	0	0,1	0
	Итого за прием	920	36,45	21,60	82,49	666,48	202,57	131,22	450,04	6,85	6,09	157,22	0,52	15,59