

Возрастная категория : 7 - 11 лет															Возрастная категория : 12 - 18 лет														
№	№ день	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	%	Витамины (мг/сут)				Минеральные вещества (мг)				№	№ день	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	%	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Белки	Жиры	Углев.			В1	С	А	Р	Са	Мg	Fe	В1			С	А	Р			Са	Мg	Fe					
		57,75	59,26	251,247	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	1	67,5	69	287,25	2039,99	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	2	57,75	59,25	251,28	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	2	67,5	69	287,25	2041,01	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	3	57,75	59,25	251,28	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	3	67,5	69	287,245	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	4	57,78	59,25	251,26	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	4	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	5	57,75	59,24	251,24	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	5	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	6	57,75	59,25	251,25	1762,70	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	6	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	7	57,75	59,24	251,3	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	7	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	8	57,71	59,25	251,5	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	8	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	9	57,75	59,25	251,25	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	9	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	10	57,77	59,25	251,25	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	10	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	11	57,75	59,25	251,26	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	11	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	12	57,75	59,26	251,25	1762,50	75%	0,9	45	525	825	187,5	9	12	67,5	69	287,25	2040,00	75%	1,05	52,5	675	900	900	225	225	13,5			
	ИТОГО	Белки	Жиры	Углев.	Ккал		В1	С	А	Р	Мg	Fe		ИТОГО	Белки	Жиры	Углев.	Ккал		В1	С	А	Р	Мg	Fe				
	12	693,014	710,996	3015,32	21150,2		10,8	539,996	6299,99	9900	2249,97	108,03	12	810	827,995	3447	24481		12,6	630	8100	10800	2700	2700	162,00				
	1 день	57,751	59,250	251,276	1762,5		0,9	44,9997	525,00	825	187,498	9,0029	1 день	67,5	68,9996	287,25	2040,1		1,05	52,5	675	900	900,00	225	225	13,500			
		4,35102	4,24097							1	1			4,25555	4,16306							1	1						
	Белки	58,245	4	1762,99	100	14,272							Белки	67,5	4,25555	2040,08	100	14,0803											
	Жиры	59,33	4	1762,99	100	14,269							Жиры	68,9996	4,16306	2040,08	100	14,0803											
	Углев.	251,276	9	1762,99	100	128,276							Углев.	287,25	9	2040,08	100	126,723											