

Организация: Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение Тюкалинского "Гимназия г. Тюкалинска"

Название меню: Меню 2023-2024 учебный год 5-11 классы

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: с сахарным диабетом

Срок действия меню: 01.09.2023 - 24.05.2024

Утверждаю

директор

МОБУ Гимназия г. Тюкалинска

М.С. Харасова

31.08.2023г.

| № рецептуры                  | Название блюда   | Масса<br>г | Белки<br>г  | Жиры<br>г   | Углеводы<br>г | Энергетическая ценность<br>ккал | B1<br>мг    | B2<br>мг    | A<br>мкг      | D<br>рети.эк мкг |
|------------------------------|--|------------|-------------|-------------|---------------|---------------------------------|-------------|-------------|---------------|------------------|
| <b>Понедельник, 1 неделя</b> |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| 54-1г                        | Макароны отварные                                      | 200        | 7,1         | 6,6         | 43,7          | 262,4                           | 0,08        | 0,03        | 24,48         | 0,12             |
| 54-5м                        | Котлета из говядины                                    | 90         | 17,2        | 3,9         | 12,4          | 151,8                           | 0,06        | 0,07        | 5,67          | 0                |
| 54-3соус                     | Соус красный основной                                  | 45         | 1,5         | 1,1         | 1,4           | 31,8                            | 0,01        | 0,01        | 57,67         | 0,02             |
| 54-2гн                       | Чай без сахара   | 200        | 0,2         | 0           | 0,4           | 26,8                            | 0           | 0,01        | 0,3           | 0                |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 40         | 3           | 0,3         | 14,7          | 93,8                            | 0,04        | 0,01        | 0             | 0                |
| Пром.                        | Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке | 50         | 4,3         | 7,7         | 40,8          | 249,4                           | 0           | 0           | 0             | 0                |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>                                | <b>625</b> | <b>33,3</b> | <b>19,6</b> | <b>116,6</b>  | <b>816</b>                      | <b>0,19</b> | <b>0,13</b> | <b>88,12</b>  | <b>0,14</b>      |
|                              | <b>Итого за день</b>                                   | <b>625</b> | <b>33,3</b> | <b>19,6</b> | <b>116,6</b>  | <b>816</b>                      | <b>0,19</b> | <b>0,13</b> | <b>88,12</b>  | <b>0,14</b>      |
| <b>Вторник, 1 неделя</b>     |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| 53-19з                       | Масло сливочное (порциями)                             | 10         | 0,1         | 7,3         | 0,1           | 66,1                            | 0           | 0,01        | 45            | 0,13             |
| 54-11г                       | Картофельное пюре                                      | 200        | 4,1         | 7,1         | 26,4          | 185,8                           | 0,16        | 0,14        | 31,73         | 0,12             |
| 54-11р                       | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)               | 90         | 12,5        | 6,7         | 5,7           | 132,5                           | 0,08        | 0,09        | 284,46        | 0,16             |
| 54-3гн                       | Чай с лимоном без сахара                               | 200        | 0,2         | 0,1         | 0,6           | 27,9                            | 0           | 0,01        | 0,38          | 0                |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 60         | 4,6         | 0,5         | 19,5          | 140,6                           | 0,07        | 0,02        | 0             | 0                |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>                                | <b>560</b> | <b>21,5</b> | <b>21,7</b> | <b>52,3</b>   | <b>552,9</b>                    | <b>0,31</b> | <b>0,27</b> | <b>361,57</b> | <b>0,41</b>      |
|                              | <b>Итого за день</b>                                   | <b>560</b> | <b>21,5</b> | <b>21,7</b> | <b>52,3</b>   | <b>552,9</b>                    | <b>0,31</b> | <b>0,27</b> | <b>361,57</b> | <b>0,41</b>      |
| <b>Среда, 1 неделя</b>       |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| 54-4г                        | Каша гречневая рассыпчатая                             | 200        | 11          | 8,5         | 47,9          | 311,6                           | 0,29        | 0,16        | 25,58         | 0,12             |
| 54-23м                       | Биточек из курицы                                      | 90         | 17,2        | 3,9         | 12            | 151,8                           | 0,06        | 0,07        | 5,67          | 0                |
| 54-2соус                     | Соус белый основной                                    | 45         | 1,2         | 1,7         | 2             | 28,1                            | 0           | 0,01        | 6,51          | 0,03             |
| 54-2гн                       | Чай без сахара   | 200        | 0,2         | 0           | 0,4           | 26,8                            | 0           | 0,01        | 0,3           | 0                |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 80         | 6,1         | 0,6         | 20,4          | 187,5                           | 0,09        | 0,02        | 0             | 0                |
| Пром.                        | Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке | 45         | 3,9         | 6,9         | 36,7          | 224,5                           | 0           | 0           | 0             | 0                |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>                                | <b>660</b> | <b>39,6</b> | <b>21,6</b> | <b>118,4</b>  | <b>930,3</b>                    | <b>0,44</b> | <b>0,27</b> | <b>38,06</b>  | <b>0,15</b>      |
|                              | <b>Итого за день</b>                                   | <b>660</b> | <b>39,6</b> | <b>21,6</b> | <b>118,4</b>  | <b>930,3</b>                    | <b>0,44</b> | <b>0,27</b> | <b>38,06</b>  | <b>0,15</b>      |
| <b>Четверг, 1 неделя</b>     |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |               |                                 |             |             |               |                  |
| 53-19з                       | Масло сливочное (порциями)                             | 20         | 0,2         | 14,5        | 0,3           | 132,2                           | 0           | 0,02        | 90            | 0,26             |
| 54-24с                       | Суп картофельный с макаронными изделиями               | 250        | 6           | 2,7         | 19,4          | 126,1                           | 0,08        | 0,05        | 121,44        | 0                |
| 54-45гн                      | Чай без сахара   | 200        | 0,1         | 0           | 0,2           | 21,4                            | 0           | 0           | 0,17          | 0                |
| Пром.                        | Хлеб пшеничный   | 80         | 6,1         | 0,6         | 20,4          | 187,5                           | 0,09        | 0,02        | 0             | 0                |
| Пром.                        | Яблоко   | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,8           | 44,4                            | 0,03        | 0,02        | 5             | 0                |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>                                | <b>650</b> | <b>12,8</b> | <b>18,2</b> | <b>49,1</b>   | <b>511,6</b>                    | <b>0,2</b>  | <b>0,11</b> | <b>216,61</b> | <b>0,26</b>      |
|                              | <b>Итого за день</b>                                   | <b>650</b> | <b>12,8</b> | <b>18,2</b> | <b>49,1</b>   | <b>511,6</b>                    | <b>0,2</b>  | <b>0,11</b> | <b>216,61</b> | <b>0,26</b>      |

|                              |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
|------------------------------|--|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|-------------|
| <b>Пятница, 1 неделя</b>     |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| 54-25.1к                     | Каша жидкая молочная рисовая                           | 250        | 6,6         | 6,8         | 35,8         | 230,7        | 0,07        | 0,19        | 32,97         | 0,07        |
| 54-6о                        | Яйцо вареное   | 40         | 4,8         | 4           | 0,3          | 56,6         | 0,02        | 0,14        | 62,4          | 0,88        |
| 54-45гн                      | Чай без сахара   | 200        | 0,1         | 0           | 5,2          | 21,4         | 0           | 0           | 0,17          | 0           |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 80         | 6,1         | 0,6         | 20,4         | 187,5        | 0,09        | 0,02        | 0             | 0           |
| <b>Итого за Завтрак</b>      |  | <b>570</b> | <b>17,6</b> | <b>11,4</b> | <b>66,7</b>  | <b>496,2</b> | <b>0,18</b> | <b>0,35</b> | <b>95,54</b>  | <b>0,95</b> |
| <b>Итого за день</b>         |  | <b>570</b> | <b>17,6</b> | <b>11,4</b> | <b>66,7</b>  | <b>496,2</b> | <b>0,18</b> | <b>0,35</b> | <b>95,54</b>  | <b>0,95</b> |
| <b>Понедельник, 2 неделя</b> |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| 54-1г                        | Макароны отварные                                      | 200        | 7,1         | 6,6         | 43,7         | 262,4        | 0,08        | 0,03        | 24,48         | 0,12        |
| 54-5м                        | Котлета из говядины                                    | 90         | 17,2        | 3,9         | 12           | 151,8        | 0,06        | 0,07        | 5,67          | 0           |
| 54-3соус                     | Соус красный основной                                  | 45         | 1,5         | 1,1         | 4            | 31,8         | 0,01        | 0,01        | 57,67         | 0,02        |
| 54-45гн                      | Чай без сахара   | 200        | 0,1         | 0           | 0,2          | 21,4         | 0           | 0           | 0,17          | 0           |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 40         | 3           | 0,3         | 20,7         | 93,8         | 0,04        | 0,01        | 0             | 0           |
| Пром.                        | Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке | 50         | 4,3         | 7,7         | 40,8         | 249,4        | 0           | 0           | 0             | 0           |
| <b>Итого за Завтрак</b>      |  | <b>625</b> | <b>33,2</b> | <b>19,6</b> | <b>111,4</b> | <b>810,6</b> | <b>0,19</b> | <b>0,12</b> | <b>87,99</b>  | <b>0,14</b> |
| <b>Итого за день</b>         |  | <b>625</b> | <b>33,2</b> | <b>19,6</b> | <b>111,4</b> | <b>810,6</b> | <b>0,19</b> | <b>0,12</b> | <b>87,99</b>  | <b>0,14</b> |
| <b>Вторник, 2 неделя</b>     |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| 53-19з                       | Масло сливочное (порциями)                             | 20         | 0,2         | 14,5        | 0,3          | 132,2        | 0           | 0,02        | 90            | 0,26        |
| 54-12м                       | Плов с курицей   | 250        | 34          | 10,1        | 41,5         | 393,3        | 0,11        | 0,1         | 183,75        | 0           |
| 54-45гн                      | Чай без сахара   | 200        | 0,1         | 0           | 0,2          | 21,4         | 0           | 0           | 0,17          | 0           |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 80         | 6,1         | 0,6         | 20,4         | 187,5        | 0,09        | 0,02        | 0             | 0           |
| <b>Итого за Завтрак</b>      |  | <b>550</b> | <b>40,4</b> | <b>25,2</b> | <b>62,4</b>  | <b>734,4</b> | <b>0,2</b>  | <b>0,14</b> | <b>273,92</b> | <b>0,26</b> |
| <b>Итого за день</b>         |  | <b>550</b> | <b>40,4</b> | <b>25,2</b> | <b>62,4</b>  | <b>734,4</b> | <b>0,2</b>  | <b>0,14</b> | <b>273,92</b> | <b>0,26</b> |
| <b>Среда, 2 неделя</b>       |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| 54-21г                       | Горошница  | 200        | 19,3        | 1,8         | 45           | 273,1        | 0,58        | 0,12        | 1,2           | 0           |
| 54-23м                       | Биточек из курицы                                      | 90         | 17,2        | 3,9         | 12           | 151,8        | 0,06        | 0,07        | 5,67          | 0           |
| 54-3соус                     | Соус красный основной                                  | 45         | 1,5         | 1,1         | 4            | 31,8         | 0,01        | 0,01        | 57,67         | 0,02        |
| 54-2гн                       | Чай без сахара   | 200        | 0,2         | 0           | 0,4          | 26,8         | 0           | 0,01        | 0,3           | 0           |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 40         | 3           | 0,3         | 10,7         | 93,8         | 0,04        | 0,01        | 0             | 0           |
| Пром.                        | Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке | 45         | 3,9         | 6,9         | 36,7         | 224,5        | 0           | 0           | 0             | 0           |
| <b>Итого за Завтрак</b>      |  | <b>620</b> | <b>45,1</b> | <b>14</b>   | <b>107,8</b> | <b>801,8</b> | <b>0,69</b> | <b>0,22</b> | <b>64,84</b>  | <b>0,02</b> |
| <b>Итого за день</b>         |  | <b>620</b> | <b>45,1</b> | <b>14</b>   | <b>107,8</b> | <b>801,8</b> | <b>0,69</b> | <b>0,22</b> | <b>64,84</b>  | <b>0,02</b> |
| <b>Четверг, 2 неделя</b>     |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| <b>Завтрак</b>               |  |            |             |             |              |              |             |             |               |             |
| 53-19з                       | Масло сливочное (порциями)                             | 10         | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 66,1         | 0           | 0,01        | 45            | 0,13        |
| 54-28м                       | Жаркое по-домашнему из курицы                          | 250        | 31          | 7,8         | 22           | 282          | 0,19        | 0,16        | 40,9          | 0,11        |
| 54-2гн                       | Чай без сахара   | 200        | 0,2         | 0           | 0,4          | 26,8         | 0           | 0,01        | 0,3           | 0           |
| Пром.                        | Хлеб серый   | 80         | 6,1         | 0,6         | 20,4         | 187,5        | 0,09        | 0,02        | 0             | 0           |
| Пром.                        | Яблоко   | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,8          | 44,4         | 0,03        | 0,02        | 5             | 0           |
| <b>Итого за Завтрак</b>      |  | <b>640</b> | <b>37,8</b> | <b>16,1</b> | <b>53,7</b>  | <b>606,8</b> | <b>0,31</b> | <b>0,22</b> | <b>91,2</b>   | <b>0,24</b> |
| <b>Итого за день</b>         |  | <b>640</b> | <b>37,8</b> | <b>16,1</b> | <b>53,7</b>  | <b>606,8</b> | <b>0,31</b> | <b>0,22</b> | <b>91,2</b>   | <b>0,24</b> |

**Пятница, 2 неделя**

|                | 54-6к | 54-6о | 54-1хн | Пром. |  |            |             |             |             |              |             |             |               |             |
|----------------|-------|-------|--------|-------|--|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|-------------|
| <b>Завтрак</b> |       |       |        |       |  |            |             |             |             |              |             |             |               |             |
|                |       |       |        |       |  | 250        | 10,4        | 12,7        | 47,1        | 343,6        | 0,23        | 0,19        | 52,04         | 0,16        |
|                |       |       |        |       |  | 40         | 4,8         | 4           | 0,3         | 56,6         | 0,02        | 0,14        | 62,4          | 0,88        |
|                |       |       |        |       |  | 200        | 0,5         | 0           | 20,8        | 81           | 0           | 0           | 15            | 0           |
|                |       |       |        |       |  | 60         | 4,6         | 0,5         | 20,5        | 140,6        | 0,07        | 0,02        | 0             | 0           |
|                |       |       |        |       |  | <b>550</b> | <b>20,3</b> | <b>17,2</b> | <b>80,7</b> | <b>621,8</b> | <b>0,32</b> | <b>0,35</b> | <b>129,44</b> | <b>1,04</b> |
|                |       |       |        |       |  | <b>550</b> | <b>20,3</b> | <b>17,2</b> | <b>80,7</b> | <b>621,8</b> | <b>0,32</b> | <b>0,35</b> | <b>129,44</b> | <b>1,04</b> |

|                                      | Масса      | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность | B1            | B2         | A           | D        |             |
|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|------------|-------------|----------|-------------|
|                                      | г          | г            | г            | г            | ккал                    | мг            | мг         | мкг рет.эк  | мкг      |             |
| <b>Средние показатели за Завтрак</b> | <b>605</b> | <b>30,16</b> | <b>18,46</b> | <b>76,41</b> |                         | <b>688,24</b> | <b>0,3</b> | <b>0,22</b> | <b>0</b> | <b>0,36</b> |
| <b>Средние показатели за период</b>  | <b>605</b> | <b>30,2</b>  | <b>18,5</b>  | <b>76,4</b>  |                         | <b>688,2</b>  | <b>0,3</b> | <b>0,2</b>  | <b>0</b> | <b>0,4</b>  |

| C            | Na            | K              | Ca            | Mg            | P             | Fe          | I             | Se           | F             |
|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|---------------|-------------|---------------|--------------|---------------|
| MG           | MG            | MG             | MG            | MG            | MG            | MG          | MKG           | MKG          | MKG           |
| 0            | 198,71        | 71,73          | 141,11        | 9,59          | 54,27         | 0,98        | 27,69         | 0,08         | 15,89         |
| 0,56         | 189,88        | 205,96         | 29,68         | 57,64         | 129,35        | 1,23        | 15,38         | 16,55        | 92,07         |
| 1,21         | 5,55          | 63,88          | 4,15          | 5,51          | 10,74         | 0,23        | 0,81          | 0,2          | 4,06          |
| 0,04         | 0,68          | 20,76          | 66,08         | 3,83          | 7,18          | 0,73        | 0             | 0            | 0             |
| 0            | 199,6         | 37,2           | 8             | 5,6           | 26            | 0,44        | 1,28          | 2,4          | 5,8           |
| 0            | 0             | 0              | 0             | 0             | 0             | 0           | 0             | 0            | 0             |
| <b>1,81</b>  | <b>594,42</b> | <b>399,53</b>  | <b>249,02</b> | <b>82,17</b>  | <b>227,54</b> | <b>3,61</b> | <b>45,16</b>  | <b>19,23</b> | <b>117,82</b> |
| <b>1,81</b>  | <b>594,42</b> | <b>399,53</b>  | <b>249,02</b> | <b>82,17</b>  | <b>227,54</b> | <b>3,61</b> | <b>45,16</b>  | <b>19,23</b> | <b>117,82</b> |
| 0            | 1,5           | 3              | 2,4           | 0             | 3             | 0,02        | 0             | 0,1          | 0,28          |
| 13,61        | 215,71        | 833,1          | 52,65         | 37,64         | 112,63        | 1,38        | 37,95         | 1,04         | 57,05         |
| 2,46         | 104,28        | 383,95         | 47,38         | 50,42         | 188,12        | 0,95        | 129,24        | 11,08        | 568,34        |
| 1,16         | 1,26          | 30,23          | 67            | 4,56          | 8,52          | 0,77        | 0,01          | 0,02         | 0,7           |
| 0            | 299,4         | 55,8           | 12            | 8,4           | 39            | 0,66        | 1,92          | 3,6          | 8,7           |
| <b>17,23</b> | <b>622,15</b> | <b>1306,08</b> | <b>181,43</b> | <b>101,02</b> | <b>351,27</b> | <b>3,78</b> | <b>169,12</b> | <b>15,84</b> | <b>635,07</b> |
| <b>17,23</b> | <b>622,15</b> | <b>1306,08</b> | <b>181,43</b> | <b>101,02</b> | <b>351,27</b> | <b>3,78</b> | <b>169,12</b> | <b>15,84</b> | <b>635,07</b> |
| 0            | 199,26        | 292,48         | 62,15         | 160,21        | 241,32        | 5,4         | 29,7          | 4,69         | 21,41         |
| 0,56         | 189,88        | 205,96         | 29,68         | 57,64         | 129,35        | 1,23        | 15,38         | 16,55        | 92,07         |
| 0,3          | 4,46          | 10,27          | 3,69          | 1,03          | 4,27          | 0,13        | 0,63          | 0,15         | 2,6           |
| 0,04         | 0,68          | 20,76          | 66,08         | 3,83          | 7,18          | 0,73        | 0             | 0            | 0             |
| 0            | 399,2         | 74,4           | 16            | 11,2          | 52            | 0,88        | 2,56          | 4,8          | 11,6          |
| 0            | 0             | 0              | 0             | 0             | 0             | 0           | 0             | 0            | 0             |
| <b>0,9</b>   | <b>793,48</b> | <b>603,87</b>  | <b>177,6</b>  | <b>233,91</b> | <b>434,12</b> | <b>8,37</b> | <b>48,27</b>  | <b>26,19</b> | <b>127,68</b> |
| <b>0,9</b>   | <b>793,48</b> | <b>603,87</b>  | <b>177,6</b>  | <b>233,91</b> | <b>434,12</b> | <b>8,37</b> | <b>48,27</b>  | <b>26,19</b> | <b>127,68</b> |
| 0            | 3             | 6              | 4,8           | 0             | 6             | 0,04        | 0             | 0,2          | 0,56          |
| 6,61         | 115,31        | 395,16         | 14,96         | 21,05         | 55,57         | 0,89        | 19,7          | 0,23         | 33,4          |
| 0,02         | 0,4           | 11,87          | 64,18         | 2,18          | 4,09          | 0,42        | 0             | 0            | 0             |
| 0            | 399,2         | 74,4           | 16            | 11,2          | 52            | 0,88        | 2,56          | 4,8          | 11,6          |
| 10           | 26            | 278            | 16            | 9             | 11            | 2,2         | 2             | 0,3          | 8             |
| <b>16,63</b> | <b>543,91</b> | <b>765,43</b>  | <b>115,94</b> | <b>43,43</b>  | <b>128,66</b> | <b>4,43</b> | <b>24,26</b>  | <b>5,53</b>  | <b>53,56</b>  |
| <b>16,63</b> | <b>543,91</b> | <b>765,43</b>  | <b>115,94</b> | <b>43,43</b>  | <b>128,66</b> | <b>4,43</b> | <b>24,26</b>  | <b>5,53</b>  | <b>53,56</b>  |

|             |               |               |               |              |               |             |              |              |              |
|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 0,77        | 427,9         | 212,13        | 185,97        | 34,95        | 167,86        | 0,51        | 63,81        | 7,76         | 48,89        |
| 0           | 40,74         | 46,48         | 19,36         | 4,18         | 66,82         | 0,87        | 8            | 10,81        | 22           |
| 0,02        | 0,4           | 11,87         | 64,18         | 2,18         | 4,09          | 0,42        | 0            | 0            | 0            |
| 0           | 399,2         | 74,4          | 16            | 11,2         | 52            | 0,88        | 2,56         | 4,8          | 11,6         |
| <b>0,79</b> | <b>868,24</b> | <b>344,88</b> | <b>285,51</b> | <b>52,51</b> | <b>290,77</b> | <b>2,68</b> | <b>74,37</b> | <b>23,37</b> | <b>82,49</b> |
| <b>0,79</b> | <b>868,24</b> | <b>344,88</b> | <b>285,51</b> | <b>52,51</b> | <b>290,77</b> | <b>2,68</b> | <b>74,37</b> | <b>23,37</b> | <b>82,49</b> |

|             |               |               |               |              |               |            |              |              |               |
|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|
| 0           | 198,71        | 71,73         | 141,11        | 9,59         | 54,27         | 0,98       | 27,69        | 0,08         | 15,89         |
| 0,56        | 189,88        | 205,96        | 29,68         | 57,64        | 129,35        | 1,23       | 15,38        | 16,55        | 92,07         |
| 1,21        | 5,55          | 63,88         | 4,15          | 5,51         | 10,74         | 0,23       | 0,81         | 0,2          | 4,06          |
| 0,02        | 0,4           | 11,87         | 64,18         | 2,18         | 4,09          | 0,42       | 0            | 0            | 0             |
| 0           | 199,6         | 37,2          | 8             | 5,6          | 26            | 0,44       | 1,28         | 2,4          | 5,8           |
| 0           | 0             | 0             | 0             | 0            | 0             | 0          | 0            | 0            | 0             |
| <b>1,79</b> | <b>594,14</b> | <b>390,64</b> | <b>247,12</b> | <b>80,52</b> | <b>224,45</b> | <b>3,3</b> | <b>45,16</b> | <b>19,23</b> | <b>117,82</b> |
| <b>1,79</b> | <b>594,14</b> | <b>390,64</b> | <b>247,12</b> | <b>80,52</b> | <b>224,45</b> | <b>3,3</b> | <b>45,16</b> | <b>19,23</b> | <b>117,82</b> |

|             |               |               |               |               |               |             |              |              |               |
|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 0           | 3             | 6             | 4,8           | 0             | 6             | 0,04        | 0            | 0,2          | 0,56          |
| 2,95        | 363,58        | 479,07        | 94,27         | 135,41        | 291,89        | 2,51        | 49,72        | 34,42        | 211,65        |
| 0,02        | 0,4           | 11,87         | 64,18         | 2,18          | 4,09          | 0,42        | 0            | 0            | 0             |
| 0           | 399,2         | 74,4          | 16            | 11,2          | 52            | 0,88        | 2,56         | 4,8          | 11,6          |
| <b>2,97</b> | <b>766,18</b> | <b>571,34</b> | <b>179,25</b> | <b>148,79</b> | <b>353,98</b> | <b>3,85</b> | <b>52,28</b> | <b>39,42</b> | <b>223,81</b> |
| <b>2,97</b> | <b>766,18</b> | <b>571,34</b> | <b>179,25</b> | <b>148,79</b> | <b>353,98</b> | <b>3,85</b> | <b>52,28</b> | <b>39,42</b> | <b>223,81</b> |

|             |               |                |               |              |               |             |              |              |               |
|-------------|---------------|----------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 0           | 221,21        | 724,64         | 166,6         | 93,22        | 286,67        | 5,93        | 31,77        | 11,53        | 30            |
| 0,56        | 189,88        | 205,96         | 29,68         | 57,64        | 129,35        | 1,23        | 15,38        | 16,55        | 92,07         |
| 1,21        | 5,55          | 63,88          | 4,15          | 5,51         | 10,74         | 0,23        | 0,81         | 0,2          | 4,06          |
| 0,04        | 0,68          | 20,76          | 66,08         | 3,83         | 7,18          | 0,73        | 0            | 0            | 0             |
| 0           | 199,6         | 37,2           | 8             | 5,6          | 26            | 0,44        | 1,28         | 2,4          | 5,8           |
| 0           | 0             | 0              | 0             | 0            | 0             | 0           | 0            | 0            | 0             |
| <b>1,81</b> | <b>616,92</b> | <b>1052,44</b> | <b>274,51</b> | <b>165,8</b> | <b>459,94</b> | <b>8,56</b> | <b>49,24</b> | <b>30,68</b> | <b>131,93</b> |
| <b>1,81</b> | <b>616,92</b> | <b>1052,44</b> | <b>274,51</b> | <b>165,8</b> | <b>459,94</b> | <b>8,56</b> | <b>49,24</b> | <b>30,68</b> | <b>131,93</b> |

|              |               |                |               |               |               |            |              |              |               |
|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|
| 0            | 1,5           | 3              | 2,4           | 0             | 3             | 0,02       | 0            | 0,1          | 0,28          |
| 12,83        | 358,77        | 990,15         | 31,63         | 126           | 269,75        | 2,87       | 54,58        | 25,84        | 208,63        |
| 0,04         | 0,68          | 20,76          | 66,08         | 3,83          | 7,18          | 0,73       | 0            | 0            | 0             |
| 0            | 399,2         | 74,4           | 16            | 11,2          | 52            | 0,88       | 2,56         | 4,8          | 11,6          |
| 10           | 26            | 278            | 16            | 9             | 11            | 2,2        | 2            | 0,3          | 8             |
| <b>22,87</b> | <b>786,15</b> | <b>1366,31</b> | <b>132,11</b> | <b>150,03</b> | <b>342,93</b> | <b>6,7</b> | <b>59,14</b> | <b>31,04</b> | <b>228,51</b> |
| <b>22,87</b> | <b>786,15</b> | <b>1366,31</b> | <b>132,11</b> | <b>150,03</b> | <b>342,93</b> | <b>6,7</b> | <b>59,14</b> | <b>31,04</b> | <b>228,51</b> |

|            |               |               |               |              |               |             |              |              |              |
|------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 0,68       | 423,35        | 270,29        | 178,9         | 61,2         | 232,56        | 1,64        | 64,51        | 3,88         | 43,85        |
| 0          | 40,74         | 46,48         | 19,36         | 4,18         | 66,82         | 0,87        | 8            | 10,81        | 22           |
| 0,02       | 0,05          | 0,17          | 108,08        | 2,11         | 4,31          | 0,08        | 0            | 0            | 0            |
| 0          | 299,4         | 55,8          | 12            | 8,4          | 39            | 0,66        | 1,92         | 3,6          | 8,7          |
| <b>0,7</b> | <b>763,54</b> | <b>372,74</b> | <b>318,34</b> | <b>75,89</b> | <b>342,69</b> | <b>3,25</b> | <b>74,43</b> | <b>18,29</b> | <b>74,55</b> |
| <b>0,7</b> | <b>763,54</b> | <b>372,74</b> | <b>318,34</b> | <b>75,89</b> | <b>342,69</b> | <b>3,25</b> | <b>74,43</b> | <b>18,29</b> | <b>74,55</b> |

| C          | Na           | K        | Ca           | Mg           | P            | Fe         | I           | Se          | F            |
|------------|--------------|----------|--------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|
| МГ         | МГ           | МГ       | МГ           | МГ           | МГ           | МГ         | МКГ         | МКГ         | МКГ          |
| 6,75       | 694,91       | 0        | 216,08       | 113,41       | 315,64       | 4,85       | 64,14       | 22,88       | 179,32       |
| <b>6,8</b> | <b>694,9</b> | <b>0</b> | <b>216,1</b> | <b>113,4</b> | <b>315,6</b> | <b>4,9</b> | <b>64,1</b> | <b>22,9</b> | <b>179,3</b> |

