

<b>День: Понедельник</b>											
<b>Неделя: Первая</b>											
<b>Сезон: Осень-Зима</b>											
<b>Возрастная категория: Сад</b>											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
			Б	Ж	У		В <sup>1</sup>	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
185	Каша пшеничная молочная	200	4,32	5,71	30,87	192	0,14	0,02	-	12,62	1,04
395	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91	0,04	0,14	1,17	113,2	0,12
3	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,33	180	0,07	0,08	0,11	142,4	0,96
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>13,85</b>	<b>16,57</b>	<b>64,56</b>	<b>463</b>	<b>0,25</b>	<b>0,24</b>	<b>1,28</b>	<b>268,22</b>	<b>2,12</b>
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>10,0</b>	<b>16,0</b>	<b>2,2</b>
	<b>Обед</b>										
14	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,67	3,71	2,83	47	0,03	0,02	12,25	10,54	0,5
62	Щи из свежей капусты	200	1,74	4,88	8,48	85	0,05	0,04	18,46	43,32	0,79
277	Мясной гуляш	60	10,28	8,27	2,64	126	0,02	0,07	0,4	19,46	0,73
313	Гречка рассыпчатая	130	8,59	6,09	38,64	243	0,2	0,11	-	14,82	4,56
376	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,02	27,76	113	0,002	0,006	0,4	31,82	1,25
1	Хлеб	40	3,96	0,72	20,04	104	0,1	0,04	-	21,0	2,34
	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>25,68</b>	<b>23,69</b>	<b>100,39</b>	<b>718</b>	<b>0,402</b>	<b>0,286</b>	<b>31,51</b>	<b>140,96</b>	<b>10,17</b>
	<b>Полдник</b>										
313	Рис рассыпчатый	130	3,60	4,32	37,53	203	0,03	0,02	-	5,31	0,51
35	Салат из свеклы с яблоками	60	0,66	3,09	6,86	58	0,01	0,01	5,58	17,42	0,91
392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40	-	-	0,03	10	0,28
	<b>Итого:</b>	<b>370/10</b>	<b>4,32</b>	<b>7,43</b>	<b>54,38</b>	<b>301</b>	<b>0,04</b>	<b>0,03</b>	<b>5,61</b>	<b>32,73</b>	<b>1,7</b>
	<b>ИТОГО:</b>		<b>44,25</b>	<b>48,09</b>	<b>229,13</b>	<b>1526</b>	<b>0,722</b>	<b>0,576</b>	<b>48,4</b>	<b>457,91</b>	<b>16,19</b>

<b>День: Понедельник</b> <b>Неделя: Первая</b> <b>Сезон: Осень-Зима</b> <b>Возрастная категория: Ясли</b>											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
			Б	Ж	У		B <sup>1</sup>	B2	C	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
185	Каша пшеничная молочная	150	3,24	4,28	23,15	144	0,1	0,01	-	9,47	0,78
395	Кофейный напиток	150	2,34	2,0	10,63	70	0,03	0,11	0,98	94,3	0,62
3	Бутерброд с сыром	50	4,73	6,88	14,56	139	0,05	0,05	0,07	96,1	0,71
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>10,31</b>	<b>13,16</b>	<b>48,34</b>	<b>353</b>	<b>0,18</b>	<b>0,17</b>	<b>1,05</b>	<b>199,87</b>	<b>2,11</b>
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты	<b>95</b>	<b>0,32</b>	<b>0,24</b>	<b>8,24</b>	<b>36</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>4</b>	<b>15,2</b>	<b>1,84</b>
	<b>Обед</b>										
14	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,33	1,85	1,41	23	0,01	0,01	6,12	5,27	0,25
62	Щи из свежей капусты	150	1,04	2,93	5,08	51	0,03	0,02	11,07	25,99	0,47
277	Мясной гуляш	50	6,42	5,17	1,65	78	0,01	0,04	0,25	13,16	0,47
313	Гречка рассыпчатая	110	5,73	4,06	25,76	162	0,13	0,07	-	9,88	3,04
376	Компот из сухофруктов	180	0,33	0,01	20,82	85	0,001	0,004	0,3	23,86	0,93
1	Хлеб	30	1,98	0,36	10,02	52	0,05	0,02	-	10,5	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>15,83</b>	<b>14,38</b>	<b>64,74</b>	<b>451</b>	<b>0,231</b>	<b>0,164</b>	<b>17,74</b>	<b>88,66</b>	<b>6,33</b>
	<b>Полдник</b>										
313	Рис рассыпчатый	110	2,40	2,88	25,02	135	0,02	0,01	-	3,54	0,34
35	Салат из свеклы с яблоками	40	0,33	1,54	3,43	29	0,005	0,005	2,79	8,71	0,45
392	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28	-	-	0,02	8,0	0,19
	<b>Итого:</b>	<b>300/7</b>	<b>2,77</b>	<b>4,43</b>	<b>35,44</b>	<b>192</b>	<b>0,025</b>	<b>0,015</b>	<b>2,81</b>	<b>20,25</b>	<b>0,98</b>
	<b>ИТОГО:</b>		<b>29,23</b>	<b>32,21</b>	<b>156,76</b>	<b>1032</b>	<b>0,456</b>	<b>0,369</b>	<b>25,6</b>	<b>323,98</b>	<b>11,26</b>

День: Вторник Неделя: первая Сезон: Осень-Зима Возрастная категории: Сад											
№ рец.	Приём пищи,	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценн. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
	наименование блюда		Б	Ж	У		В <sup>1</sup>	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
185	Каша молочная пшеничная	200	4,14	4,94	31,5	187	0,1	0,04	-	17,37	1,79
394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	0,04	0,14	1,2	113,9	0,37
1	Бутерброд с маслом	45	3,06	9,44	18,27	170	0,06	0,04	-	11,62	0,77
	<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>7,26</b>	<b>14,4</b>	<b>59,76</b>	<b>397</b>	<b>0,16</b>	<b>0,08</b>	<b>0,03</b>	<b>38,99</b>	<b>2,84</b>
	<b>Обед:</b>										
20	Салат из свежей капусты с морковью	60	0,84	3,04	5,41	52	0,01	0,02	19,47	22,42	0,3
87	Суп рыбный	200	8,59	8,4	14,33	167	0,1	0,14	9,11	45,3	1,26
321	Картофельное пюре	150	2,65	4,16	17,71	118	0,12	0,09	15,73	32,04	0,87
282	Котлета мясная	80	12,42	9,42	12,85	185	0,08	0,13	0,12	34,8	1,2
372	Компот из яблок	180	0,16	0,16	23,88	97	0,01	0,008	1,72	14,48	0,94
1	Хлеб	40	3,96	0,72	20,04	104	0,1	0,04	-	21,0	2,34
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>28,62</b>	<b>25,9</b>	<b>94,22</b>	<b>723</b>	<b>0,42</b>	<b>0,428</b>	<b>46,15</b>	<b>170,04</b>	<b>6,91</b>
	<b>Полдник</b>										
205	Макароны отварные	150	6,65	4,07	31,88	190,5	0,07	0,03	-	5,62	1,33
53	Икра кабачковая	50	0,4	2,3	2,9	34,8	0,012	0,011	2,7	9,08	0,3
392	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	-	-	0,03	10	0,28
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>7,11</b>	<b>6,39</b>	<b>44,77</b>	<b>265,3</b>	<b>0,082</b>	<b>0,041</b>	<b>2,73</b>	<b>24,7</b>	<b>1,91</b>
	<b>ИТОГО:</b>		<b>42,99</b>	<b>46,69</b>	<b>198,75</b>	<b>1385,3</b>	<b>0,662</b>	<b>0,549</b>	<b>48,91</b>	<b>233,73</b>	<b>11,66</b>

<b>День: Вторник</b>											
<b>Неделя: первая</b>											
<b>Сезон: Осень-Зима</b>											
<b>Возрастная категория: Ясли</b>											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энер. Ценн. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
			Б	Ж	У		B <sup>1</sup>	B2	C	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
185	Каша молочная пшеничная	150	3,1	3,7	23,62	140	0,07	0,03	-	13,03	1,34
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	0,04	0,14	1,19	112	0,28
1	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03	-	9,3	0,62
	<b>Итого:</b>	<b>240/7</b>	<b>5,59</b>	<b>11,26</b>	<b>45,23</b>	<b>304</b>	<b>0,12</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>30,33</b>	<b>2,15</b>
	<b>Обед:</b>										
20	Салат из свежей капусты с морковью	40	0,42	1,52	2,7	26	0,005	0,01	9,73	11,21	0,15
87	Суп рыбный	150	5,15	5,04	8,59	100	0,06	0,08	5,46	27,18	0,76
321	Картофельное пюре	120	2,44	4,5	16,35	109	0,14	0,08	14,52	29,58	0,8
282	Котлета мясная	60	7,76	5,89	8,03	116	0,05	0,08	0,07	21,75	0,75
372	Компот из яблок	180	0,16	0,16	23,88	97	0,01	0,008	1,72	14,48	0,94
1	Хлеб	30	1,98	0,36	10,02	52	0,05	0,02	-	10,5	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>17,91</b>	<b>17,47</b>	<b>69,57</b>	<b>500</b>	<b>0,315</b>	<b>0,278</b>	<b>31,5</b>	<b>114,7</b>	<b>4,57</b>
	<b>Полдник</b>										
205	Макаронны отварные	120	5,5	4,2	26,4	165,5	0,058	0,029	-	4,8	1,1
53	Икра кабачковая	30	0,2	1,4	1,7	20,88	0,007	0,006	1,6	5,4	0,18
392	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,91	28	-	-	0,02	8	0,19
	<b>Итого:</b>	<b>300/7</b>	<b>5,74</b>	<b>5,61</b>	<b>35,01</b>	<b>214,38</b>	<b>0,065</b>	<b>0,035</b>	<b>1,62</b>	<b>18,2</b>	<b>1,47</b>
	<b>ИТОГО:</b>		<b>29,24</b>	<b>34,34</b>	<b>149,81</b>	<b>1018,38</b>	<b>0,5</b>	<b>0,373</b>	<b>33,14</b>	<b>163,23</b>	<b>8,19</b>

<b>День: Среда</b>											
<b>Неделя: Первая</b>											
<b>Сезон: Осень-Зима</b>											
<b>Возрастная категория: Сад</b>											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
			Б	Ж	У		В <sup>1</sup>	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
215	Омлет натуральный	150	17,35	31,06	3,48	326,31	0,11	0,71	0,35	144,9	3,55
392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40	-	-	0,03	10	0,28
1	Бутерброд с маслом	45	3,06	9,44	18,27	170	0,06	0,04	-	11,62	0,77
	<b>Итого:</b>	<b>380/10</b>	<b>20,47</b>	<b>40,52</b>	<b>31,74</b>	<b>536,31</b>	<b>0,17</b>	<b>0,75</b>	<b>0,38</b>	<b>166,52</b>	<b>4,6</b>
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты	<b>100</b>	<b>0,32</b>	<b>0,24</b>	<b>8,24</b>	<b>36</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>4</b>	<b>15,2</b>	<b>1,84</b>
	<b>Обед</b>										
10	Салат из зеленого горошка	50	0,8	3,7	5,06	56,88	0,03	0,02	6,15	13,92	0,5
80	Суп картофельный с крупой	200	2,79	3,28	12,8	92	0,08	0,06	6,87	34,52	0,79
205	Макароны отварные	150	6,65	4,07	31,88	190,5	0,07	-	-	5,62	1,33
277	Мясной гуляш	60	10,28	8,27	2,64	126	0,02	0,07	0,4	19,46	0,73
399	Сок	180	0,9	-	10,02	52	0,05	0,02	-	10,5	1,17
1	Хлеб	40	3,96	0,72	20,04	104	0,1	0,04	-	21	2,34
	<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>25,38</b>	<b>20,04</b>	<b>82,44</b>	<b>621,38</b>	<b>0,35</b>	<b>0,21</b>	<b>13,42</b>	<b>105,02</b>	<b>6,86</b>
	<b>Полдник</b>										
185	Каша рисовая молочная	200	4,14	4,94	31,5	187	0,1	0,04	-	17,37	1,79
392	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40	-	-	0,03	10	0,28
	<b>Итого:</b>	<b>380/10</b>	<b>4,2</b>	<b>4,96</b>	<b>41,49</b>	<b>227</b>	<b>0,1</b>	<b>0,04</b>	<b>0,03</b>	<b>27,37</b>	<b>2,07</b>
	<b>ИТОГО:</b>		<b>50,37</b>	<b>65,76</b>	<b>163,91</b>	<b>1420,69</b>	<b>0,64</b>	<b>1,02</b>	<b>17,83</b>	<b>314,11</b>	<b>15,37</b>

<b>День: Среда</b>											
<b>Неделя: Первая</b>											
<b>Сезон: Осень-Зима</b>											
<b>Возрастная категория: Ясли</b>											
№ рец.	Приём пищи,	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энер. Цен. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
	наименование блюда		Б	Ж	У		B <sup>1</sup>	B2	C	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
215	Омлет натуральный	130	13,88	24,85	2,78	289,85	0,09	0,57	0,27	115,9	2,84
392	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28	-	-	0,02	8,0	0,19
1	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03	-	9,3	0,62
	<b>Итого:</b>	<b>320/7</b>	<b>16,37</b>	<b>32,41</b>	<b>24,39</b>	<b>453,85</b>	<b>0,14</b>	<b>0,6</b>	<b>0,29</b>	<b>133,2</b>	<b>3,65</b>
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты	95	0,2	0,15	5,15	23	0,01	0,01	2,5	9,5	1,15
	<b>Обед</b>										
10	Салат из зеленого горошка	30	0,4	1,8	2,5	28,44	0,016	0,012	3,07	6,96	0,25
80	Суп картофельный с крупой	150	1,67	1,97	7,68	55	0,05	0,04	4,12	20,71	0,47
205	Макароны отварные	120	5,5	4,2	26,4	165,5	0,05	0,003	-	4,8	1,1
277	Мясной гуляш	50	6,42	5,17	1,65	78	0,01	0,04	0,25	13,16	0,47
399	Сок	150	0,75	-	19,05	79	0,03	0,06	6,0	30	0,3
1	Хлеб	30	2,39	0,42	10,1	54	0,06	0,02	-	11,35	1,3
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>17,13</b>	<b>13,56</b>	<b>67,38</b>	<b>459,94</b>	<b>0,216</b>	<b>0,175</b>	<b>13,44</b>	<b>86,98</b>	<b>3,89</b>
	<b>Полдник</b>										
185	Каша рисовая молочная	150	3,1	3,7	23,62	140	0,07	0,03	-	13,03	1,34
392	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28	-	-	0,02	8,0	0,19
	<b>Итого:</b>	<b>300/7</b>	<b>3,14</b>	<b>3,71</b>	<b>30,61</b>	<b>168</b>	<b>0,07</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>21,03</b>	<b>1,53</b>
	<b>ИТОГ:</b>		<b>36,84</b>	<b>49,83</b>	<b>127,53</b>	<b>1104,79</b>	<b>0,436</b>	<b>0,815</b>	<b>16,25</b>	<b>250,71</b>	<b>10,22</b>



<b>День: Четверг</b>											
<b>Неделя: Первая</b>											
<b>Сезон: Осень-Зима</b>											
<b>Возрастная категория: Ясли</b>											
№ рец.	Приём пищи,	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
	наименование блюда		Б	Ж	У		В <sup>1</sup>	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
168	Каша гречневая молочная	150	4,39	4,55	24,21	155	0,1	0,05	-	8,81	2,33
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	0,04	0,14	1,2	114,7	0,41
3	Бутерброд с сыром	50	4,73	6,88	14,56	139	0,05	0,05	0,07	96,1	0,71
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>12,27</b>	<b>14,15</b>	<b>51,73</b>	<b>383</b>	<b>0,19</b>	<b>0,24</b>	<b>1,27</b>	<b>219,61</b>	<b>3,45</b>
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты	95	0,32	0,24	8,24	36	0,02	0,02	4	15,2	1,84
	<b>Обед</b>										
	Свежие огурцы порц.	40	0,26	1,82	0,71	20	0,008	0,01	2,85	6,55	0,17
82	Борщ с картофелем	150	1,22	3,0	8,46	65	0,04	0,03	5,27	21,9	0,8
300	Плов из курицы	150	15,0	13,85	25,08	285	0,18	0,07	0,38	28,31	1,35
377	Компот из конс. фруктов	180	0,36	0,14	24,32	100	0,004	0,001	1,48	11,98	1,09
1	Хлеб	40	3,96	0,72	20,04	104	0,1	0,04	-	21	2,34
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>20,8</b>	<b>19,53</b>	<b>78,61</b>	<b>574</b>	<b>0,332</b>	<b>0,151</b>	<b>9,98</b>	<b>89,74</b>	<b>5,75</b>
	<b>Полдник</b>										
469	Булочка домашняя	50	3,8	6,4	29,9	192,5	0,05	0,02	-	8,82	0,36
392	Чай с сахаром	150/7	0,06	0,02	9,99	40	-	-	0,03	10	0,28
	<b>Итого:</b>	<b>200/7</b>	<b>3,86</b>	<b>6,42</b>	<b>39,89</b>	<b>235,5</b>	<b>0,387</b>	<b>0,02</b>	<b>0,03</b>	<b>18,82</b>	<b>0,64</b>
	<b>ИТОГ:</b>		<b>37,25</b>	<b>40,34</b>	<b>126,74</b>	<b>1228,5</b>	<b>0,929</b>	<b>0,431</b>	<b>15,28</b>	<b>343,37</b>	<b>11,68</b>





<b>День: Пятница</b> <b>Неделя: Первая</b> <b>Сезон: Осень-Зима</b> <b>Возрастная категория: Ясли</b>											
№ рец.	Приём пищи,	Масса порции	Пищ.вещ. (г)			Энер. Цен. (ккал)	Содержание витаминов и микроэлементов				
	Наименование блюда		Б	Ж	У		B1	B <sup>2</sup>	С	Ca	Fe
1	2	3	5	4	6	7	8	9	10	15	16
	<b>Завтрак:</b>										
416	Каша молочная манная с маслом	150	2,25	3,58	19,72	120	0,03	0,01	-	6,19	0,24
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	0,04	0,14	1,19	112	0,28
1	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03	-	9,3	0,62
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>7,35</b>	<b>13,46</b>	<b>45,65</b>	<b>333</b>	<b>0,12</b>	<b>0,18</b>	<b>1,19</b>	<b>127,49</b>	<b>1,14</b>
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты	95	0,75	0,25	10,5	47	0,02	0,02	5	4	0,3
	<b>Обед:</b>										
81	Суп гороховый	150	3,29	3,16	9,79	80	0,13	0,04	3,48	22,84	1,21
265	Котлеты рыбные	60	5,2	2,3	6,02	66	0,04	0,04	0,9	24,0	0,5
321	Картофельное пюре	120	2,44	4,5	16,35	109	0,14	0,08	14,52	29,58	0,8
374	Компот из кураги	180	0,33	0,07	25,49	103	0,01	0,01	9,67	17,64	0,18
1	Хлеб	30	2,39	0,42	10,1	54	0,06	0,02	-	11,35	1,3
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>13,98</b>	<b>11,99</b>	<b>71,18</b>	<b>441</b>	<b>0,385</b>	<b>0,195</b>	<b>31,36</b>	<b>114,12</b>	<b>4,14</b>
	<b>Полдник.</b>										
231	Сырники из творога (замена суп молочный с макар.изделиями)	130	28	19	17,1	351	0,1	0,4	0,37	233,7	1,15
376	Чай с сахаром	150/7	0,33	0,01	20,82	85	0,001	0,004	0,3	23,6	0,93
	<b>Итого:</b>	<b>280/7</b>	<b>28,33</b>	<b>19,01</b>	<b>37,92</b>	<b>436</b>	<b>0,101</b>	<b>0,404</b>	<b>0,67</b>	<b>257,30</b>	<b>2,08</b>
	<b>ИТОГ:</b>		<b>50,41</b>	<b>44,71</b>	<b>165,25</b>	<b>1257</b>	<b>0,626</b>	<b>0,799</b>	<b>38,22</b>	<b>502,91</b>	<b>7,96</b>

УТВЕРЖДЕНО  
приказом по МБОУ «ООШ» с.Усть-Лыжа  
от 26.08.2024 г № 197  
Директор  
\_\_\_\_\_ Беляева Л.Ю

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа» с.Усть-Лыжа

**Примерное 10 - дневное меню  
в пищевой ценности приготовленных блюд**

2024-2025 у.г