

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 2»

Основное десятидневное меню 3-7 лет

г. Артемовский

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180	5,85	5,01	24,48	272,36	11/4
	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
	Хлеб с маслом	40	3,12	5,16	18,80	12,8	1/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,67	12,78	55,34	365,26	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	190	0,78	0,15	24,89	92,5	02
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0,78	0,15	24,89	92,5	
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	50	0,50	5,00	1,75	54,17	15/1
	Рассольник домашний со сметаной	200	4,44	7,66	9,26	124,26	10/2
	Плов из мяса говядины	200	12,44	16,04	36,78	239,37	4/8
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	22,9	29,38	95,79	632,5	
ПОЛДНИК	Пряники	50	2,40	1,40	22,56	105,08	10
	Молоко кипяченое	200	7,73	8,54	13,16	165,78	5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	10,13	9,94	35,72	270,86	
УЖИН	Котлеты рубленные из птицы	70	6,08	7,36	11,24	125,89	98
	Капуста тушеная	150	3,69	7,53	16,00	93,58	369a
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,06	0,02	9,18	42,1	392

	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		470	13,78	15,41	60,57	368,37	
УЖИН 2	Кисло-молочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2255	66,01	67,78	281,31	1819,49	
День 2							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	170	10,19	9,12	31,24	231,27	9/5
	Молоко сгущённое	25	1,75	1,98	2,38	33,75	10
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
	Хлеб с сыром	40	2,54	3,86	18,66	122,63	3/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	15,98	16,56	62,62	449,65	
ЗАВТРАК 2	Груши Свежие	276	0,77	0,57	19,70	88,89	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		276	0,77	0,57	19,7	88,89	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	50	0,58	3,23	1,22	37,5	7/1
	Борщ с фасолью и сметаной	200	5,99	7,02	9,24	127,15	3/2
	Биточки (котлеты) из мяса кур	70	7,04	7,02	10,16	115,47	5/9
	Соус красный основной	25	0,17	0,77	1,72	17,57	759
	Рис отварной	150	3,25	4,09	18,15	131,95	45/3
	Компот из кураги и изюма	200	0,30	0,00	18,40	49,47	4/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	22,35	22,81	88,59	621,81	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	50	4,64	5,43	25,14	162,26	17-2/12
	Чай с молоком или сливками	200	2,96	3,61	12,29	98,88	394
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,6	9,04	37,43	261,14
УЖИН	Бефстроганов из отварного мяса говядины (вариант 2)	70	5,08	5,78	5,41	98,74	8/8
	Пюре картофельное	150	3,83	5,74	12,61	104,04	362
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	16,24	57,74	436
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		470	12,94	12,02	58,41	367,32	
УЖИН 2	Кисломолочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4

ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2421	66,39	61,12	275,75	1878,81	
День 3							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,76	5,28	20,48	161,8	8/4
	Какао с молоком	180	3,51	3,01	19,54	101,5	14/10
	Хлеб с маслом и сыром	50	8,34	8,82	23,50	201,34	4/13
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	17,61	17,11	63,52	464,64	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	190	0,78	0,15	24,89	104,5	02
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		190	0,78	0,15	24,89	104,5	
ОБЕД	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	50	0,58	4,54	5,09	42,65	13/1
	Суп-пюре гороховый	200	3,20	3,38	12,40	96	29/2
	Гренки (сухарики)	20	1,72	0,16	9,74	52,6	34/2
	Котлета "Здоровье"	70	10,04	8,71	5,81	115,33	99
	Картофельное пюре	150	3,72	5,04	15,68	118,8	3/3
	Компот из сухофруктов и шиповника	180	0,00	0,00	18,10	71	7/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	24,28	22,51	96,52	639,08	
ПОЛДНИК	Баранка простая	50	2,68	1,23	24,10	105,5	6/н
	Молоко кипяченое	200	7,73	8,54	13,16	165,78	5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	10,41	9,77	37,26	271,28	
УЖИН	Рыба отварная под маринадом	80	5,68	5,51	4,62	98,56	2/7
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	5,52	8,15	45,36	85,52	44/3
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	180	0,00	0,00	18,10	71	6/н
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		460	15,15	14,16	92,23	361,88	
УЖИН 2	Кисло-молочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2275	74,98	63,82	323,42	1931,38	
День 4							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,30	5,10	27,50	158	5/4

	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
	Хлеб с маслом и яйцом	50	8,16	8,34	23,67	199,01	2/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	16,16	16,05	63,23	437,11	
ЗАВТРАК 2	Банан	164	1,37	0,47	19,77	90	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		164	1,37	0,47	19,77	90	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растительным маслом	50	0,92	4,25	6,16	67,5	34/1
	Уха рыбацкая	200	5,09	3,58	7,90	84,46	30/2
	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	200	11,45	13,26	19,93	264,56	329
	Компот из яблок и изюма	200	0,30	0,00	22,52	71	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	22,78	21,77	86,21	630,22	
ПОЛДНИК	Суфле творожное	120	10,49	9,46	23,93	226,22	19/5
	Чай	200	0,00	0,00	12,10	35	10/10
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	10,49	9,46	36,03	261,22	
УЖИН	Азу	200	10,34	14,52	18,36	148,51	370
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	24,60	108,92	305
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		450	14,39	15,12	67,11	364,23	
УЖИН 2	Кисломолочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2309	71,94	62,99	281,35	1872,78	
День 5							
ЗАВТРАК	Омлет с морковью	150	9,12	7,38	20,86	273,48	307
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
	Хлеб с маслом	50	3,90	7,17	23,50	16	1/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	14,52	16,15	54,7	351,48	
ЗАВТРАК 2	Апельсины	164	1,87	0,42	16,91	89,77	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		164	1,87	0,42	16,91	89,77	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	50	0,34	4,91	1,16	50	14/1
	Суп-лапша на курином бульоне	200	5,56	6,08	10,74	112,9	20/2
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	70	8,04	6,83	5,12	118,12	14/8
	Рагу из овощей с соусом молочным	150	3,72	5,35	20,81	142,8	19/3

	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,30	72	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	23,18	23,85	86,83	638,52	
ПОЛДНИК	Печенье овсяное	50	1,62	3,60	17,95	175,28	6/н
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	9,20	36	11/10
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	1,72	3,6	27,15	211,28	
УЖИН	Гуляш из мяса говядины	70	8,20	10,26	3,18	111,29	11/8
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	150	3,76	5,26	18,75	85,59	10/4
	Напиток клюквенный	200	0,10	0,04	20,68	64,9	257
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		470	16,01	16,06	66,76	368,58	
УЖИН 2	Кисло-молочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2249	64,05	60,2	261,35	1749,63	
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	200	5,10	6,90	24,70	172	18/4
	Какао с молоком	180	3,51	4,15	18,25	121,5	14/10
	Хлеб с сыром	50	8,16	4,84	23,33	153,34	3/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	16,77	15,89	66,28	446,84	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	162	0,66	0,12	21,22	90	02
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		162	0,66	0,12	21,22	90	
ОБЕД	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50	1,08	5,26	1,41	60	19/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,14	4,89	5,88	87,02	6/2
	Печень по-строгановски	70	5,92	4,22	1,75	121,08	9/8
	Горошница	150	7,42	7,49	33,07	150,63	2
	Компот из кураги и изюма	200	0,30	0,00	15,42	71	4/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	23,88	22,54	87,23	632,43	
ПОЛДНИК	Шанежка с картофелем	70	3,39	2,13	24,73	125,12	572
	Молоко кипяченое	200	7,73	8,54	11,16	145,78	5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	11,12	10,67	35,89	270,9	

УЖИН	Кнели рыбные паровые	80	9,11	7,28	4,00	101,12	10/7
	Рагу из овощей	150	2,59	6,45	16,20	87,19	18/3
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	180	0,00	0,00	57,00	71	406
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		460	15,65	14,23	101,35	366,11	
УЖИН 2	Кисломолочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2287	74,83	63,57	320,97	1896,28	
День 7							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6,32	5,98	29,21	172,32	14/4
	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
	Хлеб с маслом и яйцом	50	8,16	8,34	23,67	199,01	2/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	17,18	16,93	64,94	451,43	
ЗАВТРАК 2	Яблоки	200	0,54	0,54	13,04	89,5	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,54	0,54	13,04	89,5	
ОБЕД	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0,67	2,50	9,84	48,33	12/1
	Суп фасолевый	200	5,60	4,36	9,80	104,23	32/2
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	200	15,05	13,85	35,00	336,25	36/8
	Соус сметанный	25	0,29	1,82	1,04	21,95	6/11
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		705	24,09	22,89	84	632,26	
ПОЛДНИК	Бублик	50	8,00	7,50	19,23	168	6/н
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	17,24	99,08	436
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,08	7,5	36,47	267,08	
УЖИН	Тефтели из мяса говядины	80	11,40	9,70	7,50	101,53	20/8
	Макаронные изделия отварные	150	6,64	5,02	37,17	88,91	43/3
	Компот из сухофруктов и шиповника	180	0,36	0,09	16,29	63,9	406
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		460	22,35	15,31	85,11	361,14	

УЖИН 2	Кисло-молочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2270	78,99	63,29	292,56	1891,41	
День 8							
ЗАВТРАК	Пудинг из творога	160	9,12	7,66	29,57	269,15	17/5
	Кофейный напиток с молоком	190	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
	Хлеб с маслом	50	2,51	2,96	13,50	16	1/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	14,33	13,23	55,13	365,25	
ЗАВТРАК 2	Банан	164	1,37	0,47	19,77	90	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		164	1,37	0,47	19,77	90	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50	0,67	4,16	3,41	53,33	20/1
	Суп-пюре из картофеля	200	2,50	4,60	8,80	82	25/2
	Гренки (сухарики)	20	1,72	0,16	9,74	52,6	34/2
	Тефтели рыбные	70	5,05	4,81	6,45	85,34	146
	Рис отварной	150	4,45	6,91	22,51	144,89	45/3
	Компот из сухофруктов и шиповника	200	0,40	0,10	15,10	71	7/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	19,81	21,42	95,71	631,86	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с творогом	70	5,82	2,77	42,06	123,54	10/12
	Молоко кипяченое	200	7,73	8,54	11,16	145,78	5
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	13,55	11,31	53,22	269,32
УЖИН	Бефстроганов из отварного мяса говядины	70	7,91	11,78	4,96	112,56	7/8
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,90	8,15	41,16	93,25	44/3
	Чай с вареньем или джемом	200	0,16	0,00	9,42	51,96	1
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		470	20,92	20,43	79,69	364,57	
УЖИН 2	Кисло-молочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2289	76,73	66,98	312,52	1811	
День 9							

ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,50	10,20	31,20	206	15/4
	Чай с молоком	200	1,50	1,60	10,34	62	12/10
	Хлеб с сыром	50	8,16	4,84	23,33	173,34	3/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		450	16,16	16,64	64,87	441,34	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	162	0,66	0,12	21,22	90	02
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		162	0,66	0,12	21,22	90	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	50	0,55	3,04	1,88	37,05	27
	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	5,52	4,27	8,53	118,43	31/2
	Мясо кур отварное (порц., без кости)	70	7,22	6,38	0,15	144,21	1/9
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	150	3,73	6,84	26,16	93,48	440
	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,50	0,20	18,20	93	529
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	22,54	21,41	84,62	628,87	
ПОЛДНИК	Печенье	50	7,75	7,69	37,45	102,54	10
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	200	0,00	0,00	76,00	170,6	406
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,75	7,69	113,45	273,14	
УЖИН	Зразы или рулет из говядины	80	8,76	11,98	8,60	109,36	18/8
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	150	2,55	4,56	13,54	81,24	10/4
	Кисель из сухофруктов	180	0,90	0,09	15,14	71,5	9/10
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		460	16,16	17,13	61,43	368,9	
УЖИН 2	Кисломолочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
ИТОГО ЗА УЖИН 2		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2337	70,02	63,11	354,59	1892,25	
День 10							
ЗАВТРАК	Картофель в молоке	200	4,54	5,20	25,06	157,17	2/3
	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	13/10
	Хлеб с маслом и яйцом	50	8,16	10,34	23,67	212,66	2/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	15,4	18,15	60,79	449,93	

ЗАВТРАК 2	Мандарины с сахаром	145	0,78	0,18	20,47	90	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		145	0,78	0,18	20,47	90	
ОБЕД	Огурец солёный	50	0,32	0,04	0,68	5,2	10
	Суп "Волна" на курином бульоне	200	6,35	7,76	9,13	152,25	37/2
	Жаркое по-домашнему	20	12,20	14,36	19,30	252	3/8
	Компот из яблок и кураги	200	0,30	0,00	18,40	71	1/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	40	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	24,19	22,84	77,21	623,15	
ПОЛДНИК	Бублик	50	5,00	6,10	19,23	142,23	б/н
	Йогурт	200	4,69	2,67	17,00	123,41	536
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,69	8,77	36,23	265,64	
УЖИН	Мясо кур отварное в соусе	80	5,69	10,48	1,68	124,61	2/9
	Гарнир овощной сборный	150	7,17	5,60	23,90	101,23	36/3
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	9,20	36	11/10
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	12
ИТОГО ЗА УЖИН		480	16,91	16,58	58,93	368,64	
УЖИН 2	Кисло-молочные продукты (витаминизированные)	225	6,75	0,12	9,00	90	4
		225	6,75	0,12	9	90	
ИТОГО ЗА УЖИН 2		2340	73,72	66,64	262,63	1887,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2340	73,72	66,64	262,63	1887,36	23,5
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ЗАВТРАК:		421,5	15,6	15,9	61,1	422,3	5,0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 2 ЗАВТРАК:		181,7	1,0	0,3	20,2	90,5	35,1
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ОБЕД:		722	23,0	23,1	88,3	631,1	15,0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПОЛДНИК:		261	9,1	8,8	44,9	269,5	20,3
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА УЖИН:		465	16,4	15,6	73,2	366,0	5,0
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 2 УЖИН:		225	6,8	0,1	9,0	90,0	103,8
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2276,2	71,8	64,0	296,6	1869,3	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 135955613336665976574499022560335136778487908082

Владелец Соколова Юлия Анатольевна

Действителен с 19.06.2023 по 18.06.2024