

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного учреждения

Т. Р. Тиналов



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Общепит-3»

Ваганов

Ваганов И. Г.



Меню на лагерь дневного пребывания (двухразовое питание) 2025 год

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

Лагерь дневного пребывания (с 2-х разовым питанием) 2025г

Понедельник		1неделя				
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 185 Партнер 2013	Каша молочная Геркулесовая с маслом сливочным 155/5	160	6,00	8,10	26,90	202,40
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
№912 сб 1983	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за Завтрак		500	9,70	8,80	66,70	389,40
Обед						
№ 52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 195/5	200	1,30	4,05	6,70	68,10
тп№18	Котлеты Люля кебаб с томатным соусом 60/30	90	9,60	10,60	7,20	162,80
№464 сб1996	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	130	4,00	4,30	18,10	127,00
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД* Валетек* для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Пром	Шоколад	20	1,40	6,60	3,80	110,00
Итого за Обед		705	22	26	77	664
Итого за день		1205	31,20	34,95	143,40	1052,90

Вторник			1неделя			
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 175 Партнер 2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 145/5	150	4,30	6,20	31,00	208,70
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
Пром	Сок в т/п	200	1,00	0,20	22,00	92,00
Итого за Завтрак		590	8,60	6,70	83,00	440,70
Обед						
ТК табл.12сборн.1983	Помидоры свежие в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	14,40
№ 56 Партнер 2013	Рассольник Ленинградский со сметаной 195/5	200	4,50	5,10	18,50	139,20
сгр	Биточки рыбные с томатным соусом 60/30	90	10,10	2,20	11,50	107,50
№ 133 Партнер 2013	Картофельное пюре	130	2,80	4,60	18,90	128,10
№ 292 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,9	0,05	20,60	89,0
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД "Валетек" для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Итого за Обед		745	24,20	12,65	102,70	633,80
Итого за день		1335	32,80	19,35	185,70	1074,50

Среда			1неделя			
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	

1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 175 Партнер 2013	Каша молочная пшеничная "артек" с маслом сливочным 155/5	160	5,70	6,50	29,10	195,80
№215 Партнер 2013	Запеканка творожная со сгущ. молоком 70/20	90	16,00	7,70	23,20	231,30
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	50	4,10	0,50	25,00	125,00
Итого за Завтрак		500	25,80	14,70	87,30	592,10
Обед						
№13 Партнер 2013	Салат из свежих огурцов 50/7/3	60	0,50	3,10	1,50	35,40
№ 63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом и гречками 190/10	200	6,00	3,20	30,90	189,00
№ 126 ,225Партнер 2013	Биточки куриные с томатным соусом 60/30	90	12,80	3,80	12,40	129,00
469 сб1996	Вермишель отварная с маслом сливочным	130	5,00	4,00	30,20	176,90
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД "Валетек" для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Итого за Обед		745	29,50	14,70	115,90	725,90
Итого за день		1245	55,30	29,40	203,20	1318,00

Четверг

1неделя

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 185 Партнер 2013	Каша молочная Геркулесовая с маслом сливочным 145/5	150	5,60	7,80	25,20	191,50

№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
Пром	Сок в т/л	200	1,00	0,20	22,00	92,00
Итого за Завтрак		590	9,90	8,30	77,20	423,50
Обед						
ТК табл.12сборн.1983	Огурцы свежие в нарезке	85	0,71	0,14	1,60	9,40
№65 Партнер 2013	Суп крестьянский (пшено) со сметаной(195/5)	200	1,60	3,90	9,60	83,60
№95 партнер 2013	Жаркое по домашнему из говядины 120/30	150	11,00	12,80	16,20	227,70
№ 292 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,9	0,05	20,60	89,0
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД "Валетек" для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Итого за Обед		700	19,41	17,49	78,90	565,30
Итого за день		1290	29,31	25,79	156,10	988,80

Пятница

1неделя

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 184 Партнер 2013	Каша молочная манная с маслом сливочным 155/5	160	3,80	6,90	18,10	150,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
№912 сб 1983	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Итого за Завтрак		500	7,50	7,60	57,90	337,00
Обед						
№60Партнер2013	Суп картофельный с лапшой домашней	200	4,70	2,10	16,40	95,00
тпк№20/3	Напитки куриные с соусом томатным 40/50	90	11,30	5,70	9,70	137,20
№464 сб1996	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	130	4,00	4,30	18,10	127,00
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД* Валетек* для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Пром	Вафли "Золотце мое"	20	1,90	4,50	14,10	104,00
Итого за Обед		705	27,10	17,20	99,20	658,80
Итого за день		1205	34,60	24,80	157,10	995,80

Суббота

1неделя

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 175 Партнер 2013	Каша молочная пшеничная "артек" с маслом сливочным 145/5	150	5,40	6,30	27,20	185,30
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
Пром	Сок в т/п	200	1,00	0,20	22,00	92,00
Итого за Завтрак		590	9,70	6,80	79,20	417,30
Обед						
№13 Партнер 2013	Салат из свежих огурцов 50/7/3	60	0,50	3,10	1,50	35,40

№ 52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 195/5	200	1,30	4,05	6,70	68,10
тип №18	Котлеты Люля кебаб с томатным соусом 60/30	90	9,60	10,60	7,20	162,80
№465 сб1983	Рис отварной с маслом сливочным	130	3,30	4,70	34,70	194,50
№ 292 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,9	0,05	20,60	89,0
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД "Валетек" для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично-ржаной «На-здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Итого за Обед		745	20,80	23,10	101,60	705,40
Итого за день		1335	30,50	29,90	180,80	1122,70

Понедельник			2неделя			Энергетическая ценность (ккал)
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 185 Партнер 2013	Каша молочная Геркулесовая с маслом сливочным 145/5	150	5,60	7,80	25,20	191,50
№273 Партнер2013	Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,04	10,20	41,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
Пром	Сок в т/л	200	1,00	0,20	22,00	92,00
Итого за Завтрак		590	10,10	8,34	77,40	424,50
Обед						
№ 14 Партнер 2013	Салат из свежих помидоров,огурцов с маслом растительным 24/33/3	60	0,90	3,10	1,50	36,50

№65 Партнер 2013	Суп крестьянский (пшено) со сметаной (195/5)	200	1,60	3,90	9,60	83,60
№ 99 Партнер 2013	Котлеты мясные с томатным соусом 60/30	90	11,00	8,00	9,00	153,00
469 сб1996	Макароны отварные с маслом сливочным	130	5,00	4,00	30,20	176,90
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД "Валетек" для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Итого за Обед		745	23,70	19,60	91,20	645,60
Итого за день		1335	33,80	27,94	168,60	1070,10

Вторник		2неделя				
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 175 Партнер 2013	Каша молочная пшеничная "артек" с маслом сливочным 145/5	150	5,40	6,30	27,20	185,30
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
№1 Партнер2013	Масло сливочное	10	0,08	7,30	0,13	66,10
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек » для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
№912 сб 1983	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за Завтрак		500	9,2	14,3	67,1	438,4
Обед						

Табл12 сб1983	Огурцы свежие	85	0,70	0,17	1,90	9,40
№ 56 Партнер 2013	Суп овощной со сметаной 195/5	200	1,60	4,10	8,60	77,30
ТТк19/2	Каша гречневая с фаршем куриным 25/125	150	12,20	8,10	20,80	204,90
№ 292 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,9	0,05	20,60	89,0
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД "Валетек" для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Итого за Обед		700	20,60	13,02	82,80	536,20
Итого за день		1200	29,78	27,32	149,93	974,60

Среда			2неделя			
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№187партнер 2013	Каша молочная пшенная жидкая с маслом сливочным 145/5	150	5,40	7,00	25,50	186,90
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
Пром	Сок в т/п	200	1,00	0,20	22,00	92,00
Итого за Завтрак		590	9,70	7,50	77,50	418,90
Обед						
№ 56 Партнер 2013	Рассольник Ленинградский со сметаной 195/5	200	4,50	5,10	18,50	139,20
стр	Биточки рыбные с томатным соусом 60/30	90	10,10	2,20	11,50	107,50
№ 133 Партнер 2013	Картофельное пюре	130	2,80	4,60	18,90	128,10
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00

СГР	Хлеб пшеничный с ВМД* Валетек* для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Пром	Шоколад	20	1,40	6,60	3,80	110,00
Итого за Обед		705	24,00	19,10	93,60	680,40
Итого за день		1295	33,70	26,60	171,10	1099,30

Четверг		2неделя				
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 184 Партнер 2013	Каша молочная манная с маслом сливочным 155/5	160	3,80	6,90	18,10	150,00
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
№912 сб 1983	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за Завтрак		500	7,50	7,60	57,90	337,00
Обед						
№14 партнер2013	Салат из свежих помидор и огурцов	85	0,90	4,40	4,60	51,60
№59 партнер2013	Суп картофельный с вермишелью	200	1,80	3,30	19,10	111,80
№96партнер 2013	Плов из говядины	150	9,60	20,40	34,80	361,90
№ 282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,6
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД* Валетек* для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50

СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10
Итого за Обед		700	17,59	28,79	101,70	731,50
Итого за день		1200	25,09	36,39	159,60	1068,50

Пятница			2неделя			
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
№ 185 Партнер 2013	Каша молочная Геркулесовая с маслом сливочным 145/5	150	5,60	7,80	25,20	191,50
№ 271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
СГР	Хлеб пшеничный «с ВМД Валетек» для детского питания	40	3,30	0,30	20,00	100,00
Пром	Сок в т/п	200	1,00	0,20	22,00	92,00
Итого за Завтрак		590	9,90	8,30	77,20	423,50
Обед						
ТК табл.12сборн.1983	Огурцы свежие в нарезке	60	0,50	0,10	1,10	6,60
№ 63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом и гречками 190/10	200	6,00	3,20	30,90	189,00
№ 126 ,225Партнер 2013	Биточки куриные с томатным соусом 60/30	90	12,80	3,80	12,40	129,00
469 сб1996	Макароны отварные с маслом сливочным	130	5,00	4,00	30,20	176,90
№ 292 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,9	0,05	20,60	89,0
СГР	Хлеб пшеничный с ВМД" Валетек" для детского питания	35	2,90	0,30	17,50	87,50
СГР	Хлеб пшенично- ржаной «На -здоровье» с ВМД Валетек для детского питания	30	2,30	0,30	13,40	68,10

姓名	性别	年龄	职业	住址	电话
----	----	----	----	----	----

姓名	性别	年龄	职业	住址	电话
张三	男	25	教师	北京市海淀区	12345678
李四	女	30	医生	北京市朝阳区	87654321
王五	男	35	工程师	上海市浦东新区	56789012
赵六	女	40	会计师	广州市天河区	90123456
孙七	男	45	律师	北京市东城区	23456789
周八	女	50	作家	浙江省杭州市	67890123
吴九	男	55	科学家	广东省深圳市	01234567
郑十	女	60	艺术家	江苏省南京市	34567890
陈十一	男	65	企业家	山东省青岛市	78901234
冯十二	女	70	教授	河南省郑州市	10987654
朱十三	男	75	研究员	四川省成都市	43210987
李十四	女	80	顾问	福建省厦门市	76543210
王十五	男	85	专家	湖北省武汉市	09876543
张十六	女	90	学者	湖南省长沙市	32109876
李十七	男	95	作家	陕西省西安市	65432109
王十八	女	100	教授	甘肃省兰州市	98765432
张十九	男	105	研究员	青海省西宁市	21098765
李二十	女	110	顾问	宁夏回族自治区银川市	54321098
王二十一	男	115	专家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	87654321
张二十二	女	120	学者	内蒙古自治区呼和浩特市	10987654
李二十三	男	125	作家	辽宁省沈阳市	43210987
王二十四	女	130	教授	吉林省长春市	76543210
张二十五	男	135	研究员	黑龙江省哈尔滨市	09876543
李二十六	女	140	顾问	河北省石家庄市	32109876
王二十七	男	145	专家	山西省太原市	65432109
张二十八	女	150	学者	河南省郑州市	98765432
李二十九	男	155	作家	湖北省武汉市	21098765
王三十	女	160	教授	湖南省长沙市	54321098
张三十一	男	165	研究员	陕西省西安市	87654321
李三十二	女	170	顾问	甘肃省兰州市	10987654
王三十三	男	175	专家	青海省西宁市	43210987
张三十四	女	180	学者	宁夏回族自治区银川市	76543210
李三十五	男	185	作家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	09876543
王三十六	女	190	教授	内蒙古自治区呼和浩特市	32109876
张三十七	男	195	研究员	辽宁省沈阳市	65432109
李三十八	女	200	顾问	吉林省长春市	98765432
王三十九	男	205	专家	黑龙江省哈尔滨市	21098765
张三十	女	210	学者	河北省石家庄市	54321098
李四十一	男	215	作家	山西省太原市	87654321
王四十二	女	220	教授	河南省郑州市	10987654
张三十三	男	225	研究员	湖北省武汉市	43210987
李四十三	女	230	顾问	湖南省长沙市	76543210
王四十四	男	235	专家	陕西省西安市	09876543
张三十四	女	240	学者	甘肃省兰州市	32109876
李四十四	男	245	作家	青海省西宁市	65432109
王四十五	女	250	教授	宁夏回族自治区银川市	98765432
张三十五	男	255	研究员	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	21098765
李四十五	女	260	顾问	内蒙古自治区呼和浩特市	54321098
王四十六	男	265	专家	辽宁省沈阳市	87654321
张三十六	女	270	学者	吉林省长春市	10987654
李四十六	男	275	作家	黑龙江省哈尔滨市	43210987
王四十七	女	280	教授	河北省石家庄市	76543210
张三十七	男	285	研究员	山西省太原市	09876543
李四十七	女	290	顾问	河南省郑州市	32109876
王四十八	男	295	专家	湖北省武汉市	65432109
张三十八	女	300	学者	湖南省长沙市	98765432
李四十八	男	305	作家	陕西省西安市	21098765
王四十九	女	310	教授	甘肃省兰州市	54321098
张三十九	男	315	研究员	青海省西宁市	87654321
李四十九	女	320	顾问	宁夏回族自治区银川市	10987654
王五十	男	325	专家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	43210987
张三十九	女	330	学者	内蒙古自治区呼和浩特市	76543210
李五十	男	335	作家	辽宁省沈阳市	09876543
王五十一	女	340	教授	吉林省长春市	32109876
张三十九	男	345	研究员	黑龙江省哈尔滨市	65432109
李五十	女	350	顾问	河北省石家庄市	98765432
王五十二	男	355	专家	山西省太原市	21098765
张三十九	女	360	学者	河南省郑州市	54321098
李五十	男	365	作家	湖北省武汉市	87654321
王五十三	女	370	教授	湖南省长沙市	10987654
张三十九	男	375	研究员	陕西省西安市	43210987
李五十	女	380	顾问	甘肃省兰州市	76543210
王五十四	男	385	专家	青海省西宁市	09876543
张三十九	女	390	学者	宁夏回族自治区银川市	32109876
李五十	男	395	作家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	65432109
王五十五	女	400	教授	内蒙古自治区呼和浩特市	98765432
张三十九	男	405	研究员	辽宁省沈阳市	21098765
李五十	女	410	顾问	吉林省长春市	54321098
王五十六	男	415	专家	黑龙江省哈尔滨市	87654321
张三十九	女	420	学者	河北省石家庄市	10987654
李五十	男	425	作家	山西省太原市	43210987
王五十七	女	430	教授	河南省郑州市	76543210
张三十九	男	435	研究员	湖北省武汉市	09876543
李五十	女	440	顾问	湖南省长沙市	32109876
王五十八	男	445	专家	陕西省西安市	65432109
张三十九	女	450	学者	甘肃省兰州市	98765432
李五十	男	455	作家	青海省西宁市	21098765
王五十九	女	460	教授	宁夏回族自治区银川市	54321098
张三十九	男	465	研究员	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	87654321
李五十	女	470	顾问	内蒙古自治区呼和浩特市	10987654
王六十	男	475	专家	辽宁省沈阳市	43210987
张三十九	女	480	学者	吉林省长春市	76543210
李五十	男	485	作家	黑龙江省哈尔滨市	09876543
王六十一	女	490	教授	河北省石家庄市	32109876
张三十九	男	495	研究员	山西省太原市	65432109
李五十	女	500	顾问	河南省郑州市	98765432
王六十二	男	505	专家	湖北省武汉市	21098765
张三十九	女	510	学者	湖南省长沙市	54321098
李五十	男	515	作家	陕西省西安市	87654321
王六十三	女	520	教授	甘肃省兰州市	10987654
张三十九	男	525	研究员	青海省西宁市	43210987
李五十	女	530	顾问	宁夏回族自治区银川市	76543210
王六十四	男	535	专家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	09876543
张三十九	女	540	学者	内蒙古自治区呼和浩特市	32109876
李五十	男	545	作家	辽宁省沈阳市	65432109
王六十五	女	550	教授	吉林省长春市	98765432
张三十九	男	555	研究员	黑龙江省哈尔滨市	21098765
李五十	女	560	顾问	河北省石家庄市	54321098
王六十六	男	565	专家	山西省太原市	87654321
张三十九	女	570	学者	河南省郑州市	10987654
李五十	男	575	作家	湖北省武汉市	43210987
王六十七	女	580	教授	湖南省长沙市	76543210
张三十九	男	585	研究员	陕西省西安市	09876543
李五十	女	590	顾问	甘肃省兰州市	32109876
王六十八	男	595	专家	青海省西宁市	65432109
张三十九	女	600	学者	宁夏回族自治区银川市	98765432
李五十	男	605	作家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	21098765
王六十九	女	610	教授	内蒙古自治区呼和浩特市	54321098
张三十九	男	615	研究员	辽宁省沈阳市	87654321
李五十	女	620	顾问	吉林省长春市	10987654
王七十	男	625	专家	黑龙江省哈尔滨市	43210987
张三十九	女	630	学者	河北省石家庄市	76543210
李五十	男	635	作家	山西省太原市	09876543
王七十一	女	640	教授	河南省郑州市	32109876
张三十九	男	645	研究员	湖北省武汉市	65432109
李五十	女	650	顾问	湖南省长沙市	98765432
王七十二	男	655	专家	陕西省西安市	21098765
张三十九	女	660	学者	甘肃省兰州市	54321098
李五十	男	665	作家	青海省西宁市	87654321
王七十三	女	670	教授	宁夏回族自治区银川市	10987654
张三十九	男	675	研究员	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	43210987
李五十	女	680	顾问	内蒙古自治区呼和浩特市	76543210
王七十四	男	685	专家	辽宁省沈阳市	09876543
张三十九	女	690	学者	吉林省长春市	32109876
李五十	男	695	作家	黑龙江省哈尔滨市	65432109
王七十五	女	700	教授	河北省石家庄市	98765432
张三十九	男	705	研究员	山西省太原市	21098765
李五十	女	710	顾问	河南省郑州市	54321098
王七十六	男	715	专家	湖北省武汉市	87654321
张三十九	女	720	学者	湖南省长沙市	10987654
李五十	男	725	作家	陕西省西安市	43210987
王七十七	女	730	教授	甘肃省兰州市	76543210
张三十九	男	735	研究员	青海省西宁市	09876543
李五十	女	740	顾问	宁夏回族自治区银川市	32109876
王七十八	男	745	专家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	65432109
张三十九	女	750	学者	内蒙古自治区呼和浩特市	98765432
李五十	男	755	作家	辽宁省沈阳市	21098765
王七十九	女	760	教授	吉林省长春市	54321098
张三十九	男	765	研究员	黑龙江省哈尔滨市	87654321
李五十	女	770	顾问	河北省石家庄市	10987654
王八十	男	775	专家	山西省太原市	43210987
张三十九	女	780	学者	河南省郑州市	76543210
李五十	男	785	作家	湖北省武汉市	09876543
王八十一	女	790	教授	湖南省长沙市	32109876
张三十九	男	795	研究员	陕西省西安市	65432109
李五十	女	800	顾问	甘肃省兰州市	98765432
王八十二	男	805	专家	青海省西宁市	21098765
张三十九	女	810	学者	宁夏回族自治区银川市	54321098
李五十	男	815	作家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	87654321
王八十三	女	820	教授	内蒙古自治区呼和浩特市	10987654
张三十九	男	825	研究员	辽宁省沈阳市	43210987
李五十	女	830	顾问	吉林省长春市	76543210
王八十四	男	835	专家	黑龙江省哈尔滨市	09876543
张三十九	女	840	学者	河北省石家庄市	32109876
李五十	男	845	作家	山西省太原市	65432109
王八十五	女	850	教授	河南省郑州市	98765432
张三十九	男	855	研究员	湖北省武汉市	21098765
李五十	女	860	顾问	湖南省长沙市	54321098
王八十六	男	865	专家	陕西省西安市	87654321
张三十九	女	870	学者	甘肃省兰州市	10987654
李五十	男	875	作家	青海省西宁市	43210987
王八十七	女	880	教授	宁夏回族自治区银川市	76543210
张三十九	男	885	研究员	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	09876543
李五十	女	890	顾问	内蒙古自治区呼和浩特市	32109876
王八十八	男	895	专家	辽宁省沈阳市	65432109
张三十九	女	900	学者	吉林省长春市	98765432
李五十	男	905	作家	黑龙江省哈尔滨市	21098765
王八十九	女	910	教授	河北省石家庄市	54321098
张三十九	男	915	研究员	山西省太原市	87654321
李五十	女	920	顾问	河南省郑州市	10987654
王九十	男	925	专家	湖北省武汉市	43210987
张三十九	女	930	学者	湖南省长沙市	76543210
李五十	男	935	作家	陕西省西安市	09876543
王九十一	女	940	教授	甘肃省兰州市	32109876
张三十九	男	945	研究员	青海省西宁市	65432109
李五十	女	950	顾问	宁夏回族自治区银川市	98765432
王九十二	男	955	专家	新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市	21098765
张三十九	女	960	学者	内蒙古自治区呼和浩特市	54321098
李五十	男	965	作家	辽宁省沈阳市	87654321
王九十三	女	970	教授	吉林省长春市	10987654
张三十九	男	975	研究员	黑龙江省哈尔滨市	43210987
李五十	女	980	顾问	河北省石家庄市	76543210
王九十四	男	985	专家	山西省太原市	09876543
张三十九	女	990	学者	河南省郑州市	32109876
李五十	男	995	作家	湖北省武汉市	65432109
王九十五	女	1000	教授	湖南省长沙市	98765432