



Меню приготовления блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждено»
 Генеральный директор
 МНП «Городской комбинат
 Школьного питания»
 Селиванова Н.Н.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
День 2							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Колбаса доушиная с маслом (колбаса свиная, масло сливочное, специи) 90 г	90	12,99	21,81	12,06	266,56	216
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия) 150 г	150	4,42	4,07	81,8	183,45	307
	Чай с сахаром 200 г	200	0	0	9,08	36,32	663
	Хлеб пшеничный белопрозрачный (хлеб) 21 г	21	1,5	0,2	10,2	48,6	8
Итого за завтрак:		570	20,91	26,28	82,14	615,03	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Колбаса доушиная с маслом (колбаса свиная, масло сливочное, специи) 90 г	90	12,99	21,81	12,06	266,56	216
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия) 150 г	150	4,42	4,07	81,8	183,45	307
	Чай с сахаром 200 г	200	0	0	9,08	36,32	663
	Хлеб пшеничный белопрозрачный (хлеб) 21 г	21	1,5	0,2	10,2	48,6	8
Итого за завтрак:		570	20,91	26,28	82,14	615,03	

Итого за завтрак:

652

22,65

27,43

93,45

714,25

Возрастная категория: 7-11 лет

Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лук, морковь, картофель, растительное масло, соль)	15/200	3,64	5,54	10,26	105,42	694,998
Виточки рыбные с маслом (фарш минтай, крупа манная, лук, сахар, перец, яйцо, соль, раст. масло сл.) 90/9	99	16,25	7,63	15,73	196,17	626
Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль, перец)	150	4,28	3,85	29,57	169,79	585
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
Хлеб пшеничный подорожанный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
Хлеб ржаной	22	1,45	0,26	8,71	43,03	-
Напиток овсяный	1/200	2	6,4	19	140	-
Итого за обед:	915	29,44	23,91	105,21	752,08	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лук, морковь, картофель, растительное масло, соль)	25/250	4,65	7,08	13,12	134,84	694,998
Виточки рыбные с маслом (фарш минтай, крупа манная, лук, сахар, перец, яйцо, соль, раст. масло сл.) 90/10	100	16,52	7,71	15,88	198,15	272
Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль, перец)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
Хлеб пшеничный подорожанный	35	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Хлеб ржаной	29	1,91	0,35	11,48	56,72	-
Напиток овсяный	1/200	2	6,4	19	140	-
Итого за обед:	1023	32,68	26,48	122	855,42	
Коржик Малыш (сушка пшени., масло слив., молоко, сахар, яйцо, соль, раст. масло, сухариное дрожже)	75	7,23	10,43	41,51	288,8	696
Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	403
Итого за полдник:	275	8,59	11,84	43,65	315,49	

Итого за день 2. Возрастная категория: 7-11 лет

275

58,54

62,03

231

1682,6

Итого за день 2. Возрастная категория: 12 лет и старше	63,92	65,75	259,1	1885,16	
День 3					

Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, яйца, соль, раст. масло слив.)	180	4,17	4,67	17,87	130,2	898
	Бутерброд с сыром (Сыр, хлеб) 20/29	49	12,09	8,99	25,8	232,39	185
	Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Груша свежая	124	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Итого за завтрак:	553	19,95	15,08	71,07	499,71	

Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, яйца, соль, раст. масло слив.)	200	8,07	17,83	42,64	363,31	527
	Бутерброд с сыром (Сыр, хлеб) 20/29	49	5,6	3,98	18,74	133,19	868
	Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Груша свежая	132	0,53	0,4	13,6	60,06	-
	Итого за завтрак:	581	15,71	23,34	87,59	623,21	

Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционированная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сахар)	15/200	4,27	7,83	12,7	138,4	17
	Плов из индейки с овощами (филе индейки, рис, морковь, лук реп., масло раст., томат, соль раст.) 55/190	245	25,06	21,17	48,4	484,37	1041
	Компот из сухофруктов с витамином С (сушен. фрукты, лимонная кислота, сахар-песок, аскорбиновая кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	21	1,39	0,25	8,32	41,98	-

Итого за обед 1:		761	33,45	29,57	101,45	805,77	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Закуска порционная (помидоры свежие)	100	0,1	0,2	3,8	2,4	982	
Уха Рыбцакая карповая с картофелем, маслом растительным, специями	15/250	5,26	9,66	15,66	170,58	17	
Плов из индейки с овощами (соль, специи, лук, морковь, лук)	280	28,64	24,19	55,31	553,56	1141	
Итого за обед:	200	0,57	0	19,55	80,18	611	
Компот из сухофруктов с витамином С (сухофрукты, лимонная кислота, сахар-песок, аскорбиновая кислота)	200	0,57	0	19,55	80,18	611	
Хлеб пшеничный йодированный	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-	
Итого за обед:	869	37,37	34,29	106,56	884,34		
Кутлебяка с мясо-капустным фаршем (кука, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, фарш, мясо-капустный)	100	12,08	11,8	29,18	271,24	790	
Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0	0	9,08	36,32	663	
Итого за полдник:	300	12,08	11,8	38,26	307,56		
Итого за день 3. Возрастная категория: 7-11 лет		65,48	56,45	210,78	1613,04		
Итого за день 3. Возрастная категория: 12 лет и старше		65,16	69,43	232,41	1815,11		
День 4							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Фрикадельки из индейки с соусом красным осн (фарш индейки, карто. пюре, соль, йод, масло раст., соус красный осн)	110	16,26	3,27	10,42	136,15	973,370	
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль, йод)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371	
Компот из кураги с виТ С (курага, сахар, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	0,99	0,06	18,36	77,91	6698	
Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
Мандарин	150	1,2	0,3	11,25	52,5	-	
Итого за завтрак:	665	24,04	9,24	76,9	486,93		
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Фрикадельки из индейки с соусом красным осн (фарш индейки, карто. пюре, соль, йод, масло раст., соус красный осн)	110	16,26	3,27	10,42	136,15	973,370	
Итого за завтрак:	80/30						

Завтрак		220	4,93	6,83	17,48	66,94	571
Пюре картофеля с морковью, маслом, соевым соусом							
Компот из фруктов с вишней и яблоками		200	0,99	0,86	1,876	7,91	498
Хлеб пшеничный йодированный		30	2,25	0,3	5,5	22,9	-
Мандарины		164	1,31	0,33	12,3	57,4	-
Итого за завтрак:		724	25,34	10,52	85,86	539,44	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед		15/200	4,09	5,79	13,31	121,69	167,998
Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, томат паста, масло подсолнечное, соевый соус, соль йод.)							
Пудинг мясной (говядина, лук репчатый, томат паста, масло растительное, мука, соль йод.) 50/50		100	11,7	12,47	3,59	173,43	550
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)		150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
Компот из яблок с витамином С (яблоко, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)		200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
Хлеб пшеничный йодированный		30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной		31	2,05	0,37	12,28	60,64	-
Яблоко свежее		116	0,46	0,46	11,37	51,5	-
Итого за обед:		842	26,07	23,89	108,71	754,12	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед		20/250	5,13	7,27	16,72	132,82	167,998
Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, томат паста, масло подсолнечное, соевый соус, соль йод.)							
Пудинг мясной (говядина, лук репчатый, томат паста, масло растительное, мука, соль йод.) 50/50		100	11,7	12,47	3,59	173,43	550
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)		200	7,22	5,42	42,4	247,26	307
Компот из яблок с витамином С (яблоко, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)		200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
Хлеб пшеничный йодированный		30	2,25	0,3	15,3	72,9	-

Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	88	183,96	-
Яблоко свежее	175	0,27	0,27	13,5	47,25	-

Итого за обед:

Роллинг сахарный (сухарь, сл. масло, ваниль, сахар-песок, сода)	996	29,08	26,95	128,1	871,3	385
Подлин	75	5,58	17,42	42	337,28	385
Молоко питьевое	200	5,34	4,8	9,2	102,36	166

Итого за полдник:

Итого за день 4. Возрастная категория: 7-11 лет

Итого за день 4. Возрастная категория: 12 лет и старше

День 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Зразы Ленивые Мясные с соусом красным (говядина, батон, молоко, лук репчатый, сахар, панир, соль по вкусу раст., соевый краситель)	110	9,71	15,28	11,9	183,96	1042,370
Рис с овощами без соевого (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	150	3,42	14,09	31,13	190,95	629

Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
-----------------------------------	-----	------	------	------	-------	-----

Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
-----------------------------	----	------	------	-------	-------	---

Кекс столовый (кондитерский цех)	55	3,6	13,6	36,5	153	137
----------------------------------	----	-----	------	------	-----	-----

Итого за завтрак: 540 19,97 44,63 94,42 615,35

Возрастная категория: 12 лет и старше

Зразы Ленивые Мясные с соусом красным (говядина, батон, молоко, лук репчатый, сахар, панир, соль по вкусу раст., соевый краситель)	110	9,71	15,28	11,9	183,96	1042,370
Рис с овощами без соевого (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	200	4,1	16,9	37,35	210,93	629

Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
-----------------------------------	-----	------	------	------	-------	-----

Хлеб пшеничный йодированный	27	2,63	0,27	13,77	65,61	-
-----------------------------	----	------	------	-------	-------	---

Кекс столовый (кондитерский цех)	55	3,6	13,6	36,5	153	137
----------------------------------	----	-----	------	------	-----	-----

Итого за завтрак: 592 20,8 47,46 101,66 640,19

Возрастная категория: 7-11 лет

Закуска порционированная (отурлы свежие)	60	0,28	0,06	1,5	8,26	982
Суп картофельный с фаршем и гречками (говядина, картофель, морковь, лук репчатый, чеснок)	25/200/15	5,37	4,53	20,22	141,32	698,998
Кюфта по-Московски с соусом красным (говядина, свинина, лук репчатый, морковь, чеснок, лук репчатый, масло сливочное, соль, перец)	105	13,65	20,4	8,35	271,6	209
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль, перец)	150	6,2	4,74	27,98	219,36	632
Напиток из шиповника (лимонная кислота, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
Итого за обед:	810	29,81	30,2	106,38	816,53	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Закуска порционная (отурлы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
Суп картофельный с фаршем и гречками (говядина, картофель, морковь, лук репчатый, чеснок)	30/250/15	5,37	4,33	20,22	141,32	698,998
Кюфта по-Московски с соусом красным (говядина, свинина, лук репчатый, морковь, чеснок, лук репчатый, масло сливочное, соль, перец)	105	13,65	20,4	8,35	271,6	209
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль, перец)	180	7,45	5,69	45,58	263,23	632
Напиток из шиповника (лимонная кислота, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
Хлеб пшеничный йодированный	28	2,1	0,28	14,28	68,04	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Итого за обед:	928	30,88	31,11	111,98	851,4	
Пирожки печеные с мясом, луком (масло сливочное, фарш, мясной с соусом, яйцо, масло раст.)	100	13,8	12,16	36,89	312,21	60
Чай с лимонном (лимонная кислота, лимон)	200,4	0,04	0	9,79	36,92	432

Итого за полдник:									
	304	13,84	12,16	46,08	349,13				
Итого за день 5. Возрастная категория: 7-11 лет									
		63,62	86,99	246,88	1781,01				
Итого за день 5. Возрастная категория: 12 лет и старше									
		65,52	90,73	259,72	1840,72				
Итого за день 5									
День 6									
Итого за день 6. Возрастная категория: 7-11 лет									
		0	0	0	0				
Итого за день 6. Возрастная категория: 12 лет и старше									
		0	0	0	0				
Итого за день 6									
День 7									
Итого за день 7. Возрастная категория: 7-11 лет									
Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше									
Итого за день 7									
День 8									

Возрастная категория: 7-11 лет									
Завтрак									
Каша молочная «Улыбка» с маслом (сметана, сахар, соль, вода, масло слив.)	170/10	6,17	7,12	33,97	224,61			53	
Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный)	45	5,14	3,66	17,21	122,32			868	
Чай с медом (чай, мед)	200/20	0,15	0	14,61	59,04			977	
Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2				
Итого за завтрак:									
	545	12,06	10,98	84,79	486,17			-	

Возрастная категория: 12 лет и старше									
Завтрак									
Каша молочная «Улыбка» с маслом (сметана, сахар, соль, вода, масло слив.)	190/10	6,85	7,91	37,74	249,56			53	
Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничный)	58	6,63	4,71	22,19	157,66			868	
Чай с медом (чай, мед)	200/20	0,15	0	14,61	59,04			977	
Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2				
Итого за завтрак:									
	578	14,23	12,82	93,54	546,46				

Возрастная категория: 7-11 лет									
Суп-лапша домашняя с фаршем (фарш, капуста, лук, морковь, картофель, чеснок, соль, перец, масло слив.)									
	15/200	3,64	5,54	30,26	165,42			694	998

Котлета Нежная с соусом крас. осн (говядина, свинина, лук репчатый, яйцо, душистый перец, масло подсолнечное) 80/30	110	12,84	18,67	4,29	27,80	224,17	676
Гарнир каша гречневая вязкая (каша гречневая, масло сливочное) 150	150	3,20	4,11	20,67	143,23	676	
Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон) 200	200	0,21	0,07	13,13	53,99	607	
Хлеб пшеничный йодированный 25	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
Десерт фруктовый 1/100	1/100	0,6	0,2	19	80,2	-	
Итого за обед:	800	22,26	28,84	89,97	708,42	-	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Суп-лапша домашняя с фаршем (фарш говяжий, лапша домашняя, лук репчатый, морковь, масло раст., соль йодир) 25/250	25/250	4,65	7,08	13,12	134,84	694,998
Котлета Нежная с соусом крас. осн (говядина, свинина, лук репчатый, яйцо, душистый перец, масло подсолнечное) 80/30 110	110	12,34	18,67	14,16	274,83	2254,370
Гарнир каша гречневая вязкая (каша гречневая, масло сливочное, соль йод) 180	180	4,07	5,93	24,8	159,88	676
Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон) 200	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
Хлеб пшеничный йодированный 25	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
Хлеб ржаной 24	24	1,58	0,29	9,5	46,94	-
Десерт фруктовый 1/100	1/100	0,6	0,2	19	80,2	-
Итого за обед:	914	25,53	32,49	106,46	811,43	-
Плюшка "Эстонская" с сыром (сыр сливочное, дрожжевое тесто) 75	75	8,64	11,8	28,19	255,52	328
Чай с сахаром (чай, сахар, лимон) 200	200	0	0	9,08	36,32	663
Итого	275	8,64	11,8	37,27	289,84	

Итого за день 8. Возрастная категория: 7-11 лет

Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше

День 9

Возрастная категория: 7-11 лет

Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше	22,87	24,62	130,81	836,3	
---	--------------	--------------	---------------	--------------	--

Завтрак	Биточки из курицы с маслом (филе грудки курицы, батон, сыр, яйцо, соль, масло слив., масло раст.) 90/5	95	17.72	9.57	14.35	21.89	1064
	Макаронные изделия отварные (макарон. изделия, масло слив., соль) 150	5.42	4.07	31.8	185.45	307	
	Чай с молоком (чай, молоко, вода) 200	1.36	1.41	2.14	26.69	603	
	Хлеб пшеничный йодированный 32	2.4	0.32	16.32	77.76	-	
	Напиток овсяный шоколадный в п/у 1/200	2	6.4	19	140	-	
Итого за завтрак:	677	28.49	21.57	84.59	644.79		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Биточки из курицы с маслом (филе грудки курицы, батон, сыр, яйцо, соль, масло слив., масло раст.) 90/10	100	18.22	9.86	16.14	226.2	1069
	Макаронные изделия отварные (макарон. изделия, масло слив., соль) 180	6.5	4.88	38.16	222.53	307	
	Чай с молоком (чай, молоко, вода) 200	1.36	1.41	2.14	26.69	603	
	Хлеб пшеничный йодированный 32	2.4	0.32	16.32	77.76	-	
	Напиток овсяный шоколадный в п/у 1/200	2	6.4	19	140	-	
Итого за завтрак:	712	30.48	22.87	91.76	693.18		

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и фаршем (фарш гов., картофель, капуста, морковь, лук репчат., смет. паста, масло раст., соль) 20/200	20/200	3.8	5.77	7.02	95.23	197.998
	Котлета Мечта с соусом белым (минтай, овинина, крупа Карандаш, молоко, лук репчат., сыр, яйцо, масло раст., соль) 90/30	120	15.57	13.37	19.92	226.32	1064
	Пюре картофельное (картофель, молоко 3.2%, масло сливочное 82%) 150	3.69	4.27	20.3	132.99	371	

Котлета Мечта с соусом белым (мясной, свиная чушка)	200	1,99	2,08	8,36	77,44	66,92
Хлеб пшеничный йодированный	28	2,1	9,28	7,28	68,74	-
Хлеб ржаной	25	1,65	4,13	9,9	48,9	-
Сок фруктовый в потребительской упаковке	1,200	1,4	1,4	22,8	100,4	-
Итого за обед:	943	28,6	24,65	103,38	749,82	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Шиш из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, болгарский перец, масло раст. соль, специи)	30/250	4,84	7,34	8,94	121,2	197,998
Котлета Мечта с соусом белым (мясной, свиная чушка)	120	15,57	13,37	10,92	226,32	1061
Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 80%)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
Компот из кураги с витамином С (ягоды, сахар, лимон кислота, ароматизатор)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669a
Хлеб пшеничный йодированный	33	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	-
Итого за обед:	1043	30,97	27,22	113,85	824,32	
Пирожки печеные с мясо-картофельным фаршем (сметана, фарш мясо-картофельный, яйцо, масло раст.)	100	10,73	10,04	38,01	285,4	60
Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Итого за полдник:	300	12,11	11,45	40,15	312,09	
Итого за день 9, Возрастная категория: 7-11 лет		62,86	61,86	214,71	1665,3	
Итого за день 9, Возрастная категория: 12 лет и старше		66,13	65,51	231,2	1768,31	
День 10						
Возрастная категория: 7-11 лет						
Хлебцы ржаные с маслом (книжики, хлебцы ржаные, масло, соль)	100	14,07	8,68	6,84	141,75	743
Рис отварной / отварной / отварной / отварной / отварной	150	3,6	3,78	26,44	183,33	852

Завтрак

Каша овсяная с маслом сливочным	200	4.4	0.2	0.16	0.24	60.24	67.12
Хлеб пшеничный йодированный	21	7.8	0.2	0.72	4.28	-	-
Рогалик сахарный (кондитерский)	60	5.8	7.9	20.9	19.5	285	-
Итого за завтрак:	531	25.62	20.57	89.94	612.09		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Хлебцы рыбные с маслом сливочным, водородом, соевым маслом, яйцо, кефир раск. - 95/10	105	14.07	8.68	6.84	141.78	743
	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив. соль, йодир.)	190	4.57	6.06	41.16	237.43	552
	Компот из сухофруктов с вит С (сухофрукты, сахар, лимон кислота, ароматизатор)	200	0.57	0	19.55	80.48	611.8
	Хлеб пшеничный йодированный	24	1.8	0.24	12.24	58.32	-
	Рогалик сахарный (кондитерский) (масло, масло сл., яйцо, сахар, лимонк. соль, соль йод.)	60	5.8	7.9	26.4	195.6	385
	Итого за завтрак:	579	26.81	22.88	106.19	713.58	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0.48	0.06	1.5	8.46	982
	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками (фрикадельки: гов., картофель, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.)	20/200	7.4	8.7	14.88	167.43	157
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло растит., томат, чеснок, соль йодир.) 50/70	120	14.26	16.68	5.46	228.95	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	150	5.42	4.07	31.8	185.48	397
	Чай с медом (чай, мед)	200/20	0.15	0	14.61	59.04	977
	Хлеб пшеничный йодированный	35	2.63	0.35	17.85	85.05	-
Итого за обед:	805	30.34	29.86	86.1	734.38		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Итого за обед:	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	0.8	0.1	2.5	14.1	482
	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками (фрикадельки: гов., картофель, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.)	30/250	4.12	14.08	78.92	213.04	157

Обед		120	4,25	500	4,50	225	5,25
Мясо тушеное с морковью и луком		120	4,25	500	4,50	225	5,25
Макаронные изделия отварные		180	0,6	4,88	5,06	222,18	5,25
Чай с медом		200/20	0,18	0	1,61	59,18	9,25
Хлеб пшеничный подпорованный		29	2,18	0,29	14,79	70,4	2
Итого за обед:		929	33,31	33,03	94,46	808,18	
Подлин		100	8,45	8,13	58,91	342,64	32,4
Молоко питьевое		200	5,34	4,8	9,4	102,76	106
Итого за подлин:		300	13,79	12,93	68,31	444,8	
Итого за день 10. Возрастная категория: 7-11 лет			44,13	42,79	154,41	1179,18	
Итого за день 10. Возрастная категория: 12 лет и старше			78,07	73,18	276,62	2077,3	
Среднее значение за период по завтракам 7-11 лет			15,064	14,835	58,385	396,007	
Среднее значение за период по обедам 7-11 лет			19,997	19,092	70,12	532,112	
Среднее значение за период по полдникам 7-11 лет			7,997	9,42	32,512	246,83	
Среднее значение за период по завтракам 12 лет и старше			12,554	14,445	56,829	377,713	
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше			25,719	24,586	88,997	679,073	
Среднее значение за период по полдникам 12 лет и старше			7,9653	11,058	47,051	321,743	