



Сотласованно
 Директор Игорь Селин Н.
Игорь Селин Н.
 13 января 2025 г.

«Универсало»
 Директор
 МАУ «Городской комбинат школьного питания»
Ирина...
 Шахова А.М.

Меню приготовления блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 23/2.4.3590-20

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Рецептур
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2								
День 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	190	18,07	7,38	4,87	31,81	190,61	898,00
	(Кашель: Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль, ваниль)							
	Бутерброд с сыром на батоне	24,46	29,69	8,91	8,24	23,99	185,73	1115,00
	(Сыр, батон, масло)							
Итого за завтрак 7-11 лет:	Какао-напиток	200	12,24	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
	Десерт (Ематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60	156,00	-
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	250	23,78	9,71	6,41	41,85	263,96	898,00
	(Кашель: Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль, ваниль)							
	Бутерброд с сыром на батоне	29,44	33,98	9,30	8,59	25,01	214,55	1115,00
	(Сыр, батон, масло)							
Итого за завтрак 12 лет и старше:	Какао-напиток	200	12,24	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за завтрак 12 лет и старше:		563	100,00	23,63	17,87	113,68	709,70	-
Суп картофельный с овощами и грибами		200 г/чл	11,06	5,06	5,40	10,01	140,00	157,00

Обед 7-11 лет	(Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод.)	200/15	15,04	6,86	7,45	27,06	202,79	157,00	
	Коллета "Мечта" со свиной из минтая с соу (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь)	100	37,75	12,70	11,31	8,94	188,35	1 061,00	
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	31,45	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00	
	Чай с молоком.	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00	
	(Чай, молоко, вода)	38	3,96	2,85	0,38	19,38	92,34	-	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	55	27,33	3,25	13,09	31,63	273,28	328,00	
	Песочники "Байкальские" (конд.дех)	753	120,00	28,30	36,15	102,13	862,67	-	
	Итого за обед 7-11 лет:								
	Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Суп картофельный с бобовыми, и гречками. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод.)								

Обед 12 лет и старше	Коллета "Мечта" со свиной из минтая с соу (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь)	110	38,18	12,75	11,68	9,28	193,24	1 061,00	
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	41,93	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00	
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	4,07	2,93	0,39	19,89	94,77	-	
	Песочники "Байкальские" (конд.дех)	55	27,33	3,25	13,09	31,63	273,28	328,00	
	Итого за обед 12 лет и старше:	889	135,00	31,26	39,98	116,80	968,09	328,00	
	Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	День 2								

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консерв)	40	13,62	0,64	0,16	5,72	26,88	984,00
	БЖКИ мясные (со свиной) с соусом красн (Повидла, свиная, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод.)	100	44,97	10,61	14,51	7,85	184,43	222,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	11,30	6,20	4,74	37,98	209,36	632,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,96	2,85	0,38	19,38	92,34	-

Итого за завтрак 7-11 лет:		528	90,00	21,70	20,19	93,73	613,41		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консерв)	60	20,37	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00	
	Ёжки мясные (со свиной) с соусом крафт	110	45,75	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00	
	(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод.)								
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая	180	13,56	7,43	5,69	45,58	263,23	632,00	
	(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)								
Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-		
Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	4,17	3,00	0,40	20,40	97,20	-		
Итого за завтрак 12 лет и старше:		590	100,00	23,48	21,61	105,80	711,59		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками	20/200	27,43	6,19	10,18	10,40	158,02	165,00	
	(Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук)								
	Гуляш мясной	100	70,01	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00	
	(Говядина, лук репч., мука, томат-паста, масло подг., соль йод.)								
	Перловка отварная	150	8,52	4,28	3,83	29,57	169,79	585,00	
(Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)									
Напиток из ягод (облепиха), протертая с сах	200	9,23	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00		
(Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)									
Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-		
Хлеб ржаной БХП	20	1,68	1,32	0,24	7,92	39,12	-		
Итого за обед 7-11 лет:		720	120,00	25,92	27,81	82,60	684,37		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками	20/270	31,21	8,16	13,42	13,71	208,30	165,00	
	(Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук)								
	Гуляш мясной	110	77,01	12,87	13,72	3,95	190,78	550,00	
	(Говядина, лук репч., мука, томат-паста, масло подг., соль йод.)								
	Перловка отварная	200	11,37	5,70	5,10	39,42	226,38	585,00	
(Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)									
Напиток из ягод (облепиха), протертая с сах	200	9,23	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00		
(Облепиха протертая с сахаром сахар-песок, вода)									
Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-		
Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-		

Итого за обед 12 лет и старше:	865	135,00	31,52	33,74	102,63	840,30	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			40,67	55,48	162,13	1 310,54	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			49,72	66,33	198,05	1 588,08	
День 3							

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (горошек зеленый)	30	13,82	0,93	0,06	1,95	12,06	984,00	
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом к	110	49,63	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00	
	(Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо,								
	Макаронные изделия отварные.	150	10,53	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00	
	(Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)								
	Напиток из ягод (смородина), протертой с с	200	12,79	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00	
(Смородина протерта с сахаром, сахар-песок, вода)									
Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-		
Итого за завтрак 7-11 лет:	521	90,00	21,40	23,19	79,54	612,43			

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (горошек зеленый)	45	20,70	1,40	0,09	2,93	18,09	984,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом к	110	49,63	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	(Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо,							
	Макаронные изделия отварные.	190	13,34	6,86	5,15	40,28	234,90	307,00
	(Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)							
	Напиток из ягод (смородина), протертой с с	200	12,79	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00
(Смородина протерта с сахаром, сахар-песок, вода)								
Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,54	2,55	0,34	17,34	82,62	-	
Итого за завтрак 12 лет и старше:	579	100,00	23,53	24,33	90,53	675,20		

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Уха "Рыбацкая" с сайрой.	20/200	37,38	4,37	8,02	13,00	141,62	17,00
	(Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.,							
	Бедрышки куриные запеченные	100	60,71	22,36	29,67	0,13	356,99	1 105,00
	(Бедро куриное, сметана, масло подсол., соль йод.)							
	Рис отварной	150	15,96	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
(Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)								
Чай с сахаром	200	1,78			9,08	36,32	663,00	
(Чай, сахар, вода)								

Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	4,17	3,00	0,40	20,40	97,20	-
Итого за обед 7-11 лет:	710	120,00	27,01	28,09	108,86	797,49	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Уха "Рыбалка" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.)	25/250	46,74	5,46	10,02	16,25	177,02	17,00
	Бедрышки куриные запеченные (Бедра куриные, сметана, масло подсол., соль йод.)	100	60,71	22,36	29,67	0,13	356,99	1 105,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	21,29	4,81	6,38	48,59	270,98	552,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,48	3,23	0,43	21,93	104,49	-
Итого за обед 12 лет и старше:	818	135,00	35,85	46,50	95,98	945,80		
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				54,73	66,05	158,59	1 447,78	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			59,39	70,83	186,51	1 620,99		

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло)	190/5	25,49	6,68	5,63	44,05	253,60	623,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клуб) (Блин-конверт с клубничкой, масло слив.)	65	27,56	2,12	4,50	17,53	119,10	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	28	4,56	2,10	0,81	14,39	73,28	-
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	523	90,00	12,89	15,15	103,91	603,59		

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло)	230/10	35,32	8,22	6,93	54,22	312,12	623,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клуб) (Блин-конверт с клубничкой, масло слив.)	65	27,56	2,12	4,50	17,53	119,10	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00

Батон БХП	29	4,73	2,18	0,84	14,91	75,89	-
Зефир с вареной стружкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	569	100,00	14,50	16,48	114,59	664,72	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Рассолыник "Ленинградский" с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук	20/220	34,79	3,86	7,16	15,00	139,90	167,00
	Стрипы мясные с соусом красным (Говядина, свинина, крупа пшено, орех мускатный, яйцо, сахар	80/30	52,06	12,77	19,75	9,61	267,27	1 098,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	13,56	7,43	5,69	45,58	263,23	632,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,44	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Итого за обед 7-11 лет:	763	120,00	27,94	33,33	109,82	850,99		

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Рассолыник "Ленинградский" с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук	30/270	47,25	4,82	8,95	18,75	174,88	167,00
	Стрипы мясные с соусом красным (Говядина, свинина, крупа пшено, орех мускатный, яйцо, сахар	110	52,06	12,77	19,75	9,61	267,27	1 098,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	15,06	8,26	6,32	50,64	292,48	632,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,48	3,23	0,43	21,93	104,49	-
Итого за обед 12 лет и старше:	853	135,00	30,48	35,85	123,73	939,52		
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			40,83	48,48	213,73	1 454,57		
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			44,98	52,34	238,32	1 604,24		

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша манная молочная жидкая 100% с маслом (Крупа манная, молоко, сахар-песок, соль йод., Масло сл.)	180/10	39,67	7,25	7,62	33,83	232,91	578,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, во.д., сахар)	200	11,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	38	6,20	2,85	1,10	19,53	99,45	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:							

Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	646	90,00	14,38	13,23	89,65	535,23	-

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,89	-
	Каша Манная Молочная Жидкая 100% с Масло	240/10	49,18	9,56	9,68	44,62	303,88	578,00
	Кофейный напиток злаковый	200	11,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	41	6,69	3,08	1,19	21,07	107,30	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	709	100,00	16,92	15,38	101,99	614,12	-	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Ши по-уральски (пшено) с фрикадельками	10/200	14,50	4,39	8,01	5,45	111,49	8,00
	Кюфта по-московски с соусом красным	110	61,55	14,54	21,45	8,78	256,33	209,00
	Макаронные изделия отварные.	170	11,89	6,14	4,61	36,04	210,17	307,00
	Чай с лимоном	200/4	3,12	0,04	-	9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,81	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Итого за обед 7-11 лет:	Хлеб ржаной БХП	26	2,19	1,72	0,31	10,30	50,86	-
	Зефир с вареной сгущенкой	январь.35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
	Итого за обед 7-11 лет:	782	120,00	29,48	37,45	109,33	862,3	-

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Ши по-уральски (пшено) с фрикадельками	20/250	24,41	5,65	10,30	7,01	143,34	8,00
	Кюфта по-московски с соусом красным	120	62,33	14,62	21,82	9,38	264,53	209,00
	Макаронные изделия отварные.	210	14,69	7,58	5,69	44,52	259,62	307,00
	Чай с лимоном	200/4	3,12	0,04	-	9,19	36,92	431,00
	Итого за обед 12 лет и старше:	782	120,00	29,48	37,45	109,33	862,3	-

Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Хлеб ржаной БХП	34	2,86	2,24	0,41	13,46	66,50	-
Зефир с вареной стружкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за обед 12 лет и старше:	908	135,00	33,39	41,37	127,21	986,88	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			43,86	50,68	198,98	1 427,52	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			50,31	56,75	229,20	1 628,78	
Неделя 3							
День 6							

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Закуска порционированная (горошек зеленый)	25	11,40	0,78	0,05	1,63	10,05	984,00
Биточки рубленые из курицы с соусом белым (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сахар, панир.,	100	42,76	15,46	6,63	14,23	198,43	1 069,00
Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	31,45	3,09	4,47	20,10	152,99	371,00
Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	500	90,00	21,20	11,40	57,79	458,54	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Закуска порционированная (горошек зеленый)	30	13,75	0,93	0,06	1,95	12,06	984,00
Биточки рубленые из курицы с соусом белым (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сахар, панир.,	110	43,19	15,52	7,00	14,57	213,36	1 069,00
Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	37,74	3,71	5,36	24,12	179,59	371,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,54	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	554	100,00	22,71	12,76	67,06	523,95	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Щи из свежей капусты с картофелем (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат-паста, масло	230	11,56	1,62	4,50	7,63	77,47	197,00
Плов из говядины с овощами	700	97,05	19,75	77,16	20,51	179,19	522,00

Завтрак 12 лет и старше		2,2	24,02	3,12	0,92	20,02	100,02	1 107,00
(Сыпучий с вареной стружкой, масло слив.)								
Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)		200	11,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
Батон БХП		32	5,22	2,40	0,93	16,45	83,74	-
Сок фруктовый в потребительской упаковке		1/200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		737	100,00	17,06	18,17	125,47	703,59	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет								
Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук)		10/190	24,00	3,22	5,97	12,50	116,58	167,00
Ежики мясные (со свиной) с соусом красный (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод.)		100	44,97	10,61	14,51	7,85	204,43	222,00
Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)		150	10,53	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00
Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)		200	7,69	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП		27	2,81	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Десерт (Гематоген)		40	30,00	2,80	1,20	33,60	156,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		717	120,00	25,06	26,07	117,88	806,01	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше								
Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук)		20/230	35,63	4,02	7,46	15,63	122,41	167,00
Ежики мясные (со свиной) с соусом красный (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод.)		100	44,97	10,61	14,51	7,85	204,43	222,00
Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)		180	12,64	6,50	4,88	38,16	222,53	307,00
Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)		200	7,69	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП		39	4,07	2,93	0,39	19,89	94,77	-
Десерт (Гематоген)		40	30,00	2,80	1,20	33,60	156,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		809	135,00	27,84	28,50	133,49	919,73	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				39,64	41,88	229,97	1 455,00	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				44,90	46,66	258,95	1 635,00	
День 8								

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая Молочная из пшеничной крупы (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	18,36	8,02	3,28	40,45	183,4	515,00
	Бутерброд с маслом на батоне	10/46	19,04	3,26	11,37	21,77	182,44	1 116,00
	Масло сл., батон в/с БХП							
	Какао-напиток.	200	12,24	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
	Зефир с вареной стружкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		509	90,00	15,10	22,10	102,12	607,77	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая Молочная из пшеничной крупы (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	240	22,03	9,62	3,94	48,54	228,08	515,00
	Бутерброд с маслом на батоне	15/49	25,37	3,73	12,99	24,88	201,36	1 116,00
	Масло сл., батон в/с БХП							
	Какао-напиток.	200	12,24	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
	Зефир с вареной стружкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		557	100,00	17,17	24,38	113,32	671,37	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельк (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь,	10/200/15	19,79	8,54	8,82	22,42	153,18	157,00
	Сеченики Посольские из минтая с соусом бел (Минтай, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук	110	39,65	15,38	9,51	9,08	143,43	1 062,00
	Рис отварной	170	18,09	4,09	5,42	41,30	200,33	552,00
	Чай с Молоком.	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	(Чай, молоко, вода)							
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	37	3,86	2,78	0,37	18,87	89,91	-
	Бисквит Лимонный (кондитер)	80	30,16	5,04	11,60	46,56	230	528,00
Итого за обед 7-11 лет:		822	120,00	37,18	37,12	140,37	843,54	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделек (фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репчат., морковь,	20/250/15	30,76	10,82	11,17	28,40	257,37	157,00	
	Сеченики Посольские из минтая с соусом бел (Минтай, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук	80/30	39,65	15,38	9,51	9,08	143,43	1 062,00	
	Рис отварной	200	21,29	4,81	6,38	48,59	220,98	552,00	
	(Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)								
	Чай с Молоком.	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00	
	(Чай, молоко, вода)								
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	45	4,69	3,38	0,45	22,95	109,35	-	
	Бисквит Лимонный (конд.цех)	80	30,16	5,04	11,60	46,56	230	528,00	
	Итого за обед 12 лет и старше:	920	135,00	40,79	40,52	157,72	987,82		
	Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			52,28	59,22	242,49	1451,31		
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			57,96	64,9	271,04	1659,19			
День 9									
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консерв	45	15,28	0,72	0,18	6,44	30,24	984,00	
	Макаронные изделия "Карбонара"	200	27,10	11,22	9,48	36,60	276,60	448,00	
	(Макаронные изд., мясопродукт, лук репчат., томат паста, масло								
	Напиток из ягод (брусника), протертой с сах (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	13,87	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-	
Итого за завтрак 7-11 лет:	521	90,00	17,57	11,31	110,82	614,93			
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консерв	60	20,38	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00	
	Макаронные изделия "Карбонара"	240	32,52	13,46	11,38	43,92	331,92	448,00	
	(Макаронные изд., мясопродукт, лук репчат., томат паста, масло								
	Напиток из ягод (брусника), протертой с сах (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	13,87	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-	
Итого за завтрак 12 лет и старше:	571	100,00	19,68	13,22	117,73	668,18			
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									

Обед 7-11 лет	Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат-паста,	250	13,44	1,94	4,89	12,78	102,89	165,00
	Мясо тушенное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репчат., масло подсолнечное, мука, томат-паста,	100	70,62	11,88	13,90	4,55	190,79	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль подсолнечная)	170	9,66	4,85	4,34	33,51	192,42	585,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,59	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,54	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 7-11 лет:		954	120,00	22,83	23,93	104,11	723,12	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат-паста,	260	13,94	2,02	5,09	13,29	107,01	165,00
	Мясо тушенное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репчат., масло подсолнечное, мука, томат-паста,	60/60	84,75	14,26	16,68	5,46	228,95	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль подсолнечная)	180	10,23	5,13	4,59	35,48	233,74	585,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,59	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	3,34	2,40	0,32	16,32	77,76	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 12 лет и старше:		992	135,00	25,41	27,14	106,48	801,85	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				41,75	62,23	231,40	1 652,30	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				46,55	72,34	245,66	1 819,49	
День 10								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная "Улыбка" с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок,	190/5	29,34	6,68	7,71	36,80	243,32	53,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в с/м/п)	22/49	28,27	9,04	8,35	24,33	208,67	1 115,00
Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00	

Зефир с вареной стружкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	501	90,00	17,71	20,28	89,07	609,60	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная "Улыбка" с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок,	240/6	36,70	8,43	9,73	46,42	306,96	53,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	25/48	30,91	9,30	8,59	25,01	214,55	1 115,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Зефир с вареной стружкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	554	100,00	19,71	22,53	99,38	679,12		

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло	10/200	15,72	4,95	8,16	9,78	112,32	694,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сахар	80/30	45,42	11,73	17,92	12,28	207,35	246,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	11,30	6,20	4,74	37,98	181,36	632,00
	Напиток из ягод (смородина), протертой с сахаром (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,44	2,48	0,33	16,83	80,19	-
	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Десерт шоколадный (Чю-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-	
Итого за обед 7-11 лет:	763	120,00	28,58	40,59	121,97	860,66		

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Суп-лапша с фрикадельками (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло	20/270	26,67	6,84	11,26	13,50	152,73	694,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сахар	80/30	45,42	11,73	17,92	12,28	207,35	246,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	15,06	8,26	6,32	50,64	232,48	632,00
	Напиток из ягод (смородина), протертой с сахаром (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00

Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Хлеб ржаной БХП	31	2,61	2,05	0,37	12,28	60,64	-
Десерт шоколадный (Чипо-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:	896	135,00	32,74	45,31	139,77	956	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			46,29	60,86	211,04	1 578,26	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			52,46	67,83	239,15	1 778,12	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			22,83	23,93	104,11	723,12	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			25,41	27,14	106,48	771,85	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.		66,23	71,88	280,21	2 032,60		
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.		129,79	164,78	377,61	3 511,45		
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и ста		145,57	187,02	437,61	4 014,74		
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и		74,85	79,83	323,14	2 310,38		