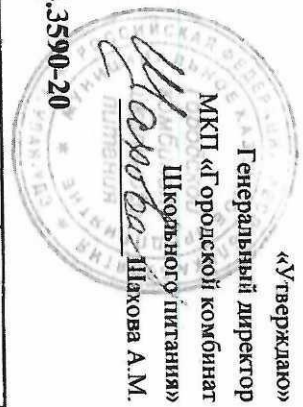




Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20



Применение	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		

Неделя 3

День 1

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Яйцо вареное	1	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная овсяная "Теркулес" с маслом (Хлопья Теркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	160/7	20,59	6,34	7,09	27,13	197,66	898,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,83	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	Кекс "Столичный" (конд.цех)	1	39,00	5,56	12,33	36,01	268,26	137
		394,00	85,00	20,22	25,68	78,31	616,2	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Яйцо вареное	1	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная овсяная "Теркулес" с маслом (Хлопья Теркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	210/8	25,59	8,27	9,25	35,41	258,03	898,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,83	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	Кекс "Столичный" (конд.цех)	1	39,00	5,56	12,33	36,01	268,26	137
		445,00	90,00	22,15	27,84	86,59	676,57	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Расходный лист "Ленинградский"		200	11,87	1,75	4,06	12,89	119,06	167,00
<small>(картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая.)</small>								

Обед 7-11 лет	(Картофель, морковь, отруби соевые, лук репчатый, крупа перловая)	200	11,91	4,12	4,00	12,92	112,00	101,00
	Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом (Минтай, крупа рисовая, лук репчатый, яйцо, сахар, панировка, масло)	90/20	41,18	14,10	5,79	9,28	145,67	272,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	150	23,82	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00
	Чай с молоком.	180	6,14	1,22	1,27	1,93	24,02	603,00
	(Чай, молоко, вода)	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	19,50	2,26	9,86	19,46	175,55	339,01
	Печенье "Курабье" (кондитерское)	700,00	105,00	24,67	25,74	78,95	670,19	-
Итого за обед 7-11 лет:								

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Рассольник "Ленинградский" (Картофель, морковь, отруби соевые, лук репчатый, крупа перловая)	250	14,82	2,19	5,07	16,11	134,83	167,00
	Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом (Минтай, крупа рисовая, лук репчатый, яйцо, сахар, панировка, масло)	90/20	41,18	14,10	5,79	9,28	145,67	272,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	180	28,59	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	Чай с молоком.	200	6,83	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	(Чай, молоко, вода)	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	26,00	3,01	13,14	25,94	234,07	339,01
	Печенье "Курабье" (кондитерское)	811,00	120,00	26,69	31,09	93,41	776,18	-
Итого за обед 12 лет и старше:								

Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Каша молочная манная (жидкая) 100% с маслом (Крупа манная, молоко, сахар-песок, соль йодированная, масло сливочное)	190/5	29,92	7,41	8,35	34,55	210,55	578,00
	Ватрушка "Королевская" (Мука пшеничная, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, творог, сода, ванилин)	90	42,00	12,58	11,63	35,78	238,2	397,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,17	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-

Итого за завтрак 7-11 лет:		520,00	85,00	24,13	21,46	100,78	600,45		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная манная (жидкая) 100% с Масло (Крупа манная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	230/5	34,92	8,93	10,07	41,63	292,86	578,00	
	Вагрушка "Королевская" (Мука пш.в.е., яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	90	42,00	12,58	11,63	35,78	248,2	397,00	
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,17	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-	
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	560,00	90,00	25,65	23,18	107,87	692,76		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделька (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь,	10/200/10	17,51	9,25	10,13	18,99	204,18	157,00	
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсол., соль йод.)	50/50	70,22	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00	
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	12,81	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00	
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-	
Итого за обед 7-11 лет:	704,00	105,00	28,92	27,01	80,80	682,00			
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделька (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь,	20/230/15	27,52	11,15	12,21	22,87	245,95	157,00	
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсол., соль йод.)	50/70	71,19	14,04	14,97	4,31	208,12	550,00	
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	17,08	7,22	5,42	42,40	247,26	307,00	
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-	
Итого за обед 12 лет и старше:	816,00	120,00	34,74	32,90	94,47	820,01			
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				53,05	48,47	181,58	1 374,79		

Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.	60,38	56,08	202,34	1 555,61	
---	-------	-------	--------	----------	--

День 3

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репчат., соль йод., соус)	80/30	44,62	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	28,55	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с саха (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,17	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		516	85,00	16,98	21,35	64,70	518,90	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репчат., соль йод., соус)	80/30	44,62	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	210	33,30	4,33	6,26	28,14	186,19	371,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с саха (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,17	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		555,00	90,00	17,82	22,28	70,25	552,79	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук)	101/90	17,30	5,63	9,26	9,46	143,66	165,00
	Колбета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репчат., яйцо, сухарь панир.)	80/30	45,26	11,73	17,92	12,28	257,35	246,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	11,28	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	4,87	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Мандарин.	130	24,21	1,04	0,26	9,75	45,50	-
Итого за обед 7-11 лет:		815,00	105,00	27,04	32,43	101,77	807,10	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук	20/230	27,41	7,04	11,57	11,82	179,57	165,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир.,	80/30	45,26	11,73	17,92	12,28	257,35	246,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	15,05	8,26	6,32	50,64	292,48	632,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	4,87	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Мандарин.	133	24,83	1,06	0,27	9,98	46,55	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	924,00	120,00	30,99	36,39	120,08	931,77	
	Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			44,02	53,78	166,47	1 326,00	
	Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			48,81	58,67	190,33	1 484,55	
	День 4							
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша Молочная пшеница с маслом (Крупа пшениц., молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/10	23,49	6,26	6,03	30,91	217,9	515,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,96	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Банан.	214	56,47	1,93	0,64	26,96	131,34	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	603,00	85,00	10,10	6,92	79,81	446,91		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша Молочная пшеница с маслом (Крупа пшениц., молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/10	27,47	8,21	7,91	40,56	266,31	515,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,96	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Банан.	217	57,24	1,95	0,65	27,34	123,04	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	659,00	90,00	12,30	8,84	91,38	517,31		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Булочка с мясными фрикадельками и гречками (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль		20/200/10	21,66	5,45	5,54	7,84	129,98	1 079,00

Обед 7-11 лет	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсол., мука, томат-паста,	45/65	65,71	13,07	15,29	5,01	228,87	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сли., соль йод.)	150	8,66	4,28	3,83	29,57	179,79	585,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,31	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Итого за обед 7-11 лет:		722,00	105,00	24,41	24,04	70,86	670,39	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Бульон с мясными фрикадельками и гречками (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль)	20/250/10	22,10	7,62	7,72	9,62	178,41	1 079,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсол., мука, томат-паста,	55/65	79,21	14,26	16,68	5,46	249,41	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сли., соль йод.)	180	10,39	5,13	4,59	35,48	225,74	585,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,31	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	24	1,99	1,80	0,24	12,24	68,32	-
	Итого за обед 12 лет и старше:		804,00	120,00	26,82	27,10	74,63	775,87
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				34,50	30,96	150,67	1 019,29	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				39,12	35,94	166,01	1 143,98	

День 5

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Каша молочная гречневая с маслом. (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сли.)	150/9	22,70	5,49	5,65	28,57	187,10	515,00
	Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	20/28	20,81	5,48	3,90	18,36	130,48	868,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,89	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Напиток овсяный в п/у	200	30,60	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		607	85,00	14,79	17,62	79,15	532,76	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Каша молочная гречневая с маслом.	200/10	27 05	7 25	7 47	27 72	247 11	515 00
-----------------------------------	--------	-------	------	------	-------	--------	--------

Завтрак 12 лет и старше	(Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/100	21,770	1,770	1,771	21,772	21,773	21,774	21,775	21,776	21,777	21,778	21,779	21,780
	Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	20/25	20,56	5,14	3,66	17,21	122,32	868,00						
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,89	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00						
Итого за завтрак 12 лет и старше:	Напиток овсяный в п/у	200	30,60	2,00	6,40	19,00	140,00	-						
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	655	90,00	16,21	19,19	87,16	584,62							
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.														
Обед 7-11 лет	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, лапша Ролитон, морковь, лук репч., масло)	20/180	23,02	4,87	7,99	9,28	128,49	694,00						
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красн (Говядина, батон, молоко, лук репч., яйцо, сахар панир., соль)	90/20	50,14	10,60	16,65	13,12	244,79	1 042,00						
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	15,75	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00						
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	13,93	0,15		14,61	59,04	977,00						
Итого за обед 7-11 лет:	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-						
	Итого за обед 7-11 лет:	706,00	105,00	21,18	29,68	86,72	698,73							
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.														
Обед 12 лет и старше	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, лапша Ролитон, морковь, лук репч., масло)	30/230	33,07	6,34	10,38	12,07	167,04	694,00						
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красн (Говядина, батон, молоко, лук репч., яйцо, сахар панир., соль)	90/30	50,89	11,57	18,17	14,32	267,05	1 042,00						
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	190	19,95	4,57	6,06	46,16	257,43	552,00						
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	13,93	0,15		14,61	59,04	977,00						
Итого за обед 12 лет и старше:	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-						
	Итого за обед 12 лет и старше:	816,00	120,00	24,57	34,87	100,41	813,73							
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.														
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.														
Неделя 4														
День 6														

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

	Сыр порционными	26	24,02	6,03	7,67		93,16	-
Завтрак 7-11 лет	Каша Молочная овсяная "Теркулес" с маслом (Хлопья Теркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	160/10	24,05	6,45	7,22	27,62	201,21	898,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,17	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Мандарин.	130	24,27	1,04	0,26	9,75	45,50	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		556,00	85,00	17,28	16,58	65,28	479,42	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Сыр порциями	28	25,89	6,50	8,26		100,32	-
	Каша Молочная овсяная "Теркулес" с маслом (Хлопья Теркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/10	27,18	7,97	8,91	34,11	248,56	898,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,17	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Мандарин.	130	24,27	1,04	0,26	9,75	45,50	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		598,00	90,00	19,26	18,86	71,77	533,93	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук)	10/190	19,47	3,22	5,97	12,50	116,58	167,00
	Фрикадельки рыбные (горбуша) с соусом белым (Горбуша, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, соль йод., соус белый)	80/30	26,93	11,54	5,26	7,12	122,01	651,03
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	23,82	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,96	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Итого за обед 7-11 лет:		756	105,00	23,46	30,25	97,18	772,24	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Итого за обед 7-11 лет:	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук)	20/230	30,03	4,02	7,46	15,63	145,73	167,00
	Итого за обед 7-11 лет:		756	105,00	23,46	30,25	97,18	772,24

Обед 12 лет и старше	Фрикадельки рыбные (горбуша) с соусом белым (Горбуша, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, соль пощ., соус белый)	80/30	26,93	11,54	5,26	7,12	122,01	651,03
	Шоуре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	28,59	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,96	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	23	1,91	1,73	0,23	11,73	55,89	-
	Печенье "Байкальское" (конд.пех)	60	29,58	3,54	14,28	34,50	298,13	328,00
Итого за обед 12 лет и старше:		827,00	120,00	24,58	32,59	102,29	818,26	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				40,74	46,83	162,46	1 251,66	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				43,84	51,46	174,06	1 352,20	

День 7

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Завтрак 7-11 лет	Запеканка творожная с рисом со ступенным м (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подж., сметана)	150/30	61,39	20,9	10,05	50,49	375,99	187,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,96	0,04		9,19	36,92	431,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Яблоко свежее	115	18,16	0,46	0,46	11,27	51,06	-	
Итого за завтрак 7-11 лет:		529,00	85,00	23,65	10,81	86,15	536,87		

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Запеканка творожная с рисом со ступенным м (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подж., сметана)	170/25	67,68	22,64	10,89	54,7	407,32	187,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,96	0,04		9,19	36,92	431,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	1,99	2,63	0,35	17,85	85,05	-	
	Яблоко свежее	119	17,37	0,48	0,48	11,66	52,84	-	
Итого за завтрак 12 лет и старше:		553	90,00	25,78	11,71	93,4	582,13		

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Итого за завтрак 12 лет и старше:	Супл картофельный с бобовыми (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подж., соль йод.)	200	8,14	4,10	4,23	14,37	111,98	157,00	
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подж., мука, томат-паста,	40/60	58,57	11,88	13,90	4,55	190,79	675,00	

Обед 7-11 лет	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	15,37	6,50	4,88	38,16	222,53	307,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	5,89	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Сок фруктовый в пу 125	125	14,04	0,88	0,25	14,25	52,77	-
Итого за обед 7-11 лет:		841	105,00	27,05	23,68	108,05	753,49	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод.)	250	10,18	5,13	5,29	17,96	139,97	157,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсол., мука, томат. паста,	50/60	72,03	13,07	15,29	5,01	209,87	675,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	15,37	6,50	4,88	38,16	222,53	307,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	5,89	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Сок фруктовый в пу 125	125	14,04	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед 12 лет и старше:		895	120,00	28,82	26,06	109,04	785,99	

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

Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

День 8

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом кр (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо,	80/30	48,97	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пиоре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	28,58	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	4,87	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		521,00	85,00	19,14	24,34	73,64	590,23	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом кр	80/30	48,97	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
--	-------	-------	-------	-------	-------	--------	--------

Завтрак 12 лет и старше	Товядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо.	00,20	40,71	14,24	10,01	14,10	41,30	44,00
	Шоур картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	210	33,33	4,33	6,26	28,14	186,19	371,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,87	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		554,00	90,00	19,99	25,27	79,19	624,12	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (Фрикадельки мясные, сметана, картофель, капуста, морковь, лук	10/190	17,30	5,63	9,26	9,46	143,66	165,00
	Шницель мясной с соусом красным (Товядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сахар панир, масло	80/20	45,19	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая вязкая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	8,93	3,39	4,11	20,67	133,23	676,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с саха (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,17	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Мандарин.	119	22,17	0,95	0,24	8,93	41,65	-
Итого за обед 7-11 лет:		796,00	105,00	22,99	32,92	80,46	710,04	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (Фрикадельки мясные, сметана, картофель, капуста, морковь, лук	20/240	27,89	7,32	12,03	12,29	186,75	165,00
	Шницель мясной с соусом красным (Товядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сахар панир, масло	80/20	45,19	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая вязкая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	10,71	4,07	4,93	24,80	159,88	676,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с саха (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,17	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Мандарин.	130	24,21	1,04	0,26	9,75	45,50	-
Итого за обед 12 лет и старше:		904,00	120,00	25,97	36,61	91,82	800,64	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше:			45,96	61,87	171,01	1 424,76		

День 9

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Каша молочная пшеница "Боярская" с изюмом (Крупа пшено, изюм, молоко, вода, сахар-песок, масло сл., соль)	190	45,23	7,67	16,94	40,51	345,14	527,00
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	11/30	15,22	2,53	6,28	16,84	134,00	778,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	556,00	85,00	10,19	23,22	80,18	570,47	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная пшеница "Боярская" с изюмом (Крупа пшено, изюм, молоко, вода, сахар-песок, масло сл., соль)	210	49,98	8,47	18,72	44,77	381,48	527,00
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	11/33	15,47	2,71	6,74	18,08	143,81	778,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	579,00	90,00	11,18	25,46	85,68	616,61		

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Уха "Рыбцацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., Масло подж., соль йод.)	10/200	22,94	4,17	7,65	12,41	155,18	17,00
	Мясо тушеное (Говядина, лук репч., Масло подж., томат-паста, соль йод.)	45/50	63,03	13,39	13,34	1,24	188,52	1 036,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	170	9,81	4,85	4,34	33,51	202,42	585,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,31	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Итого за обед 7-11 лет:	710,00	105,00	25,23	25,74	78,13	685,16		

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Уха "Рыбцацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., Масло подж., соль йод.)	13/250	29,19	5,22	9,58	15,54	189,3	17,00
---	--------	-------	------	------	-------	-------	-------

Обед 12 лет и старше	Мясо тушеное (Овощина, лук репч., масло подсолн., томат-паста, соль йод.)	50/70	70,70	16,91	16,85	1,56	245,5	1 036,00	
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	190	10,97	5,42	4,85	37,45	215,06	585,00	
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,31	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-	
Итого за обед 12 лет и старше:		807,00	120,00	30,30	31,69	85,02	786,47		
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				35,43	48,96	158,31	1 215,63		
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				41,49	57,15	170,70	1 363,08		
День 10									
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Завтрак 7-11 лет	Ййцо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00	
	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/10	25,18	6,24	7,89	32,55	226,19	898,00	
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,89	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	22	1,83	1,65	0,22	11,22	53,46	-	
Итого за завтрак 7-11 лет:		662	85,00	16,79	20,78	76,27	557,68		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Ййцо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00	
	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/10	29,68	8,21	10,38	42,83	297,62	898,00	
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,89	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-	
Итого за завтрак 12 лет и старше:		718	90,00	19,21	23,33	89,61	643,69		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (Г+Ф) (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено,		10/200	13,72	4,39	8,01	5,45	141,49	8,00	
Тфтели II вариант с соусом красным		90/20	14,90	7,25	10,90	0,49	100,75	1,000	

	00,00	00,00	1,00	10,00	2,00	100,00	100,00
Обед 7-11 лет							
(Говядина, крупа рисовая, вода, лук репч., мука, Масло подсол., соль)							
Макаронные изделия отварные.	180	15,37	6,50	4,88	38,16	252,53	307,00
(Макаронные изделия, вода, Масло сл., соль йод.)							
Чай с сахаром	200	1,63			9,08	36,32	663,00
(Чай, сахар, вода)							
Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,16	2,85	0,38	19,38	92,34	-
(Чай, сахар, вода)							
Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за обед 7-11 лет:	863,00	105,00	21,09	23,56	95,25	777,43	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.							
Обед 12 лет и старше							
Ци по-уральски (пшено) с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено,	30/220	30,68	5,23	9,54	6,49	202,72	8,00
Тертели II вариант с соусом красным (Говядина, крупа рисовая, вода, лук репч., мука, Масло подсол., соль	80/20	47,49	6,68	9,36	8,57	185,22	18,00
Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, Масло сл., соль йод.)	180	15,37	6,50	4,88	38,16	252,53	307,00
Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	23	1,91	1,73	0,23	11,73	55,89	-
Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:	878,00	120,00	20,14	24,00	87,78	787,68	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			37,89	44,34	171,52	1 235,11	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			39,35	47,33	177,39	1 291,38	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.			76,23	82,86	281,21	2 200,29	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и			84,66	92,33	317,31	2 463,65	
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.			101,56	125,47	284,77	2 676,18	
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и ста			114,82	144,47	321,91	3 048,75	