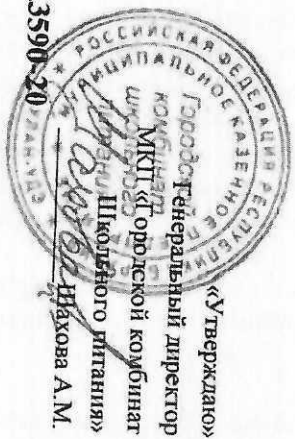




Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20



Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак	Закуска порпикованная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Макаронны с ветчиной и томатом (Макаронные нтл, ветчина, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодир)	200	11,22	9,48	36,6	276,6	448
	Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	603
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Печеночен	40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого за завтрак:		550	16,7	11,44	100,81	573	

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Сок фруктовый в погребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	
Итого за завтрак:		200	1,4	0,4	22,8	100,4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Закуска порпикованная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Макаронны с ветчиной и томатом (Макаронные нтл, ветчина, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодир)	250	14,03	11,85	45,75	345,75	448
	Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	603
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Печеночен	40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого за завтрак:		599	19,44	13,8	109,45	639,72	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Закуска порпикованная (огурцы свежие)	100	1,1	0,2	36,8	21,4	982
---------------------------------------	-----	-----	-----	------	------	-----

		10/250/10	8,27	7,71	16,44	168,23	127/998
Обед	Суп из овощей с фаршем и трюшками (фарш гов., капуста, картофель, морковь, лук репч., сметана, масло сливочн., соль йодир., масле растит., гречки)	110	14,27	12,26	10,01	207,46	1061
	Котлета Мечта с соусом Бельм (минтай, свинина, крупа манная, молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., соус Бельм) 90/20	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	0,23	1	16,8	77,1	904
	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха протертая с сахаром, вода)	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-
	Хлеб пшеничный йодированный	864	29,38	26,77	116,41	692,1	-
Итого за обед:	#ИМЯ?	4	2	55,6	256,4		
Итого за день 1. Возрастная категория: 7-11 лет	904	31,98	28,37	149,21	848,1		
День 2	Возрастная категория: 7-11 лет						
Завтрак	Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом (молоко, Масло сливочное, сахар-песок, хлопья «Геркулес», соль йодиров.)	160/7	6,34	7,09	21,13	197,66	898
	Запеканка из творога со ступеным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, сухари панировочные, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметана, ступенное молоко)	110/30	24,41	9,16	28,12	292,55	342
	Кофейный напиток заварочный (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Итого за завтрак:	533	34,21	17,64	81,12	620,04	
Возрастная категория: 7-11 лет		30	0,04	0	31,76	127,2	-
Второй завтрак	Мармелад железный в индив. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	-
Итого за завтрак:	30	0,04	0	31,76	127,2	-	
Возрастная категория: 12 лет и старше		30	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Завтрак	Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом (молоко, Масло сливочное, сахар-песок, хлопья «Геркулес», соль йодиров.)	200/10	7,97	8,91	34,11	248,56	898
	Запеканка из творога со ступеным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, сухари панировочные, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметана, ступенное молоко)	110/30	24,41	9,16	28,12	292,55	342
	Кофейный напиток заварочный (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,18	0,29	14,79	70,47	-

1 см

	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Печенье Байкальское (конд.пех)	80	5,44	19,36	50,38	157,5	328
Итого за завтрак:		635	24,18	45,71	126,94	675,77	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Обед						
	Борщ Сибирский с фаршем (фарш говяжий, свекла, картофель, морковь, лук репч., томат паста, Масло подсолн.-, фисеол, сахар, лимонная кислота, соль йод)	15/200	4,54	4,81	10,63	103,98	144/998
	Тертели II вариант с соусом красным (говядина, крупа рисовая, лук репч., соль йодир., соус красный осн.) 80/30	110	7,35	10,29	9,42	159,75	18
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодиров., масло сл.)	160	6,61	5,06	40,51	233,98	632
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, 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	-
	Гематоген	40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого за обед:		773	24,73	22,35	128,69	814,86	
Итого за день 3. Возрастная категория: 7-11 лет		780	24,21	44,1	140,98	707,6	
Итого за день 3. Возрастная категория: 12 лет и старше		773	24,73	22,35	128,69	814,86	
День 4							
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Завтрак						
	Котлета Домашняя с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод, сухарь панир, яйцо, масло раст., соус красн. осн.) 80/30	110	11,73	17,92	12,28	207,35	246
	Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль йодир.)	160	3,84	5,1	38,87	176,78	552
	Чай с МОЛОКОМ (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	60,47	-
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	-
Итого за завтрак:		699	21,11	31,12	87,08	611,29	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Второй завтрак	Груша	119	0,48	0,36	12,26	54,15	
Итого за завтрак:		119	0,48	0,36	12,26	54,15	
Возрастная категория: 12 лет и старше							

Орган, назначающий МСЗ (П) по Республике Бурятия: ул. Коммунистическая; 4; территорияльная принадлежность

Итого за завтрак: 580

Возрастная категория: 7-11 лет и старше

03.04.2023

03.04.2023

1122

Суп картофельный с фрикадельками и грибами (картофель, морковь, лук репчатый, морская капуста, лук репчатый, масло растит., сметана, сыр, масло сливочное, соль)

10/200/10

31.03.2023

9,25

29.02.2024

10,08

03.04.2023

204,18

523

Плов из говядины (говядина, морковь, лук репчатый, морковь, соль)

5/195

22,81

31.03.2023

29.02.2024

49,39

03.04.2023

437,73

603

Чай с молоком (молоко, сахар, чай)

2/00

1,36

01.03.2023

29.02.2024

32,14

03.04.2023

26,69

603

Хлеб пшеничный (пшеница, дрожжи, соль)

2/27

2,03

01.03.2023

29.02.2024

39,12

03.04.2023

65,61

523

Хлеб ржаной

2/20

1,32

01.03.2023

29.02.2024

7,92

03.04.2023

52,77

523

Сок фруктовый

2/25

0,88

01.03.2023

29.02.2024

4,25

03.04.2023

67,77

523

Итого за обед: 37,65

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

34,25

37,65

8003,00

106,46

03.04.2023

836,1

1042

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

Итого за день 3. Возрастная категория: 7-11 лет

336,07

37,65

8003,00

106,46

03.04.2023

678,23

1042

Зразы ленивые (картофель, морковь, лук репчатый, соль, яйца)

2/20

11,57

19.03.2009

18,63

03.04.2023

177,05

867

Пюре овощное (картофель, морковь, лук репчатый, соль)

2/20

2,98

19.03.2009

4,55

03.04.2023

80,48

867

Компот из фруктов (сухофрукты, сахар, лимонная кислота)

2/20

0,57

19.03.2009

0,55

03.04.2023

72,9

692

Хлеб пшеничный (пшеница, дрожжи, соль)

2/20

2,25

19.03.2009

15,3

03.04.2023

72,9

692

Итого за завтрак: 580

Возрастная категория: 7-11 лет

22,81

43,18

8003,00

118,18

03.04.2023

607,2

328

Второй завтрак: Сок фруктовый в потребительской упаковке

Возрастная категория: 7-11 лет

1,4

0,9

8003,00

22,18

03.04.2023

100,4

1042

Итого за завтрак: 200

Возрастная категория: 7-11 лет и старше

1,4

0,9

8003,00

22,18

03.04.2023

100,4

1042

Зразы ленивые соусом красным (говядина, лук репчатый, морковь, лук репчатый, соль)

2/20

11,57

19.03.2009

14,32

03.04.2023

177,05

867

Пюре овощное (картофель, морковь, лук репчатый, соль)

2/20

3,97

19.03.2009

4,84

03.04.2023

175,69

867

Компот из смеси сухофруктов с вит С (сухофрукты, лимонная кислота)

2/20

0,57

19.03.2009

0,55

03.04.2023

80,48

692

Итого за завтрак: 200

Возрастная категория: 7-11 лет и старше

0,57

0,9

8003,00

22,18

03.04.2023

100,4

1042

Итого за завтрак: 200

Возрастная категория: 7-11 лет и старше

0,57

0,9

8003,00

22,18

03.04.2023

100,4

1042

Итого за завтрак: 200

Возрастная категория: 7-11 лет и старше

0,57

0,9

8003,00

22,18

03.04.2023

100,4

1042

Заявитель уведомлен: письменно

1042

Хлеб пшеничный йодированный	28	2,1	0,28	14,28	68,04	
Итого за завтрак:	540	30,29	18,61	77,01	599,53	

Возрастная категория: 7-11 лет

Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	
Итого за завтрак:	200	1,4	0,4	22,8	100,4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак						
Сыр порциками	26	6,03	7,67	0	93,16	982
Котлеты рубленые из курицы с соусом красным (филе куриное, лук репч., батон, сухари, соль йод, масло раст., соус белый) 90/30	120	17,52	7,77	17,04	208,17	1069/337
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	190	6,86	5,15	40,28	234,9	307
Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
Хлеб пшеничный йодированный	32	2,4	0,32	16,32	77,76	-
Итого за завтрак:	588	32,96	20,91	88,25	673,03	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед						
Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	5,46	10,02	16,25	177,02	17
Уха Рыбцака (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	20/250	11,57	18,17	14,32	257,05	1042/337
Зразы ленивые с соусом красным (говядина, яйцо, лук репч., масло раст., соль йод., молоко, батон, сухарь панир., соус красный ост.) 90/30	120	4,74	5,32	47,56	247,08	297
Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	180	1,4	0,4	22,8	100,4	-
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,91	0,35	11,48	56,72	-

Итого за обед:

Итого за день 6. Возрастная категория: 7-11 лет	740	31,69	19,01	99,81	699,93	
Итого за день 6. Возрастная категория: 12 лет и старше	1488	60,29	55,47	215,96	1584,2	

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак						
Запеканка творожная с рисом со ступенным МОЛОКОМ (творог 5%, сахар-песок, крупа рисовая, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметана, ванилин) 180/30	210	21,38	11,73	51,91	412,66	187
Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066

Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	62,9		
Яблоко	164	0,66	0,66	16,07	72,82		
Итого за завтрак:	604	25,8	13,82	95,89	615,03		

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Мармелад желтый в индив. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	
Итого за завтрак:		30	0,04	0	31,76	127,2	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Запеканка творожная с рисом со ступенным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа рисовая, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметана, ванилин) 200/30	230	26,7	12,84	64,52	480,43	187
	Кофейный напиток заварочный (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	
	Яблоко	157	0,63	0,63	15,39	69,71	
	Итого за завтрак:	617	31,09	14,9	107,82	689,69	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Закуска порционированная (отурица свежее)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп картофельный с фаршем и грибами (картофель, морковь, лук реп., масло раст., фарш говяд., зелень)	20/250/15	6,38	5,14	24,01	167,82	698/09
	Кюфта по-Московски с соусом красным основ. (говядина, свинина, крупа рисовая, лук реп., яйцо, мука, сухари, соль йод., масло раст., соус красный осн.) 80/30	110	14,3	21,37	8,75	284,53	209/337
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Компот из смеси сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611
Итого за обед:	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,94	29,34	
	Итого за обед:	910	29,67	31,58	106,43	828,61	
Итого за день 7. Возрастная категория: 7-11 лет	634	25,84	13,82	127,65	742,23		
Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше	910	29,67	31,58	31,58	828,61		

Возрастная категория: 7-11 лет

Подпись

Обед	Котлета Незайка с соусом крас. основным (говядина, свинина, молоко, батон, лук репч., яйцо, сухари панир, масло подсе. соль, йодир, соус кр. осн.) 80/30	110	12,54	18,67	14,16	274,83	223/370
	Парнир каша гречневая расщипчатая (крупа гречневая, масло слив., соль, йод)	200	8,26	6,32	50,64	282,48	632
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный йодированный	33	2,48	0,33	16,83	80,19	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	-
	Итого за обед:	1057	33,33	40,23	128,81	998,99	
Итого за день 10. Возрастная категория: 7-11 лет	677	14,58	19,27	124,7	739,32		
Итого за день 10. Возрастная категория: 12 лет и старше	1057	33,33	40,23	128,81	998,99		
Среднее значение за период по завтраккам 7-11 лет	193,2	4,07	4,968	33,781	196,834		
Среднее значение за период по вторым завтраккам 7-11 лет	#ЗНАЧ!	5,218	3,083	22,303	129,927		
Среднее значение за период по завтраккам 12 лет и стар	#ЗНАЧ!	3,324	2,976	13,359	93,508		
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше	649	20,513	17,198	66,946	601,044		

Кисель детский «Виготка» (сметанная кисель «Виготка», вода)	200	0	0	21,39	85,56	902
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной	28	1,85	0,34	11,09	54,77	-
Пематоген	40	2,6	1,6	32,8	156	-

Итого за обед:

	884	27,71	26,69	104,86	939,8	-
--	-----	-------	-------	--------	-------	---

Итого за день 9. Возрастная категория: 7-11 лет

	319	8,74	6,68	62,9	267,63	
--	-----	------	------	------	--------	--

Итого за день 9. Возрастная категория: 12 лет и старше

#ЗНАЧ!	33,71	19,2	123,63	1106,29		
--------	-------	------	--------	---------	--	--

День 10

Возрастная категория: 7-11 лет

Дйцо вареное (1 шт.)	40	5,08	4,6	0,28	62,84	776
Каша Молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	150	6,05	13,37	31,98	272,48	527
Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Банан	227	2,04	0,68	28,6	128,71	-

Итого за завтрак:

	647	14,54	19,27	92,94	612,12	
--	-----	-------	-------	-------	--------	--

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Мармелад желеный в индив. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	-
Итого за завтрак:		30	0,04	0	31,76	127,2	

Возрастная категория: 7-11 лет

Дйцо вареное (1 шт.)	40	5,08	4,6	0,28	62,84	776
Каша Молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	180	7,26	16,05	38,38	326,98	527
Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Банан	227	2,04	0,68	28,6	128,71	-
Итого за завтрак:	677	15,82	21,95	99,85	666,62	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Шиш по - Уральски с фаршем (фарш говяд., крупа перловая, лук, перец, морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат, пахта)	30/250	6,03	8,15	7,11	125,89	8,998
---	--------	------	------	------	--------	-------

Итого за обед:	1007	31,87	30,77	88,26	807,24	
Итого за день 8. Возрастная категория: 7-11 лет	544	21,9	24,01	112,69	726,47	
Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше	1603	56,09	3,83	177,94	1477,35	
День 9						

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак	Пшеницель мясной с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод., сухарь панир, яйцо, чеснок сух., масло раст., соус красный) 90/20	110	11,9	20,08	13	190,26	1055/370
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	150	6,2	4,74	37,98	160,36	632
	Компот из кураги с витамином С (курага, вода, сахар, лимонная к-та, аскорбиновая к-та.)	180	0,89	0,05	16,52	70,15	669
	Хлеб пшеничный йодированный	22	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	-
Итого за завтрак:	662	22,64	31,49	97,72	614,23	-	

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Груша свежая	119	0,48	0,36	12,26	54,15	-
Итого за завтрак:		119	0,48	0,36	12,26	54,15	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Пшеницель мясной с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод., сухарь панир, яйцо, чеснок сух., масло раст., соус красный)	120	12,98	21,9	14,18	193,74	1055/370
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	200	8,26	6,32	50,64	213,48	632
	Компот из кураги с витамином С (курага, вода, сахар, лимонная к-та, аскорбиновая к-та.)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669
	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	-
Итого за завтрак:	755	26,86	35,03	120,03	710,21		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Борщ с капустой, картофелем, фаршем и гречками (гов., картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод., гречка)	25/250/15	6	7,49	18,77	166,49	165/998
	Фрикадельки рыбные с соусом белым (горбуша св., батон, лук репч., яйцо, соль йод., соус белый овн.) 90/30	110	12,59	5,74	7,77	133,1	651
	Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль йодир.)	200	4,81	6,38	48,59	270,98	552

Завтрак	Сеченики «Посоольские» (филе минтай, яйцо, крупа манная, сухари панировочные, молоко, яйцо, масло слив солн. йод.) 90	90	13,88	9,25	7,85	170,17	1062
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	3,09	4,47	20,1	132,99	371
	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	190	0,24	1,05	17,74	81,39	904
	Хлеб пшеничный йодированный	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-
	Кекс столовый (кондитерский пех)	60	2,85	9	23	156,4	137
Итого за завтрак:	514	21,86	24,01	80,93	599,27		

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Мармелад жележный в индив. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	-
Итого за завтрак:		30	0,04	0	31,76	127,2	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Сеченики «Посоольские» с соусом красным (филе минтай, яйцо, крупа манная, сухари панировочные, молоко, яйцо, масло слив. соль йод., соус красный) 90/30	120	15,26	10,91	9,29	196,41	1062/370
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	190	3,91	5,66	25,46	168,45	371
	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	0,25	1,11	18,67	85,67	904
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Кекс столовый (кондитерский пех)	60	2,85	9	23	156,4	137
Итого за завтрак:	596	24,22	26,94	89,68	670,11		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Буллон с мясными фрикадельками и тренками (фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок суш., приправа, соль йод.)	30/250/15	5,71	5,82	8,77	110,28	1079
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшениц., соль йодир.) 55/65	120	14,26	16,68	5,46	228,95	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	200	7,22	5,42	42,4	247,26	307
	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Груша	147	0,59	0,44	15,14	66,89	-

Итого за завтрак:

200	0,04	0	31,76	127,2	
-----	------	---	-------	-------	--

Возрастная категория: 12 лет и старше

Яйцо перепелиное вареное (1 шт.)	15	1,64	1,47	0,09	20,15	776
Каша молочная рисовая с маслом (крупа кукурузная, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	200/5	7,02	5,92	46,31	266,6	898
Сыр в индивидуальной упаковке (1 шт.)	18	1,37	2,98	0,88	35,82	
Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	
Банан	230	2,07	0,69	28,98	130,41	
Итого за завтрак:	694	15,87	12,99	102,74	591,35	-

Возрастная категория: 12 лет и старше

Суп диетический домашний с фаршем (говядина, лапша Ролтон, лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.)	30/250	4,74	7,21	13,36	137,3	694/998
Шницель мясной с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод., сухарь панир, чеснок, яйцо, масло раст., соус красный) 90/30	120	12,98	21,9	14,18	305,74	1055/370
Гарнир «Овощной калейдоскоп» (крупа рисовая, кукуруза, зеленый горошек, морковь, лук репчатый, соль йод.)	190	4,22	13,93	32,81	273,47	293
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0	0	9,08	36,92	663
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	
Яблоко свежее	140	0,56	0,56	13,72	62,16	
Итого за обед:	994	26,73	44,26	110,33	947,17	-

Итого за день 5. Возрастная категория: 7-11 лет

836	17,28	20,62	121,14	739,32	
-----	-------	-------	--------	--------	--

Итого за день 5. Возрастная категория: 12 лет и старше

951	26,73	44,26	110,33	947,17	
-----	-------	-------	--------	--------	--

День 6

Возрастная категория: 7-11 лет

Сыр порцирами	22	5,1	6,49	0	78,83	982
Котлеты рубленые из курицы с соусом красным (филе куриное, лук репч., батон, сухари, соль йод., масло раст., соус белый) 90/30	120	17,52	7,77	17,04	208,17	1069/337
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло слив.)	150	5,42	4,07	31,08	185,45	307
Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977

Завтрак	Котлета Домашняя с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст., соус красн. осн.) 80/30	110	11,73	17,92	12,28	207,35	246
	Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль йодир.)	220	5,29	7,01	53,45	238,07	552
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб пшеничный йодированный	36	2,7	0,36	18,36	87,48	-
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	-
Итого за завтрак:		766	21,08	33,1	105,23	699,59	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Солянка Детская с тренками (говядина, ветчина, картофель, лук репч., морковь, отруби соевые, масло подсолн., соль йодир., томат. паста, Гренки)	15/200/15	6,77	5,28	10,86	118,03	996
	Мясо тушеное (говядина, лук репч., томат паста, Масло раст., соль йод.) 50/50	100	14,09	14,04	1,3	187,92	1036
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, Масло сл., соль йодир.)	150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
	Компот из кураги с витамином С (курага, сахар-песок, витамин С)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Груша	132	0,53	0,4	13,6	60,06	-
Итого за обед:		842	30,05	24,15	91,22	702,3	
Итого за день 4. Возрастная категория: 7-11 лет		319	2,48	6,76	31,26	194,15	
Итого за день 4. Возрастная категория: 12 лет и старше		842	32,75	23,79	109,58	789,78	
День 5							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Яйцо вареное (1 шт.)	40	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша молочная Бойрская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, масло, соль йод., Масло слив.)	150	6,05	13,37	31,98	272,48	527
	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Банан	227	2,04	0,68	28,6	128,71	-
Итого за завтрак:		636	17,24	20,62	89,38	612,12	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Второй завтрак	Мармелад желевый в индив. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	