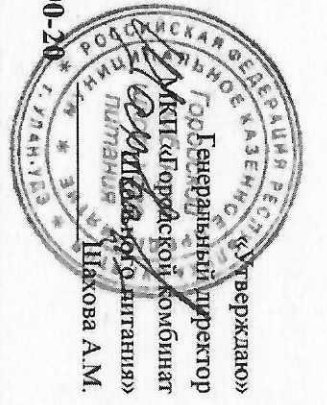




Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20



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

Неделя 1 (2 смена)

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Пш из свежей капусты с картофелем с фаршем и грибами (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, Масло раст., соль йод., зелень)	20/200/15	4,69	6,07	11,31	118,62	197/998
	Колобки «Приморье» с маслом (горбуша, крупа рисовая, лук, яйцо йодт., соль, масло сл 90/10)	95	15,32	13,62	5,93	207,6	256
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йодт.)	160	3,3	4,77	21,44	141,86	371
	Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
	Хлеб пшеничный водороданный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	10,3	50,86	-
	Сок фруктовый в и/у	1/125	0,88	0,25	14,25	62,77	-
	Итого за обед:	887	28,01	25,28	91,1	703,93	
	Пирожки печенные с мясом и рисом (мука, сахар-песок, масло сл., крупа рисовая, яйцо, говядина, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	80	9,81	9,15	30,07	241,9	60
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
Тематоген	яльв.40	2,6	1,6	32,8	156	-	
Итого за полдник:	320	12,41	10,75	71,95	434,22		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Пш из свежей капусты с картофелем с фаршем и грибами (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, Масло раст., соль йод., зелень)	30/250/15	5,79	7,49	13,96	178,39	197/998
	Колобки «Приморье» с маслом (горбуша, крупа рисовая, лук, яйцо йодт., соль, масло сл 90/10)	100	16,12	14,34	6,25	228,52	256
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йодт.)	180	3,71	5,36	24,12	169,59	371
	Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977

Обед	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	3,71	5,36	24,12	169,59	371
	Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	49,6	-
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,94	29,34	-
	Сок фруктовый в пу.	1/125	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед:	955	29,14	27,82	89,33	777,25		

Полдник	Пирожки печеные с мясом и рисом (мука, сахар-песок, масло сл, крупа рисовая, яйцо, говядина, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	90	11,04	10,3	33,83	272,14	60
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Гематоген	1/40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого за полдник:	330	13,64	11,9	75,71	464,46		

Итого за день 1. Возрастная категория: 7-11 лет	1207	40,42	36,03	163,05	1138,15	
Итого за день 1. Возрастная категория: 12 лет и старше	1285	42,78	39,72	165,04	1241,71	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Суп картофельный с бобовыми и гречками (картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., чеснок)	200/10	5,06	5,49	19,94	149,42	157/998
	Пудинг из говядины с соусом красным (говядина, молоко, яйцо, масло подсолнечное, соль йод., сахар)	110	16,97	17,58	2,57	226,38	804
	Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль йодир.)	150	3,6	4,78	36,44	203,23	552
	Компот из смеси сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за обед:	125	0,88	0,25	14,25	62,77		

Итого за обед:		824	29,26	28,39	107,54	802,75	
Ватрушка слобная с творогом (мука, сахар, творог, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, яйца, соль, ванилин)		70	9,73	4,8	28,19	194,82	322
Чай с молоком (чай, молоко)		200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Банан		208	1,87	0,62	26,21	117,94	-
Итого за полдник:		478	12,96	6,83	56,54	339,45	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Итого за обед:		10/250/15	10,13	8,33	22,65	206,09	157/998
Суп картофельный с бобовыми, с мясом и грибами (картофель, горох, морковь, лук репчатый, соль, масло растит., чеснок)		110	16,97	17,58	2,57	236,38	804
Пудинг из говядины с соусом красным (говядина, молоко, яйца, масло подсолнечное, соль, ванилин, сыр) 80/30		180	4,33	5,74	43,73	243,88	552
Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль, копир.)		200	0,57	0	19,55	80,48	611
Компот из смеси сухофруктов с виш С (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота, аскорб. кислота)		32	2,4	0,32	16,32	77,76	-
Хлеб пшеничный йодированный		125	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Сок фруктовый в потребит. упак. 1 шт.		922	35,28	32,22	119,07	907,36	-
Итого за обед:		70	9,73	4,8	28,19	194,82	322
Ватрушка слобная с творогом (мука, сахар, творог, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, яйца, соль, ванилин)		200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Чай с молоком (чай, молоко)		235	2,12	0,71	29,61	133,25	-
Банан		505	13,21	6,92	59,94	354,76	-
Итого за полдник:		1302	42,22	35,22	164,08	1142,2	
Итого за день 2. Возрастная категория: 7-11 лет		1427	48,49	39,14	179,01	1262,12	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Итого за день 3							

Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем и сухариками (говядина, картофель, капуста, свекла, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	10/200/15	4,66	5,81	14,57	119,17	165/998	
	Быточки мясные с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод, сухарь панир, яйцо, чеснок сух., масло раст., соус красный)	120	8,98	11,9	10,18	190,74	1055/370	
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йод)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307	
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	49,6	-	
	Хлеб ржаной	16	1,06	0,19	6,34	31,3	-	
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	-	
	Итого за обед:	869	26,25	31,13	115,78	854,65		
	Полдник	Роталик сахарный (кондитер.) (мука, масло сл., яйцо, сахар-песок, сода, соль йод.)	70	4,8	10,9	26,4	201,22	385
		Чай с сахаром (чай, сахар)	180	0	0	9,08	36,32	663
Гематоген		январь 40	2,6	1,6	32,8	156	-	
Итого за полдник:		290	7,4	12,5	68,28	393,54		
Итого за обед:		987	26,73	29,74	123,24	862,87		
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем и сухариками (говядина, картофель, капуста, свекла, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	25/250/15	6	7,49	18,77	166,49	165/998	
	Быточки мясные с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод, сухарь панир, яйцо, чеснок сух., масло раст., соус красный)	120	8,98	11,9	10,18	190,74	1055/370	
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йод)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307	
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	49,6	-	
	Хлеб ржаной	16	1,06	0,19	6,34	31,3	-	
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	-	
	Итого за обед:	869	26,25	31,13	115,78	854,65		

Обед	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Солянка Детская (мясо говядина, ветчина, картофель, лук репч., морковь, огурцы соленые, томат, масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	20/250/10	8,24	6,43	14,22	183,69	996
	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль йод.) 50/70	120	14,04	14,97	4,31	228,12	550
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	180	5,42	4,95	37,45	235,06	585
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный йодированный	23	1,73	0,23	15,3	72,9	-
Итого за обед:	907	30,57	26,78	84,27	778,09		
Полдник	Пицца с ветчиной и сыром (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат.паста, ветчина, капуста, лук репч.)	90	8,58	13,83	23,37	252,24	1065
	Чай с медом (чай, сахар-песок)	180/18	0,14	0	13,15	53,14	977
	Мармелад желейный в индив. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	-
	Итого за полдник:	318	8,76	13,83	68,28	432,58	
Итого за день 4. Возрастная категория: 7-11 лет	#ЗНАЧИ	35,94	30,78	88,74	835,72		
Итого за день 4. Возрастная категория: 12 лет и старше	341	10,49	14,06	83,58	505,48		
День 5							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша домашняя роллтон, лук репч., морковь, масло раст., соль йодир.)	20/200	5,19	8,54	10,24	138,62	694/1067
	Котлета Домашняя с маслом (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир., яйцо, масло раст., масло слив.) 90/5	95	12,55	18,42	11,62	262,46	246
	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	150	3,39	4,11	20,67	133,23	676
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной	26	1,58	0,29	9,5	46,94	-

	Гематоген	январь, 40	3,9	5,1	8,4	95,1	-	
Итого за обед:		756	28,49	36,71	82,26	773,42	-	
Полдник	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто слоеное дрожжевое, сыр, масло слив.)	70	8,06	11,01	26,31	236,62	328	
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	-	9,19	36,92	431	
	Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2		
Итого за полдник:		374	8,35	11,55	42,37	353,74		
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Обед	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша домашняя ролитон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	30/250	6,6	10,87	13,04	176,43	694/1067	
	Котлета Домашняя с маслом (говядина, свинина, батон, соль йод, сухарь панир, яйцо, масло раст, масло слив.) 90/10	100	13,25	22,25	12,31	302,51	246	
	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	220						
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	4,07	4,93	24,8	159,88	676	
	Хлеб пшеничный йодированный	28	0	0	9,08	36,32	663	
	Хлеб ржаной	26	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Гематоген	январь, 40	3,9	5,1	8,4	95,1	-	
	Итого за обед:		894	29,7	43,4	80,38	830,99	-
	Полдник	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто слоеное дрожжевое, сыр, масло слив.)	85	9,79	13,37	31,95	287,32	328
		Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	-	9,19	36,92	431
Десерт фруктовый		1/100	0,6	0,2	19	80,2		
Итого за полдник:		389	8,35	11,55	42,37	404,44		
Итого за день 5. Возрастная категория: 7-11 лет		1130	36,84	48,26	124,63	1127,16		
Итого за день 5. Возрастная категория: 12 лет и старше		1283	38,05	54,95	122,75	1235,43		
Неделя 3								
День 6								

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, айра)	10/200	4,17	7,65	12,41	135,18	17	
	Котлета Незнайка с соусом крас. осн (говядина, свиная, морковь, брокколи, лук репчат., айра, специи шпир., масло подсолнечное, соль йодир.) 80/30	110	12,54	18,67	14,16	274,83	225/370	
	Пюре овощное (картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль йодир.)	150	2,98	5,87	18,63	139,27	867	
	Чай с мёдом (чай, мёд, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977	
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-	
	Хлеб ржаной	22	1,65	0,3	9,9	48,9	-	
	Груша свежая	152	0,61	0,66	15,66	69,16	-	
	Итого за обед:	843	24,05	33,21	98,63	789,83		
	Полдник	Пирожки печеные с мясом – картофельным фаршем (мука, сахар-песок, масло сл., картофель, яйцо, говядина, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	80	8,6	8,03	30,41	228,32	60
		Чай с лимоном (чай, лимон, сахар)	200/7	0,04	0	9,33	37,46	603
Десерт фруктовый		100	0,6	0,2	19	80,2	-	
Итого за полдник:		387	9,24	8,23	58,74	789,56		
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Обед	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, айра)	20/250	5,36	9,84	15,95	173,8	17	
	Котлета Незнайка с соусом крас. осн (говядина, свиная, морковь, брокколи, лук репчат., айра, специи шпир., масло подсолнечное, соль йодир.) 80/30	110	12,54	18,67	14,16	274,83	225/370	
	Пюре овощное (картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль йодир.)	180	3,58	7,04	22,36	167,12	867	
	Чай с мёдом (чай, мёд, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977	
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Хлеб ржаной	24	1,38	0,29	9,5	46,94	-	
	Груша свежая	167	0,67	0,5	17,2	75,99	-	
	Итого за обед:	924	25,76	36,59	106,53	858,47		
	Полдник	Пирожки печеные с мясом – картофельным фаршем (мука, сахар-песок, масло сл., картофель, яйцо, говядина, лук репчат., масло раст., соль йодир.)	100	10,75	10,04	38,01	285,4	60
		Чай с лимоном (чай, лимон, сахар)	200/7	0,04	0	9,33	37,46	603

	Десерт фруктовый	100	0,6	0,2	19	80,2	-
Итого за полдник:		407	11,39	10,24	66,34	403,06	
Итого за день 6. Возрастная категория: 7-11 лет		1230	33,29	41,44	157,37	1579,39	
Итого за день 6. Возрастная категория: 12 лет и старше		1331	37,15	46,83	172,87	1261,53	
День 7		Возрастная категория: 7-11 лет					
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фаршем и тренками (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод., тренки)	10/200/15	4,66	5,81	14,57	129,17	165
	Биточки из курицы с соусом красным. (филе курицы, свинина, лук репч., яйцо, батон, масло слив., сухари, соль йод., масло раст., соус красный) 90/20	110	16,06	7,12	15,62	190,82	1069
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
	Компот из смеси сухофруктов с виг С (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611
	Хлеб пшеничный йодированный	23	1,73	0,23	11,73	55,89	-
	Тематоген 1 шт	40	2,6	1,6	32,8	156	
Итого за обед:		748	31,04	18,83	126,07	797,81	1065
Полдник	Пицца с ветчиной и сыром (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, чай с сахаром (чай, сахар-песок)	80	7,63	12,29	20,77	224,21	1065
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Груша свежая	173	0,69	0,52	17,82	78,72	-
Итого за полдник:		386	8,32	12,81	47,67	339,25	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фаршем и тренками (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод., тренки)	20/250/15	5,9	7,36	18,45	163,62	165/998
	Биточки из курицы с соусом красным. (филе курицы, свинина, лук репч., яйцо, батон, масло слив., сухари, соль йод., масло раст., соус красный) 90/30	120	17,52	7,77	17,04	208,17	1069
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307
	Компот из смеси сухофруктов с виг С (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611
	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	
Итого за обед:		877	36,77	22,18	149,67	945,31	

Полдник	Пицца с ветчиной и сыром (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат паста, ветчина, капуста, лук репч.)	100	9,54	15,36	25,96	280,26	1065
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Груша свежая	164	0,66	0,49	16,89	74,62	-
Итого за полдник:		464	10,2	15,85	51,93	391,2	
Итого за день 7. Возрастная категория: 7-11 лет		1134	39,36	31,64	173,74	1137,06	
Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше		1341	46,97	38,03	201,6	1336,51	
День 8							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Расходник «Ленинградский» с фаршем и грибами (фарш говяжий, картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., отруби коно., масло подсол., соль йод., тренки)	15/200/10	4,87	5,96	17,33	142,42	167/998
	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод., сухарь панир, яйцо, масло раст., соус красный) 90/30	120	12,98	19,9	14,18	245,74	1055/370
	Гарнир «Забавка» (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	4,63	4,22	35,56	193,36	310
	Кисель из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок, крахмал)	200	2,19	1,62	20,33	102,66	906
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	10,3	50,86	-
	Сок в потребительской упаковке 1 шт	125	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед:		872	29,22	32,52	125,21	860,99	
Полдник	Слойка с творогом (мука, яйцо, сахар, творог, ванилин, тесто слоеное)	80	10,51	14,52	23,35	266,08	9
	Чай с медом (чай, мед)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	125	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за полдник:		425	11,54	14,77	52,21	387,89	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Расходник «Ленинградский» с фаршем и грибами (фарш говяжий, картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., отруби коно., масло подсол., соль йод., тренки)	25/250/15	6,27	7,68	22,34	183,5	167/998
	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свинина, батон, соль йод., сухарь панир, яйцо, масло раст., соус красный) 90/30	120	12,98	19,9	14,18	245,74	1055/370
	Гарнир «Забавка» (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	190	5,86	5,35	45,04	251,74	310
Итого за обед:		200	2,19	1,62	20,33	102,66	906

	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
	Сок в потребительской упаковке 1 шт	125	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед:		979	32,01	35,39	140,83	965,78	
Поддник							
	Слойка с творогом (мука, яйцо, сахар, творог, ванилин, тесто слоеное)	95	12,48	17,24	27,73	315,97	9
	Чай с медом (чай, мед)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
	Сок фруктовый в потребительской упак.	125	0,88	0,25	14,25	62,77	
Итого за полдник:		430	13,51	17,49	56,59	437,78	
Итого за день 8. Возрастная категория: 7-11 лет		1297	40,76	47,29	177,42	1248,88	
Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше		1409	45,52	52,88	197,42	1403,56	

День 9 **Возрастная категория: 7-11 лет**

	Возрастная категория: 7-11 лет						
	Закуска порционированная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Суп картофельный с фаршем и грибами (фарш гов., картофель, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки)	15/200/10	5,03	4,06	18,96	132,49	698/998
Обед							
	Масло тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшен., соль йодир.) 50/60	110	13,07	15,29	5,01	209,87	675
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
Итого за обед:		796	26,54	23,81	87,79	671,44	
Поддник							
	Хачапури Школьник (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, картофель, соль йод.)	65	7,71	5,38	24,48	177,24	68
	Компот из свежих фруктов с вит С (груши, сахар, лимон-кислота,	190	0,14	0,1	13,92	57,18	692
	Панпикот овсяный в потребительской упаковке	200	2	6,4	19	140	
Итого за полдник:		455	9,85	11,88	57,4	374,42	
Итого за день 9. Возрастная категория: 12 лет и старше		100	0,8	0,1	2,2	14,1	982

Обед	Суп картофельный с фаршем и грибами (фарш гов., картофель, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., Тренки)	15/250/10	6,15	4,96	23,17	161,93	698/998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшен., соль йодир.) 50/60	110	13,07	15,29	5,01	209,87	675
	Перловая отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Итого за обед:	917	28,83	25,51	98,61	740,47	-	
Полдник	Хачапури Школьник (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, картофель, соль йод.)	80	9,49	6,63	30,13	218,15	68
	Компот из свежих груш с виг С (груши, сахар, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	0,15	0,11	14,65	60,19	692
	Напиток овсяный в погребительской упаковке	200	2	6,4	19	140	-
	Итого за полдник:	480	11,64	13,14	63,78	418,34	-
Итого за день 9. Возрастная категория: 7-11 лет	217	2,17	0,37	27,69	122,79	-	
Итого за день 9. Возрастная категория: 12 лет и старше	507	13,67	13,41	77,55	483,95	-	
День 10	Возрастная категория: 7-11 лет						
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Щи по-уральски с фрикадельками и грибами (фрикадельки мясные, крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолит., соль йодир., томат. паста)	20/200/15	5,69	8,6	11,61	146,6	8/1067
	Сеченики «Посолевские» с соусом красным (филе минтай, яйцо, крупа манная, сухари паннировочные, молоко, яйцо, масло слив. соль йод., соус крас. оюн.) 90/20	110	14,05	10	9,03	182,32	1062/370
	Рис отварной (Крупа рисовая, масло сл., соль йод.)	150	3,6	4,78	36,44	203,23	552
	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Банан	216	1,94	0,65	27,22	122,47	-
	Итого за обед:	937	28,59	25,7	99,7	744,49	-
Полдник	Вулочка Гребешки с повидлом (мука, молоко, сахар-песок, масло сл. яйцо, повидло, дрожжи., масло раст., соль йодир.)	70	4,81	5,69	40,67	233,13	332
	Чай с медом (чай, мед)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
	Тематоген	1/40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого за полдник:	330	8,35	11,55	42,37	448,17	-	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Шти по - уральски из свежей капусты с фрикадельками и гречками (фрикадельки мясные, крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир, томат. паста)	30/250/15	7,14	10,8	14,57	184,03	8/1067	
	Сеченики «Посольские» с соусом красным (филе минтай, яйцо, крупа манная, сухари панирочные, молоко, яйцо, масло слив, соль йод.) 90/30	120	15,33	10,91	9,85	198,89	1062/370	
	Рис отварной (Крупа рисовая, Масло сл., соль йод.)	200	4,81	6,38	48,59	270,98	552	
	Чай с молоком (чай,молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-	
	Банан	231	2,08	0,69	29,11	130,98	-	
	Итого за обед:	1097	34,32	30,75	127,42	923,65	-	
	Поддник	Булочка Гребешки с повидлом (мука, молоко, сахар-песок, масло сл, яйцо, повидло, дрожжи, масло раст., соль йодир.)	100	6,87	8,13	58,09	333,04	332
		Чай с медом (чай, мед)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
Гематоген		1/40	2,6	1,6	32,8	156		
Итого за поддник:		360	9,62	9,73	105,5	548,08		
Итого за день 10. Возрастная категория: 7-11 лет	1267	36,94	37,25	142,07	1192,66			
Итого за день 10. Возрастная категория: 12 лет и старше	2056	67,46	62,57	220,75	1704,9			
Среднее значение за период по обедам 7-11 лет	#ЗНАЧИ	10,498	#ЗНАЧИ	42,386	309,986			
Среднее значение за период по поддникам 7-11 лет	#ЗНАЧИ	4,604	5,385	23,469	245,586			
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше	449,6	16,144	18,77	64,905	489,337			
Среднее значение за период по поддникам 12 лет и стар	1951,5	15,36	15,821	78,289	521,776			