



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупы: рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	170/5	20,13	4,78	5,75	33,36	204,28	898,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Банан.	200	52,79	1,80	0,60	25,20	113,40	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		600,00	85,00	10,27	8,27	84,53	453,62	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупы: рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	220/5	24,80	6,14	7,39	42,90	262,64	898,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Банан.	200	52,79	1,80	0,60	25,20	113,40	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		654,00	90,00	11,94	9,95	96,11	521,70	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло)	20/180	19,74	4,87	7,99	9,28	128,49	694,00
	Ежики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свиная, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус)	80/20	36,91	9,72	13,53	7,67	191,31	222,00

Обед 7-11 лет	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	10,64	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	190	6,05	1,29	1,34	2,03	25,36	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	20	1,66	1,50	0,20	10,20	48,60	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		700,00	105,00	26,18	29,39	99,97	769,11	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло сл., соль йод.)	30/250	29,11	6,82	11,18	12,99	179,88	694,00
	Ежики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус томатный)	80/30	37,50	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	14,19	8,26	6,32	50,64	292,48	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		864,00	120,00	32,28	35,73	124,35	948,11	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				36,45	37,66	184,50	1 222,73	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				44,22	45,68	220,46	1 469,81	
День 2								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Яйцо вареное	40	13,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная "Янтарная" (Крупа пшено, молоко, вода, яблоки, сахар-песок, масло сл., соль йод.)	170	31,10	6,64	12,61	30,70	262,90	172,00
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	13/35	14,59	2,96	7,35	19,72	156,88	778,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		587	85,00	14,72	24,57	73,64	574,54	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Яйцо вареное	40	13,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная "Янтарная" (Крупа пшено, молоко, вода, яблоки, сахар-песок, масло сл., соль йод.)	200	36,59	7,81	14,84	36,12	309,29	172,00
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	13/29	14,10	2,59	6,43	17,25	137,27	778,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		611	90,00	15,52	25,87	76,59	601,33	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло сл., соль йод., специи)	10/180/10	14,67	8,41	9,21	17,26	185,62	157,00
	Террин из горбуши с соусом белым (Горбуша, молоко, яйцо, масло сл., соль йод.,соус белый основной)	90/20	41,98	12,07	7,03	2,27	120,60	995,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	22,24	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Рогалик Сахарный (конд.цех) 50 гр.	50	22,40	3,50	10,00	30,00	224,00	385,00
Итого за обед 7-11 лет:		735,00	105,00	28,95	30,96	91,46	760,28	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло сл., соль йод., специи)	20/230/10	23,33	10,94	11,98	22,44	241,31	157,00
	Террин из горбуши с соусом белым (Горбуша, молоко, яйцо, масло сл., соль йод.,соус белый основной)	90/20	41,98	12,07	7,03	2,27	120,60	995,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	28,17	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-

	Рогалик Сахарный (конд.цех) 50 гр.	50	22,40	3,50	10,00	30,00	224,00	385,00
Итого за обед 12 лет и старше:		840,00	120,00	32,67	34,96	104,55	863,58	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			49,95	52,59	133,63	1 207,64		
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			55,54	58,86	145,58	1 334,20		
День 3								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	160/5	15,98	6,26	7,00	26,80	182,3	898,00
	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным (Творог, изюм, крупа манная, яйцо, сахар-песок, сметана, масло сл., ванилин, сахар, вода, масло сливочное, яйца, молоко)	50/25	30,41	10,07	7,49	21,50	183,65	183,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		507,00	85,00	22,32	17,77	97,01	614,25	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/5	18,87	7,78	8,70	33,30	242,64	898,00
	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным (Творог, изюм, крупа манная, яйцо, сахар-песок, сметана, масло сл., ванилин, сахар, вода, масло сливочное, яйца, молоко)	50/30	32,18	10,74	7,99	22,93	206,56	183,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		556,00	90,00	24,80	20,01	106,98	707,23	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук)	20/180/10	24,29	5,88	10,20	9,85	154,74	165,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло сливочное, соль йод., сметана, соус томатный острый)	80/20	37,96	10,67	16,29	11,17	233,96	246,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,93	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
	Напиток из шиповника	200	5,04	0,21	0,07	13,13	53,00	667,00

	(Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Мандарин.	111	20,72	0,89	0,22	8,33	38,85	-
Итого за обед 7-11 лет:		797,00	105,00	23,20	31,83	92,17	747,95	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук)	30/220/10	32,53	7,28	12,63	12,19	191,58	165,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод)	80/30	38,55	11,73	17,92	12,28	257,35	246,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	16,72	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
	Мандарин.	126	23,52	1,01	0,25	9,45	44,10	-
Итого за обед 12 лет и старше:		909,00	120,00	27,03	36,94	107,62	871,10	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				45,51	49,60	189,18	1 385,20	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				51,84	56,95	214,60	1 578,32	
День 4								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (помидоры свежие)	30	11,30	0,33	0,06	1,14	6,42	982,00
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красным (Говядина, хлеб пш., молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод, масло подсолнечное)	90/30	43,70	11,57	18,17	14,32	267,05	1 042,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	150	23,05	2,98	5,87	18,63	139,27	867,00
	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	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		525,00	85,00	17,32	24,35	66,39	553,97	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Закуска порционированная (помидоры свежие)	30	11,30	0,33	0,06	1,14	6,42	982,00
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красным (Говядина, хлеб пш., молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод, масло подсолнечное)	90/30	43,70	11,57	18,17	14,32	267,05	1 042,00

завтрак 12 лет и старше	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	180	27,64	3,58	7,04	22,36	167,12	867,00
	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	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		560,00	90,00	18,29	25,57	72,66	593,97	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук	10/190	17,05	3,22	5,97	12,50	116,58	167,00
	Кюфта по-московски (со свиной) с соусом кр (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука,	80/20	50,07	13,00	19,43	7,95	258,67	209,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	8,70	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	5,50	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Зефир Йогуртовый	35	21,60	0,25	2,45	26,74	130,01	-
Итого за обед 7-11 лет:		710	105,00	24,75	32,22	110,10	829,40	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук	20/250	27,12	4,34	8,06	16,87	157,39	167,00
	Кюфта по-московски (со свиной) с соусом кр (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука,	80/30	50,67	14,30	21,37	8,75	284,53	209,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	210	12,20	7,58	5,69	44,52	259,62	307,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	5,50	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Зефир Йогуртовый	35	21,60	0,25	2,45	26,74	130,01	-
Итого за обед 12 лет и старше:		860	120,00	30,09	37,98	133,09	994,55	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				42,07	56,57	176,49	1 383,36	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				48,38	63,55	205,75	1 588,52	
Неделя 2								

День 5								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	22,00	6,57	8,30	34,27	218,1	898,00
	Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	26/35	23,00	6,97	4,96	23,33	165,81	868,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		501,00	85,00	17,96	16,53	103,62	615,1	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/10	25,42	8,21	10,38	42,83	297,62	898,00
	Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	28/33	24,58	6,97	4,96	23,33	165,81	868,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		551,00	90,00	19,60	18,61	112,19	694,62	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, соль йод.)	20/180	17,10	4,19	7,63	5,19	106,18	8,00
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панировочный, соль йод., масло сл.)	90/20	37,63	14,27	12,26	10,01	207,46	1 061,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,93	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
	Напиток из облепихи, протертой с сахаром (Облепиха протертая, сахар-песок, вода)	180	11,51	0,23	1,00	16,80	77,10	904,00
	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 7-11 лет:		788,00	105,00	24,01	25,90	93,93	704,86	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (г+с)	20/180	17,10	4,19	7,63	5,19	106,18	8,00

Обед 12 лет и старше	(Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, масло подсолнечное, соль йод.)	30/220	27,12	3,23	3,37	9,77	132,72	9,00
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йод.)	90/30	38,00	15,57	13,37	10,92	226,32	1 061,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	18,58	4,81	6,38	48,59	270,98	552,00
	Напиток из облепихи, протертой с сахаром (Облепиха протертая, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,25	1,11	18,67	85,67	904,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		931,00	120,00	28,55	30,76	116,78	858,17	
День 6								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	60	22,69	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00
	Макаронные изделия с ветчиной и томатом. (Макаронные изделия, ветчина, лук репч., томат.паста, масло подсолнечное, соль йод.)	200	23,00	11,22	9,48	36,60	276,60	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	13,93	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Зефир с вареной сгущенкой	35	22,80	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		546	85,00	15,29	12,83	101,40	582,21	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	60	22,69	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00
	Макаронные изделия с ветчиной и томатом. (Макаронные изделия, ветчина, лук репч., томат.паста, масло подсолнечное, соль йод.)	250	28,75	14,03	11,85	45,75	345,75	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	13,93	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	22	1,83	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Зефир с вареной сгущенкой	35	22,80	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		587	90,00	17,42	15,11	105,96	629,49	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Уха "Рыбацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, соль йод.)	10/190	21,33	3,97	7,29	11,82	128,74	17,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Свинина, лук репч., морковь, лук репч., томат.паста, майонез, соль йод.)	80/30	41,70	12,51	18,67	14,16	271,83	225,00

Обед 7-11 лет	(Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь пшенично-молочное, масло подсолнечное, соль йод., сахар-песок, вода)	60/30	71,10	12,37	16,91	17,10	277,03	223,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	26,69	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с сахаром (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,37	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Итого за обед 7-11 лет:		725,00	105,00	23,03	31,75	83,77	712,97	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Уха "Рыбацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, соль йод., молоко сл.)	20/250	34,60	5,36	9,84	15,95	179,8	17,00
	Котлета "Незнайка" (со свининой) с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь пшенично-молочное, масло подсолнечное, соль йод., сахар-песок, вода)	80/30	41,70	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	28,17	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с сахаром (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,37	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,16	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Итого за обед 12 лет и старше:		808,00	120,00	24,85	34,63	90,77	780,18	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				38,32	44,58	185,17	1 295,18	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				42,27	49,74	196,73	1 403,68	
День 7								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/5	15,58	5,31	4,48	35,01	181,58	623,00
	Ватрушка "Королевская" (Мука пш.в/с, яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	90	37,54	12,58	11,63	35,78	231,2	397,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	75,33	-
	Яблоко свежее	124	19,59	0,50	0,50	12,15	55,06	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		599,00	85,00	22,15	18,03	110,85	609,82	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Каша молочная кукурузная с маслом	200/5	19,25	7,02	5,02	46,31	282,12	623,00

Завтрак 12 лет и старше	(Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/2	17,23	1,92	3,72	70,31	202,12	023,00
	Ватрушка "Королевская" (Мука пш.в/с, яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	90	37,54	12,58	11,63	35,78	231,2	397,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Яблоко свежее	133	21,00	0,53	0,53	13,03	59,05	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		657,00	90,00	23,82	19,50	122,52	709,49	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) и гренок (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод. (содовый), вода)	30/190/15	23,83	4,55	4,63	6,98	87,85	1 079,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсе., соль йод. (содовый))	50/190	77,21	21,90	32,95	47,41	573,82	523,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Итого за обед 7-11 лет:		703,00	105,00	28,55	37,87	77,76	766,02	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) и гренок (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод. (содовый))	30/250/15	24,36	5,71	5,82	8,77	110,28	1 079,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсе., соль йод. (содовый))	60/220	91,85	25,55	38,44	55,31	669,45	523,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-
Итого за обед 12 лет и старше:		801,00	120,00	33,21	44,52	86,42	879,23	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				50,70	55,90	188,61	1 460,29	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				57,03	64,02	208,94	1 640,08	
День 8								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Закуска порционированная (огурцы свежие)	40	15,07	0,32	0,04	1,00	5,64	982,00
	Гёфтели II вариант с соусом красным (Говядина, крупа рисовая, вода, лук репч., мука, масло подсе., соль йод. (содовый))	80/20	39,34	6,68	9,36	8,57	155,22	18,00

Завтрак 7-11 лет	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	22,24	3,09	4,47	20,10	152,99	371,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	64,61	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		519,00	85,00	12,48	14,23	57,59	448,93	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (огурцы свежие)	40	15,07	0,32	0,04	1,00	5,64	982,00
	Тефтели II вариант с соусом красным (Говядина, крупа рисовая, вода, лук репч., мука, масло подсе., соль йод.)	80/30	39,97	7,35	10,29	9,42	189,75	18,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	26,69	3,71	5,36	24,12	189,59	371,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	64,61	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		558,00	90,00	13,69	16,05	61,95	517,63	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло подсе., соль йод.)	200/10	11,29	1,77	4,87	10,61	93,36	165,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло подсе., соль йод.)	90/30	43,73	12,98	21,90	14,18	275,74	1 055,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	10,44	6,50	4,88	38,16	182,53	307,00
	Компот из кураги и изюма с витамином С. (Курага, изюм, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,30	0,54	0,24	19,71	83,16	612,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
Итого за обед 7-11 лет:		777,00	105,00	26,41	33,76	129,23	856,4	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло подсе., соль йод.)	20/220/10	25,70	7,00	12,15	11,72	184,22	165,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло подсе., соль йод.)	90/30	43,73	12,98	21,90	14,18	275,74	1 055,00

Обед 12 лет и старше	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	10,44	6,50	4,88	38,16	182,53	307,00
	Компот из кураги и изюма с витамином С. (Курага, изюм, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,30	0,54	0,24	19,71	83,16	612,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
Итого за обед 12 лет и старше:		824,00	120,00	32,17	41,10	133,91	964,27	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				38,89	47,99	186,82	1 334,72	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				45,86	57,15	195,87	1 481,28	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				70,25	75,45	275,60	2 112,26	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет				78,48	85,23	311,58	2 377,06	
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				97,74	129,66	272,34	2 647,22	
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и ст				116,54	154,01	322,16	3 140,90	