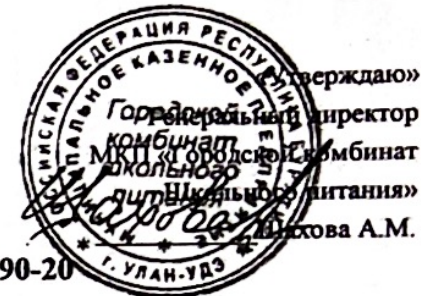


«Согласовано»

Директор

А.А. Чимштова

"02" октября 2023 г.



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)							
День 1							
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	япв.40	3,9	5,1	8,4	95,1	-
Итого за обед:		756	28,49	36,71	82,26	773,42	-
Полдник	Пловка "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 роллтон; 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					

Обед	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 сдобное 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 1. Возрастная категория: 7-11 лет		1130	36,84	48,26	124,63	1127,16	
Итого за день 1. Возрастная категория: 12 лет и старше		1283	38,05	54,95	122,75	1235,43	
День 2							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем с фаршем и гренками (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод., гренки)	20/200/15	4,69	6,07	11,31	118,62	197/998
	Колобки «Приморье» с маслом (горбуша, крупа рисовая, лук, яйцо йод., соль, масло сл.)90/5	95	15,32	13,62	5,93	207,6	256
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	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 йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	10,3	50,86	
	Сок фруктовый в п/у.	1/125	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед:		887	28,01	25,28	91,1	703,93	

Полдник	Пирожки печеные с мясом и рисом (мука, сахар-песок, масло сл.крупы 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
	Гематоген	январь.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	Щи из свежей капусты с картофелем с фаршем и гренками (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат паста, масло раст., соль йод., гренки)	30/250/15	5,79	7,49	13,96	178,39	197/998
	Колобки «Приморье» с маслом (горбуша, крупа рисовая, лук, яйцо йод., соль, масло сл.)90/10	100	16,12	14,34	6,25	228,52	256
	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 п/у.	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.крупы 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 2. Возрастная категория: 7-11 лет		1207	40,42	36,03	163,05	1138,15	
Итого за день 2. Возрастная категория: 12 лет и старше		1285	42,78	39,72	165,04	1241,71	
День 3							
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Суп картофельный с бобовыми и гренками (картофель, горох, морковь, лук репчат., соль йодир., масло растит., гренки)	200/10	5,06	5,49	19,94	149,42	157/998

Обед	Пудинг из говядины с соусом красным (говядина, молоко, яйцо, масло подсолнечное, соль йод., соус) 80/30	110	16,97	17,58	2,57	236,38	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, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Сок фруктовый в потребит упак. 1 шт.	125	0,88	0,25	14,25	62,77	
Итого за обед:		824	29,26	28,39	107,54	802,75	
Полдник	Ватрушка сдобная с творогом (мука, сахар, творог, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, яйцо, 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							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, с мясом и гренками (говядина, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гренки)	10/250/15	10,13	8,33	22,65	206,09	157/998
	Пудинг из говядины с соусом красным (говядина, молоко, яйцо, масло подсолнечное, соль йод., соус) 80/30	110	16,97	17,58	2,57	236,38	804
	Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль йодир.)	180	4,33	5,74	43,73	243,88	552
	Компот из смеси сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611
	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,4	0,32	16,32	77,76	-
	Сок фруктовый в потребит упак. 1 шт.	125	0,88	0,25	14,25	62,77	
Итого за обед:		922	35,28	32,22	119,07	907,36	

Полдник	Ватрушка сдобная с творогом (мука, сахар, творог, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, яйцо, 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	235	2,12	0,71	29,61	133,25	-
Итого за полдник:		505	13,21	6,92	59,94	354,76	
Итого за день 3. Возрастная категория: 7-11 лет		1302	42,22	35,22	164,08	1142,2	
Итого за день 3. Возрастная категория: 12 лет и старше		1427	48,49	39,14	179,01	1262,12	
День 4							
Возрастная категория: 7-11 лет							
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
	Биточки мясные с соусом красным (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир., яйцо, чеснок сух., масло раст., соус красный) 90/30	120	8,98	11,9	10,18	190,74	1055/370
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир)	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	32	2,4	0,32	16,32	77,76	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	
	Напиток овсяный (1 шт.)	200	2	6,4	19	140	
Итого за обед:		987	26,73	29,74	123,24	862,87	
Полдник	Рогалик сахарный (конд.цех) (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:							
Итого за полдник:		290	7,4	12,5	68,28	393,54	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	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

Обед	Биточки мясные с соусом красным (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир..яйцо, чеснок сух., масло раст., соус красный) 90/30	120	8,98	11,9	10,18	190,74	1055/370
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир)	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	Рогалик сахарный (конд.цех) (мука, масло сл., яйцо, сахар-песок, сода, соль йод.)	75	4,8	10,9	26,4	215,6	385
	Чай с молоком (чай, молоко)	180	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Гематоген	янв.40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого за полдник:		295	8,76	13,91	61,34	398,29	
Итого за день 4. Возрастная категория: 7-11 лет		1277	34,13	42,24	191,52	1256,41	
Итого за день 4. Возрастная категория: 12 лет и старше		1164	35,01	45,04	177,12	1252,94	
День 5							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Солянка Детская с гренками (мясо говядина, ветчина, картофель, лук репч., морковь, огурцы соленые, томат, масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	20/200/15	6,91	5,4	11,09	140,6	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.)	150	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный йодированный	22	2,25	0,3	15,3	72,9	-

Итого за обед:		791	29,03	25,38	77,65	695,12	
	Пицца с ветчиной и сыром (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат.паста, ветчина, капуста, лук репч.)	75	7,15	11,52	19,47	210,2	1065
	Чай с мёдом (чай, сахар-песок)	180/18	0,14	0	13,15	53,14	977
Полдник	Мармелад жележный в индив. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	-
Итого за полдник:		303	0,04	0	31,76	390,54	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
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 мёдом (чай, сахар-песок)	180/18	0,14	0	13,15	53,14	977
	Мармелад жележный 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 5. Возрастная категория: 7-11 лет		1094	29,07	25,38	109,41	1085,66	
Итого за день 5. Возрастная категория: 12 лет и старше		1225	39,33	40,61	152,55	1210,67	
Неделя 3							
День 6							
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Щи по - уральски с фрикадельками и гренками (фрикадельки мясные., крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	20/200/15	5,69	8,6	11,61	146,6	8/1067

Обед	Сеченники «Посольские» с соусом красным (филе минтай, яйцо, крупа манная, сухари панировочные, молоко, яйцо, масло слив. соль йод., соус красн.осн.) 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	Булочка 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
	Гематоген	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	Щи по - уральски из свежей капусты с фрикадельками и гренками (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
	Сеченники «Посольские» с соусом красным (филе минтай, яйцо, крупа манная, сухари панировочные, 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	-
Полдник	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 полдник:		360	9,62	9,73	105,5	548,08	
Итого за день 6. Возрастная категория: 7-11 лет		1267	36,94	37,25	142,07	1192,66	

Итого за день 6. Возрастная категория: 12 лет и старше		1457	43,94	40,48	232,92	1471,73	
День 7							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Уха Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	10/200	4,17	7,65	12,41	135,18	17
	Котлета Незнайка с соусом крас. осн (говядина, свинина, молоко, батон., лук репчат., яйцо, сухари панир., масло подсолнечное, соль йодир., соус кр. осн.) 80/30	110	12,54	18,67	14,16	274,83	225/370
	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, 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	0,46	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 Рыбацкая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	20/250	5,36	9,84	15,95	173,8	17
	Котлета Незнайка с соусом крас. осн (говядина, свинина, молоко, батон., лук репчат., яйцо, сухари панир., масло подсолнечное, соль йодир., соус кр. осн.) 80/30	110	12,54	18,67	14,16	274,83	225/370
	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, 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	1,58	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 7. Возрастная категория: 7-11 лет		1230	33,29	41,44	157,37	1579,39	

Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше		1331	37,15	46,83	172,87	1261,53	
День 8							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фаршем и гренками (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод., гренки)	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 вит 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	-
	Гематоген 1 шт	40	2,6	1,6	32,8	156	
Итого за обед:		748	31,04	18,83	126,07	797,81	
Полдник	Пицца с ветчиной и сыром (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат.паста, ветчина, капуста, лук репч.)	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 гренками (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль йод., гренки)	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 вит 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	
	Гематоген 1 шт	40	2,6	1,6	32,8	156	
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 8. Возрастная категория: 7-11 лет		1134	39,36	31,64	173,74	1137,06	
Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше		1341	46,97	38,03	201,6	1336,51	
День 9							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Рассольник «Ленинградский» с фаршем и гречками (фарш говяжий, картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., огурцы конс., масло подс., соль йод., гречки)	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 «Забава»(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 упак.	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	Рассольник «Ленинградский» с фаршем и гречками (фарш говяжий, картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., огурцы конс., масло подс., соль йод., гречки)	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 «Забава»(крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	190	5,86	5,35	45,04	251,74	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	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	

Полдник	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 упаковке	125	0,88	0,25	14,25	62,77	
Итого за полдник:		430	13,51	17,49	56,59	437,78	
Итого за день 9. Возрастная категория: 7-11 лет		1297	40,76	47,29	177,42	1248,88	
Итого за день 9. Возрастная категория: 12 лет и старше		1409	45,52	52,88	197,42	1403,56	
День 10							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционированная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Суп картофельный с фаршем и гречками (фарш гов., картофель, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки)	15/200/10	5,03	4,06	18,96	132,49	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
	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	
Полдник	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 груш с вит С (груши, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	190	0,14	0,1	13,92	57,18	692
	Напиток овсяный в потребительской упаковке	200	2	6,4	19	140	
Итого за полдник:		455	9,85	11,88	57,4	374,42	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Закуска порционированная (огурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,2	14,1	982
	Суп картофельный с фаршем и гречками (фарш гов., картофель, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит., гречки)	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
	Перловка 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	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
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 вит С (груши, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	0,15	0,11	14,65	60,19	692
	Напиток овсяный в потребительской упаковке	200	2	6,4	19	140	
Итого за полдник:		480	11,64	13,14	63,78	418,34	
Итого за день 10. Возрастная категория: 7-11 лет		1251	36,39	35,69	145,19	1045,86	
Итого за день 10. Возрастная категория: 12 лет и старше		947	34,71	29,76	115,36	805,22	
Среднее значение за период по обедам 7-11 лет		844,1	28,096	27,957	101,919	770,265	
Среднее значение за период по полдникам 7-11 лет		374,8	8,846	10,087	52,929	425,078	
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше		934,1	30,863	31,177	111,189	858,202	