

«Согласовано»

Директор \_\_\_\_\_

04 МАРТА 2024 г.



меню приготовления блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»

Генеральный директор

МКП «Городской комбинат

Школьного питания»

Шатова А.М.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 1</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупа 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	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>600,00</b>	<b>85,00</b>	<b>10,27</b>	<b>8,27</b>	<b>84,53</b>	<b>453,62</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупа 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	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>654,00</b>	<b>90,00</b>	<b>11,94</b>	<b>9,95</b>	<b>96,11</b>	<b>521,70</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (Г+с) (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло растит., соль йод.)	20/180	19,74	4,87	7,99	9,28	128,49	694,00
	Ежики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус томатный)	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	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>700,00</b>	<b>105,00</b>	<b>26,18</b>	<b>29,39</b>	<b>99,97</b>	<b>769,11</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
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 острый)	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	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>864,00</b>	<b>120,00</b>	<b>32,28</b>	<b>35,73</b>	<b>124,35</b>	<b>948,11</b>	
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>36,45</b>	<b>37,66</b>	<b>184,50</b>	<b>1 222,73</b>	
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>44,22</b>	<b>45,68</b>	<b>220,46</b>	<b>1 469,81</b>	
<b>День 2</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Пельмени отварные в бульоне (Пельмени, бульон, соль йод., специи)	165/30	61,34	11,26	26,36	34,52	420,35	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Мандарин.	106	19,79	0,85	0,21	7,95	37,10	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>528,00</b>	<b>85,00</b>	<b>14,14</b>	<b>26,84</b>	<b>65,32</b>	<b>559,38</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
	Пельмени отварные в бульоне (Пельмени, бульон, соль йод., специи)	180/50	66,92	13,28	31,09	40,72	495,80	1 084,00

<b>завтрак 12 лет и старше</b>	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	20	1,66	1,50	0,20	10,20	48,60	-
	Мандарин.	106	19,79	0,85	0,21	7,95	37,10	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>556,00</b>	<b>90,00</b>	<b>15,63</b>	<b>31,50</b>	<b>67,95</b>	<b>617,82</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Обед 7-11 лет</b>	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., яйцо, мука, масло сл., соль йод.)	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, масло сл., соль йод.)	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	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>710</b>	<b>105,00</b>	<b>24,75</b>	<b>32,22</b>	<b>110,10</b>	<b>829,40</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., яйцо, мука, масло сл., соль йод.)	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, масло сл., соль йод.)	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	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>860</b>	<b>120,00</b>	<b>30,09</b>	<b>37,98</b>	<b>133,09</b>	<b>994,55</b>	
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>42,07</b>	<b>56,57</b>	<b>176,49</b>	<b>1 383,36</b>	
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>48,38</b>	<b>63,55</b>	<b>205,75</b>	<b>1 588,52</b>	
<b>День 3</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								

Завтрак 7-11 лет	Омлет натуральный (Яйцо, молоко, масло сл., соль йод.)	180	59,94	17,85	20,79	3,17	271,22	199,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	122	19,26	0,49	0,49	11,96	74,17	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>541,00</b>	<b>85,00</b>	<b>21,00</b>	<b>21,63</b>	<b>42,17</b>	<b>467,36</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Завтрак 12 лет и старше	Омлет натуральный (Яйцо, молоко, масло сл., соль йод.)	200	66,60	19,83	23,10	3,52	331,35	199,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Яблоко свежее	112	17,68	0,45	0,45	10,98	69,73	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>550,00</b>	<b>90,00</b>	<b>22,87</b>	<b>23,89</b>	<b>41,03</b>	<b>520,62</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло сл., соль йод.)	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
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>735,00</b>	<b>105,00</b>	<b>28,95</b>	<b>30,96</b>	<b>91,46</b>	<b>760,28</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Обед 12 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло сл., соль йод.)	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	150	22,24	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00

<b>и старше</b>	(Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	170	20,17	3,71	3,00	23,70	100,40	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
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>840,00</b>	<b>120,00</b>	<b>32,67</b>	<b>34,96</b>	<b>104,55</b>	<b>863,58</b>	
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>49,95</b>	<b>52,59</b>	<b>133,63</b>	<b>1 207,64</b>	
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>55,54</b>	<b>58,86</b>	<b>145,58</b>	<b>1 334,20</b>	
<b>День 4</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	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, сливки, ваниль, молоко, вода, сливки, 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	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>507,00</b>	<b>85,00</b>	<b>22,32</b>	<b>17,77</b>	<b>97,01</b>	<b>614,25</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	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, сливки, ваниль, молоко, вода, сливки, 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	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>556,00</b>	<b>90,00</b>	<b>24,80</b>	<b>20,01</b>	<b>106,98</b>	<b>707,23</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
	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	80/20	37,06	10,67	16,20	11,17	233,06	216,00

Обед 7-11 лет	(Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подсолнечное, соль йод., сахар-песок)	80/20	37,70	10,07	10,27	11,17	233,70	240,00
	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 (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	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>797,00</b>	<b>105,00</b>	<b>23,20</b>	<b>31,83</b>	<b>92,17</b>	<b>747,95</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
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., масло подсолнечное, соль йод., сахар-песок)	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	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>909,00</b>	<b>120,00</b>	<b>27,03</b>	<b>36,94</b>	<b>107,62</b>	<b>871,10</b>	
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>45,51</b>	<b>49,60</b>	<b>189,18</b>	<b>1 385,20</b>	
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>51,84</b>	<b>56,95</b>	<b>214,60</b>	<b>1 578,32</b>	

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	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>501,00</b>	<b>85,00</b>	<b>17,96</b>	<b>16,53</b>	<b>103,62</b>	<b>615,1</b>	

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	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>551,00</b>	<b>90,00</b>	<b>19,60</b>	<b>18,61</b>	<b>112,19</b>	<b>694,62</b>	
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, <del>молоко, масло, вода, соль йод.</del> )	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 <del>молоко, масло, вода, соль йод, сливочное масло</del> )	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	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>788,00</b>	<b>105,00</b>	<b>24,01</b>	<b>25,90</b>	<b>93,93</b>	<b>704,86</b>	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, <del>молоко, масло, вода, соль йод.</del> )	30/220	24,72	5,23	9,54	6,49	132,72	8,00
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь <del>молоко, масло, вода, соль йод, сливочное масло</del> )	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	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>931,00</b>	<b>120,00</b>	<b>28,55</b>	<b>30,76</b>	<b>116,78</b>	<b>858,17</b>	

<b>Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>			<b>41,97</b>	<b>42,43</b>	<b>197,55</b>	<b>1 339,96</b>		
<b>Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>			<b>48,16</b>	<b>49,36</b>	<b>228,97</b>	<b>1 552,79</b>		
<b>День 6</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Сыр в индивидуальной упаковке	18	14,48	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша молочная "Улыбка" с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль)	190/5	22,91	6,68	7,71	36,80	243,32	53,00
	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	-
	Кекс "Столичный" (конд.цех)	75	39,00	0,09	0,38	0,42	194,5	137,00
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>515</b>	<b>85,00</b>	<b>11,53</b>	<b>12,75</b>	<b>54,01</b>	<b>565,94</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Сыр в индивидуальной упаковке	18	14,48	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша молочная "Улыбка" с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль)	240/5	27,82	8,39	9,69	46,23	305,71	53,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Кекс "Столичный" (конд.цех)	75	39,00	0,09	0,38	0,42	194,5	137,00
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>566</b>	<b>90,00</b>	<b>13,31</b>	<b>14,74</b>	<b>63,95</b>	<b>630,76</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Обед 7-11 лет</b>	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло)	10/190	13,85	6,73	7,91	13,53	152,21	157,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	160/7	65,91	15,61	39,35	47,77	556,58	1 084,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	22	1,83	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Яблоко свежее	130	20,52	0,52	0,52	12,74	57,72	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>723,00</b>	<b>105,00</b>	<b>24,55</b>	<b>48,00</b>	<b>94,45</b>	<b>856,89</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделькам	20/210	22,52	8,74	10,28	17,58	107,87	157,00

Обед 12 лет и старше	(Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло)	20/240	22,52	0,74	10,20	17,50	171,07	157,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	180/5	71,58	17,29	43,59	52,92	573,16	1 084,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,9	-
	Яблоко свежее	130	20,52	0,52	0,52	12,74	57,72	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>809,00</b>	<b>120,00</b>	<b>28,85</b>	<b>54,69</b>	<b>107,74</b>	<b>938,57</b>	
<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>36,07</b>	<b>60,75</b>	<b>148,46</b>	<b>1 583,41</b>	
<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>42,16</b>	<b>69,43</b>	<b>171,69</b>	<b>1 778,83</b>	
<b>День 7</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консервир	60	22,69	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00
	Макаронны с ветчиной и томатом. (Макаронные изд., ветчина, лук репч., томат.паста, масло подс.,	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	1	22,80	0,63	2,80	25,80	130,92	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>512,00</b>	<b>85,00</b>	<b>15,29</b>	<b>12,83</b>	<b>101,40</b>	<b>582,21</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консервир	60	22,69	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00
	Макаронны с ветчиной и томатом. (Макаронные изд., ветчина, лук репч., томат.паста, масло подс.,	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	1	22,80	0,63	2,80	25,80	130,92	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>553,00</b>	<b>90,00</b>	<b>17,42</b>	<b>15,11</b>	<b>105,96</b>	<b>629,49</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
	Уха "Рыбацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод.,	15/190	26,12	4,07	7,47	12,11	171,96	17,00
	Печень по-строгановски	50/50	13,67	13,17	0,81	7,73	103,00	211,00

Обед 7-11 лет	(Печень говяжья, масло подс., соль йод., соус сметанный с луком, молоко, яйцо)	50/50	43,07	13,47	2,01	1,13	173,07	241,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	26,69	3,71	5,36	24,12	179,59	371,00
	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	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>716,00</b>	<b>105,00</b>	<b>23,78</b>	<b>23,02</b>	<b>72,90</b>	<b>673,96</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Обед 12 лет и старше	Уха "Рыбацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод., молоко сл.)	20/250	34,62	5,36	9,84	15,95	203,8	17,00
	Печень по-строгановски (Печень говяжья, масло подс., соль йод., соус сметанный с луком, молоко, яйцо)	55/55	48,11	14,82	10,79	8,50	210,4	241,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	28,17	3,91	5,66	25,46	228,45	371,00
	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	38	3,16	2,85	0,38	19,38	92,34	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>808,00</b>	<b>120,00</b>	<b>27,15</b>	<b>26,74</b>	<b>82,43</b>	<b>788,98</b>	
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>39,07</b>	<b>35,85</b>	<b>174,30</b>	<b>1 176,17</b>	
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>44,57</b>	<b>41,85</b>	<b>188,39</b>	<b>1 308,47</b>	
<b>День 8</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	23,00	6,85	5,78	45,18	230,1	623,00
	Сырники из творога со сгущенным молоком (Творог, мука, яйцо, сахар-песок, соль йод., масло подс., яйцо, сметана)	50/30	31,24	13,99	5,43	20,58	187,17	186,00
	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	72,9	-
	Яблоко свежее	117	18,47	0,47	0,47	11,47	51,95	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>627,00</b>	<b>85,00</b>	<b>25,06</b>	<b>13,11</b>	<b>105,14</b>	<b>608,77</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
	Каша молочная кукурузная с маслом	230/10	25,05	8,22	6,03	51,22	312,12	623,00

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	(Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	250/10	25,75	0,22	0,75	54,22	512,12	025,00
	Сырники из творога со сгущенным молоком (Творог, мука, яйцо, сахар-песок, соль йод., масло подс.,)	50/30	31,24	13,99	5,43	20,58	187,17	186,00
	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	72,9	-
	Яблоко свежее	130	20,52	0,52	0,52	12,74	57,72	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>680,00</b>	<b>90,00</b>	<b>26,49</b>	<b>14,31</b>	<b>115,45</b>	<b>696,56</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Обед 7-11 лет</b>	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука,	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	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	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>777,00</b>	<b>105,00</b>	<b>26,41</b>	<b>33,76</b>	<b>129,23</b>	<b>856,4</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками ( (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук	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	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	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>824,00</b>	<b>120,00</b>	<b>32,17</b>	<b>41,10</b>	<b>133,91</b>	<b>964,27</b>	
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>38,89</b>	<b>47,99</b>	<b>186,82</b>	<b>1 334,72</b>	

<b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>		<b>45,86</b>	<b>57,15</b>	<b>195,87</b>	<b>1 481,28</b>	
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 и с		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 ста		116,54	154,01	322,16	3 140,90	