

«Согласовано»

Директор



24 февраля 2025 г.

«Утверждаю»

Генеральный директор

МКП «Городской комбинат

Школьного питания»

Шарова
Шахова А.М.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Рецептура
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1								
День 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша манная молочная жидкая с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	170/5	25,62	5,05	5,10	25,57	168,43	850,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	17/32	27,81	6,24	5,77	16,79	144,01	1 115,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	22,80	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		624	90,00	14,51	12,94	78,38	488,03	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша манная молочная жидкая с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	220/5	30,96	6,50	6,56	32,87	216,55	850,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	20/36	32,47	7,13	6,59	19,19	164,58	1 115,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	22,80	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		681	100,00	16,85	15,22	88,08	556,72	

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. - по вкусу)	20/180/10	19,40	4,07	4,14	6,24	78,50	1 079,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод. - по вкусу и по вкусу)	80/20	46,91	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,88	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Чай с ягодой протертой (облепиха) (Чай, сахар, вода, облепиха протертая)	200	7,99	0,13	0,59	13,00	57,83	1 114,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,02	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		719	120,00	24,43	37,01	101,23	836,95	
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. - по вкусу)	30/250/10	28,40	5,62	5,72	8,62	108,41	1 079,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод. - по вкусу и по вкусу)	80/30	47,74	11,90	20,08	13,00	280,26	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	190	17,59	7,85	6,00	48,11	277,86	632,00
	Чай с ягодой протертой (облепиха) (Чай, сахар, вода, облепиха протертая)	200	7,99	0,13	0,59	13,00	57,83	1 114,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,48	3,23	0,43	21,93	104,49	-
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		863	135,00	29,77	41,82	122,05	984,85	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				38,95	49,95	179,61	1 324,97	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				46,62	57,04	210,14	1 541,57	
День 2								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Яйцо вареное	40	19,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (Крупа пшениная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	20,59	8,02	4,16	39,81	228,76	515,00
	Бутерброд с сыром и маслом на батоне (Сыр, масло сл., батон в/с БХП)	12/10/40	37,35	6,84	12,67	18,33	214,72	1 117,00

	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
Итого за завтрак 7-11 лет:		502	90,00	21,45	22,56	71,03	572,97	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Яйцо вареное	40	19,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	250	25,74	10,03	5,20	49,76	285,95	515,00
	Бутерброд с сыром и маслом на батоне (Сыр, масло сл., батон в/с БХП)	16/10/37	42,20	6,95	12,88	18,62	218,19	1 117,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:		553	100,00	23,56	23,81	81,27	633,63	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло слив.)	20/180/10	27,00	8,83	9,67	18,12	244,9	157,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (вишня) (Блин-конверт с вишней, масло слив.)	130	58,49	8,44	11,80	23,86	239,4	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	24	2,50	1,80	0,24	12,24	58,32	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	22,80	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 7-11 лет:		764	120,00	21,83	23,52	79,16	669,71	
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 слив.)	30/260/10	39,49	12,62	13,82	25,89	298,43	157,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (вишня) (Блин-конверт с вишней, масло слив.)	130	58,49	8,44	11,80	23,86	239,4	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	48	5,01	3,60	0,48	24,48	116,64	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	22,80	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 12 лет и старше:		878	135,00	27,42	27,91	99,17	781,56	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				37,56	42,54	167,15	1 202,95	

Итого за день 2			Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			45,37	48,44	196,63	1 405,16
День 3									
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консервир	45	18,67	0,72	0,18	6,44	30,24	984,00	
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изд., мясопродукт, лук репч., томат.паста, масло подсолнечное)	200	35,55	11,22	9,48	36,60	276,60	448,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-	
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-	
Итого за завтрак 7-11 лет:		486,00	90,00	15,73	19,02	87,99	587,24		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консервир	55	22,81	0,88	0,22	7,87	36,96	984,00	
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изд., мясопродукт, лук репч., томат.паста, масло подсолнечное)	230	40,88	12,90	10,90	42,09	318,09	448,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	41	4,28	3,08	0,41	20,91	99,63	-	
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-	
Итого за завтрак 12 лет и старше:		531,00	100,00	17,95	20,53	97,46	647,60		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Обед 7-11 лет	Щи из свежей капусты с картофелем (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсолнечное)	200	9,51	1,41	3,91	6,63	107,37	197,00	
	Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом (Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль поваренная)	80/20	55,39	11,80	15,79	6,75	246,3	1 126,00	
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	29,69	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00	
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Яблоко свежее	120	15,05	0,48	0,48	11,76	53,28	-	
Итого за обед 7-11 лет:		795,00	120,00	19,64	24,96	76,35	678,63		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									

Обед 12 лет и старше	Щи из свежей капусты с картофелем (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсолнечное)	250	11,90	1,76	4,89	8,29	114,21	197,00
	Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом (Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль)	80/30	56,21	12,98	17,37	7,42	267,93	1 126,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	39,59	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Яблоко свежее	126	15,80	0,50	0,50	12,35	55,94	-
Итого за обед 12 лет и старше:		922,00	135,00	23,05	29,14	91,58	780,82	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				36,82	49,81	132,70	1265,87	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				42,62	57,25	157,59	1428,42	
День 4								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	160/5	23,41	5,42	6,85	28,27	196,43	898,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубника) (Блин-конверт с клубникой, масло слив.)	65	28,34	2,12	4,50	17,53	119,10	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	30	4,89	2,25	0,87	15,42	78,51	-
	Мандарин.	123	24,15	0,98	0,25	9,23	43,05	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		583,00	90,00	12,14	13,88	72,59	463,78	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/5	31,38	8,05	10,17	41,98	291,67	898,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубника) (Блин-конверт с клубникой, масло слив.)	65	28,34	2,12	4,50	17,53	119,10	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	40	6,52	3,00	1,16	20,56	104,68	-
	Мандарин.	125	24,55	1,00	0,25	9,38	43,75	-

Итого за завтрак 12 лет и старше:		675,00	100,00	15,53	17,49	91,58	585,89	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с рыбными пельменями (Пельмени рыбные, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод, вода сл.)	230	28,49	5,78	4,88	21,73	153,92	1 114,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подс., соль йод.)	40/50	60,51	10,53	11,22	3,23	156,09	550,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	18,30	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,44	2,48	0,33	16,83	80,19	-
	Хлеб ржаной БХП	31	2,61	2,05	0,37	12,28	60,64	-
Итого за обед 7-11 лет:		734,00	120,00	24,65	21,65	103,64	708,05	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с рыбными пельменями (Пельмени рыбные, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод, вода сл.)	260	32,21	6,53	5,51	24,56	173,99	1 114,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подс., соль йод.)	45/55	68,01	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	21,97	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Хлеб ржаной БХП	36	3,03	2,38	0,43	14,26	70,42	-
Итого за обед 12 лет и старше:		806,00	135,00	27,40	24,52	114,58	788,61	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				36,78	35,53	176,23	1 171,83	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				42,93	42,02	206,16	1 374,50	
День 5								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Вареники с мясом, с маслом (Вареники с мясом п/ф, соль йод., масло сл.)	165/5	68,65	9,88	11,46	54,42	360,37	1 128,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00

	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	126	15,80	0,50	0,50	12,35	55,94	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		531,00	90,00	13,01	12,32	93,70	537,68	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Вареники с мясом, с маслом (Вареники с мясом п/ф, соль йод., масло сл.)	195/5	79,82	11,63	13,48	64,03	423,96	1 128,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	37	3,86	2,78	0,37	18,87	89,91	-
	Яблоко свежее	115	14,42	0,46	0,46	11,27	51,06	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		552,00	100,00	14,86	14,31	103,25	601,25	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп Кудрявый с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйца, масло подсол. сол. йод.)	10/240	36,79	11,48	11,87	27,46	222,58	824,00
	Стрипсы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соевый белок)	90/30	51,18	17,03	14,28	11,40	212,24	1 073,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	160	21,30	5,78	4,34	33,92	197,81	307,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,45	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Итого за обед 7-11 лет:		796,00	120,00	39,54	31,20	122,57	859,27	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп Кудрявый с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйца, масло подсол. сол. йод.)	20/270	48,91	13,32	13,76	31,86	239,59	824,00
	Стрипсы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соевый белок)	90/30	51,18	17,03	14,28	11,40	212,24	1 073,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	23,97	6,50	4,88	38,16	222,53	307,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,45	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,96	2,85	0,38	19,38	92,34	-

	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Итого за обед 12 лет и старше:		858,00	135,00	42,25	33,66	132,23	905,86	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				60,99	53,77	193,60	1432,24	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				65,81	57,47	213,50	1539,49	
Неделя 4								
День 6								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом (Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль йод. - 100г, масло слив. - 10г)	80/30	56,21	12,98	17,37	7,42	237,93	1 126,00
	Гарнир "Овощной калейдоскоп" (Крупа рисовая, морковь, лук репч., горошек консерв., кукуруза консерв., вода, масло подсолнечное, соль, йод.)	160	27,54	3,55	11,73	27,63	230,29	293,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,02	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		503,00	90,00	18,75	29,39	59,03	575,61	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом (Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль йод. - 100г, масло слив. - 10г)	80/40	57,03	14,16	18,95	8,09	259,56	1 126,00
	Гарнир "Овощной калейдоскоп" (Крупа рисовая, морковь, лук репч., горошек консерв., кукуруза консерв., вода, масло подсолнечное, соль, йод.)	210	36,20	4,66	15,39	36,27	302,25	293,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,54	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		568,00	100,00	21,41	34,68	70,89	681,35	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло слив., соль, йод.)	20/180	24,19	4,87	7,99	9,28	128,49	1 112,00
	Шницель мясной с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло слив., соль, йод. - 100г, масло слив. - 10г)	80/20	46,91	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,88	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00

	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	3,34	2,40	0,32	16,32	77,76	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
Итого за обед 7-11 лет:		717	120,00	25,90	35,16	104,28	836,58	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп-лапша с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло слив. раст. йод.)	30/250	35,58	6,82	11,18	12,99	179,88	1 112,00
	Шницель мясной с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло слив. раст. йод., соевый соус, лук репч.)	80/30	47,74	11,90	20,08	13,00	280,26	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	16,66	7,43	5,69	45,58	263,23	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	3,34	2,40	0,32	16,32	77,76	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
Итого за обед 12 лет и старше:		837	135,00	30,17	41,12	116,77	957,33	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				25,90	35,16	104,28	1412,19	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				30,17	41,12	116,77	1638,68	
День 7								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Вареники с картофельным фаршем, с маслом (Вареники с картофелем п/ф, соль йод., масло сл.)	170/10	56,69	10,63	13,66	56,01	389,50	1 096,00
	Напиток из ягоды (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,55	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Мандарин.	105	20,63	0,84	0,21	7,88	36,75	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		515,00	90,00	13,90	14,96	95,00	570,26	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Вареники с картофельным фаршем, с маслом (Вареники с картофелем п/ф, соль йод., масло сл.)	200/10	64,14	12,40	15,94	65,34	454,42	1 096,00
	Напиток из ягоды (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,55	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Мандарин.	118	23,18	0,94	0,24	8,85	41,30	-

Итого за завтрак 12 лет и старше:		558,00	100,00	15,77	17,27	105,31	639,73	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Щи из свежей капусты с картофелем (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсе., соль йод.)	200	9,83	1,41	3,91	6,63	67,37	197,00
	Кюфта по-московски (со свиной) с соусом кр (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука, масло подсе., соль йод., специи черный, красный)	80/20	63,49	14,46	21,08	8,19	280,32	209,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	19,97	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	24	2,50	1,80	0,24	12,24	58,32	-
	Хлеб ржаной БХП	20	1,68	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Мандарин.	105	20,63	0,84	0,21	7,88	36,75	-
Итого за обед 7-11 лет:		799,00	120,00	25,24	29,75	83,74	703,64	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Щи из свежей капусты с картофелем (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсе., соль йод.)	270	13,25	1,90	5,28	8,95	90,95	197,00
	Кюфта по-московски (со свиной) с соусом кр (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука, масло подсе., соль йод., специи черный, красный)	80/30	64,32	14,54	21,45	8,78	286,33	209,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	26,63	7,22	5,42	42,40	247,26	307,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Мандарин.	116	22,72	0,93	0,23	8,70	40,60	-
Итого за обед 12 лет и старше:		961,00	135,00	29,19	33,09	107,64	845,19	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				39,14	44,71	178,74	1 273,91	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				44,97	50,36	212,95	1 484,92	
День 8								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/5	22,34	5,98	6,44	29,97	201,71	515,00

Завтрак 7-11 лет	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	25	4,08	1,87	0,72	12,85	65,42	-
	Песочники "Байкальские" (конд.цех)	60	36,60	3,54	14,28	34,50	298,13	328,00
	Яблоко свежее	115	14,42	0,46	0,46	11,27	51,06	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		555,00	90,00	13,36	23,03	101,20	682,97	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	220/6	30,74	8,72	9,38	43,69	294,10	515,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	31	5,05	2,32	0,90	15,93	81,13	-
	Песочники "Байкальские" (конд.цех)	60	36,60	3,54	14,28	34,50	298,13	328,00
	Яблоко свежее	120	15,05	0,48	0,48	11,76	53,28	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		637,00	100,00	16,57	26,17	118,50	793,29	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, соль йод., сахар-песок, вода, масло подсолн.)	200	10,35	1,55	3,91	10,22	82,31	165,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод., сахар-песок)	40/150	77,47	17,34	26,09	37,53	454,27	523,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной БХП	20	1,68	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед 7-11 лет:		760	120,00	23,17	30,81	95,81	753,21	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, соль йод., сахар-песок, вода, масло подсолн.)	270	13,98	2,10	5,28	13,80	111,12	165,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод., сахар-песок)	45/160	86,27	18,71	28,15	40,50	490,13	523,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00

	Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	4,17	3,00	0,40	20,40	97,20	-
	Хлеб ржаной БХП	32	2,69	2,11	0,38	12,67	62,59	-
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	872	135,00	27,00	34,53	114,75	877,81	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				36,54	53,84	197,01	1 436,18	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				43,58	60,71	233,25	1 671,09	
День 9								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Котлеты рубленные из курицы с соусом белым (Филе куриное, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло сл., соль йод., соль белая, сахарный)	80/30	46,29	17,38	7,40	15,94	199,88	1 069,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	31,17	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	46	4,79	3,45	0,46	23,46	111,78	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		506,00	90,00	24,91	12,39	77,86	522,59	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Котлеты рубленные из курицы с соусом белым (Филе куриное, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло сл., соль йод., соль белая, сахарный)	80/30	46,29	17,38	7,40	15,94	199,88	1 069,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	41,56	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,40	3,23	0,43	21,93	104,49	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		553,00	100,00	25,72	13,85	83,03	559,63	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, и гренками. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подс., соль йод., зелень)	200/10	10,78	5,06	5,49	19,94	149,42	157,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	170/5	80,57	16,36	41,23	50,06	536,77	1 084,00
	Чай с ягодой протертой (брусника) (Чай, сахар, вода, брусника протертая)	200	11,48	0,10	0,07	13,00	53,03	1 114,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-

	Яблоко свежее	112	14,04	0,45	0,45	10,98	49,73	-
Итого за обед 7-11 лет:		727,00	120,00	24,21	47,54	109,28	861,86	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, и гречками. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подс., соль йод., специи)	250/10	13,27	6,26	6,80	24,69	185,00	157,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	200/5	93,56	19,16	48,30	58,64	635,94	1 084,00
	Чай с ягодой протертой (брусника) (Чай, сахар, вода, брусника протертая)	200	11,48	0,10	0,07	13,00	53,03	1 114,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,02	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Яблоко свежее	109	13,67	0,44	0,44	10,68	48,40	-
Итого за обед 12 лет и старше:		803,00	135,00	28,14	55,90	121,81	992,84	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				49,12	59,93	187,14	1 484,45	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				53,85	69,75	204,84	1 662,46	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				76,27	76,97	300,29	2 202,25	
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				138,15	176,64	428,02	3 854,44	
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и ст				160,88	205,69	505,53	4 516,88	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и				84,74	88,17	357,67	2 566,38	