

«Согласовано»

Директор _____

30 сентября 2024 г.



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	% рецептур
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1								
День 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша молочная пшеничная с маслом (Крупа пшено, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/5	17,81	6,06	5,84	29,94	196,56	515,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,65	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	23	1,91	1,73	0,23	11,73	55,89	-
	Напиток овсяный в п/у	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		596	85,00	12,98	17,12	74,77	503,46	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша молочная пшеничная с маслом (Крупа пшено, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/5	21,81	8,01	7,72	39,60	259,97	515,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,65	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Напиток овсяный в п/у	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		658	90,00	15,83	19,12	90,55	596,03	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (г+с)	10/200	15,02	5,12	8,38	0,75	131,01	601,00

Обед 7-11 лет	(Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло))	10/200	13,02	3,12	6,36	7,12	127,71	674,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир.,))	80/30	44,02	11,73	17,92	12,28	227,35	246,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	19,12	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	85,19	-
	Пюре фруктовое	125	22,32			13,75	55	-
Итого за обед 7-11 лет:		858	105,00	23,81	32,39	106,44	782,65	
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 (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло))	20/280	25,89	7,31	11,98	13,92	162,73	694,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир.,))	80/40	44,77	12,80	19,55	13,40	239,35	246,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	210	22,33	5,05	6,69	51,02	262,48	552,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	94,77	-
	Пюре фруктовое	125	22,32			13,75	55	-
Итого за обед 12 лет и старше:		990	120,00	30,03	36,61	119,41	850,65	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				36,63	49,49	180,19	1 311,12	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				43,61	57,70	209,57	1 530,40	
День 2								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Яйцо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	26,69	7,59	8,49	32,49	238,8	898,00
	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	24/10/34	36,52	9,93	16,89	18,46	225,55	893,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,29	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00

Итого за завтрак 7-11 лет:		508	90,00	23,92	30,9	63,03	593,84	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Яйцо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/5	24,86	9,29	10,40	39,80	289,99	898,00
	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	25/10/44	38,35	10,19	17,33	18,94	272,44	893,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,29	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:		564	90,00	26,07	33,46	71,63	691,92	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Щи из свежей капусты с картофелем, с фрикаделл (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, вода, соль йод., пшеница)	20/260/15	26,45	7,30	10,87	16,21	191,84	197,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсолнечное, мука, томат.паста, соль йод.)	50/70	71,08	14,26	16,68	5,46	228,95	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	200	11,37	5,70	5,10	39,42	226,38	585,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,69	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	41	3,41	3,08	0,41	20,91	99,63	-
Итого за обед 7-11 лет:		856	120,00	31,32	33,11	100,36	824,74	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Щи из свежей капусты с картофелем, с фрикаделл (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, вода, соль йод., пшеница)	20/260/15	26,45	7,30	10,87	16,21	191,84	197,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсолнечное, мука, томат.паста, соль йод.)	50/70	71,08	14,26	16,68	5,46	228,95	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	200	11,37	5,70	5,10	39,42	226,38	585,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,69	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	41	3,41	3,08	0,41	20,91	99,63	-
Итого за обед 12 лет и старше:		856	120,00	31,32	33,11	100,36	824,74	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				54,26	62,25	162,04	1 425,47	

Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			57,39	66,57	171,99	1 516,66		
День 3								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	160/5	69,66	11,55	27,03	35,41	405,13	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,1	0,28	14,28	68,04	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		594	90,00	15,05	27,71	81,57	609,89	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Пельмени отварные в бульоне (Пельмени, бульон, соль йод., специи)	175/40	69,66	12,13	28,38	37,18	432,68	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78	0	0	9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,1	0,28	14,28	68,04	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		644	90,00	15,63	29,06	83,34	637,44	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло соль йод., специи)	10/230/15	18,26	10,73	11,75	22,01	216,67	157,00
	Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом (Минтай, крупа рисовая, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод., специи)	80/20	38,59	12,82	5,27	8,44	132,43	272,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	30,20	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,12	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Рогалик Сахарный (конд.цех) 50 гр.	50	27,50	3,72	11,61	28,02	231,49	385,00
Итого за обед 7-11 лет:		837	120,00	33,53	34,86	108,73	862,87	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло соль йод., специи)	10/230/15	18,26	10,73	11,75	22,01	216,67	157,00

Обед 12 лет и старше	Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом (Минтай, крупа рисовая, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подс., сметана, майонез, лимонный сок)	80/20	38,59	12,82	5,27	8,44	132,43	272,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	30,20	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,12	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Рогалик Сахарный (конд.цех) 50 гр.	50	27,50	3,72	11,61	28,02	231,49	385,00
Итого за обед 12 лет и старше:		837	120,00	33,53	34,86	108,73	862,87	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				52,53	74,43	202,60	1 690,44	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				49,52	64,61	193,46	1 553,52	
День 4								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Запеканка творожная с рисом со сгущенным молоком (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подс., сметана, сметана, майонез, лимонный сок)	170/30	63,48	23,22	11,17	56,10	417,77	187,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	137	17,17	0,55	0,55	13,43	60,83	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		567	90,00	27,37	13,42	86,97	578,18	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Запеканка творожная с рисом со сгущенным молоком (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подс., сметана, сметана, майонез, лимонный сок)	170/30	63,48	23,22	11,17	56,10	417,77	187,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	137	17,17	0,55	0,55	13,43	60,83	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		567	90,00	27,37	13,42	86,97	578,18	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (г) (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., сметана, майонез, лимонный сок)	20/250	25,14	7,60	12,50	12,77	153,94	165,00
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красным (Говядина, батон, молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод., сметана, майонез, лимонный сок)	80/30	45,81	10,60	16,65	13,12	224,79	1 042,00

Обед 7-11 лет	Гарнир каша гречневая вязкая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	11,92	4,52	5,48	27,56	167,64	676,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,39	0,57	0	19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60	156,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		853	120,00	28,57	36,16	123,43	863,04	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (Г. (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., соль йод.)	20/250	25,14	7,60	12,50	12,77	153,94	165,00
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красным (Говядина, батон, молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод., масло сливочное)	80/30	45,81	10,60	16,65	13,12	224,79	1 042,00
	Гарнир каша гречневая вязкая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	11,92	4,52	5,48	27,56	167,64	676,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,39	0,57	0	19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60	156,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		853	120,00	28,57	36,16	123,43	863,04	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				55,94	49,59	210,40	1 511,23	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				55,94	49,59	210,40	1 511,23	
День 5								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	25	8,50	0,40	0,10	3,58	16,80	984,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус томатный)	80/30	44,30	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	190	30,75	3,77	7,44	23,60	176,41	867,00
	Чай с ЛИМОНОМ (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,12	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	3,33	3,00	0,40	20,40	97,20	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		569	90,00	17,90	22,82	65,20	537,77	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								

Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	25	8,50	0,40	0,10	3,58	16,80	984,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус)	80/30	44,30	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	190	30,75	3,77	7,44	23,60	176,41	867,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,12	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	3,33	3,00	0,40	20,40	97,20	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		569	90,00	17,90	22,82	65,20	537,77	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (г+) (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., картофель, морковь, лук, йод.)	30/250/10	43,92	4,75	9,55	17,84	176,29	167,03
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., картофель, морковь, лук, йод, соль йодированной.)	80/20	43,93	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	190	13,34	6,86	5,15	40,28	234,90	307,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Итого за обед 7-11 лет:		812	120,00	26,22	33,67	109,06	844,13	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (г+) (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., картофель, морковь, лук, йод.)	30/250/10	43,92	4,75	9,55	17,84	176,29	167,03
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., картофель, морковь, лук, йод, соль йодированной.)	80/20	43,93	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	190	13,34	6,86	5,15	40,28	234,90	307,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Итого за обед 12 лет и старше:		812	120,00	26,22	33,67	109,06	844,13	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				44,13	56,48	174,26	1 381,90	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				44,13	56,48	174,26	1 381,90	
День 6								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								

Завтрак 7-11 лет	Яйцо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	26,06	6,57	8,30	34,27	238,10	898,00
	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	20/10/35	32,97	8,38	14,26	15,58	224,16	893,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,47	0,15		14,61	59,04	977,00
Итого за завтрак 7-11 лет:		525	90,00	20,18	27,16	64,74	584,14	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Яйцо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	230/5	23,31	7,72	9,76	40,26	279,76	898,00
	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	23/10/35	35,72	8,77	14,91	16,30	234,51	893,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,47	0,15		14,61	59,04	977,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:		563	90,00	21,72	29,27	71,46	636,15	
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,	20/230	20,97	5,23	9,54	6,49	122,72	8,00
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир.,	80/30	37,89	14,27	12,26	10,01	207,46	1 061,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	21,29	4,81	6,38	48,59	260,98	552,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60	156,00	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
Итого за обед 7-11 лет:		836	120,00	31,17	31,15	119,19	861,33	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено,	20/230	20,97	5,23	9,54	6,49	122,72	8,00
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом	80/30	37,89	14,27	12,26	10,01	207,46	1 061,00

Обед 12 лет и старше	(Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло сливочное, йодированный сахар-песок)	60/50	31,87	17,21	12,20	10,01	207,70	1 001,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	21,29	4,81	6,38	48,59	260,98	552,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,80	1,20	33,60	156,00	-
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,70	0,36	18,36	87,48	-
Итого за обед 12 лет и старше:		836	120,00	31,17	31,15	119,19	861,33	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				51,35	58,30	183,93	1 465,47	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				52,89	60,42	190,65	1 517,48	
День 7								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная манная (жидкая) 100% с маслом (Крупа манная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/8	33,68	7,52	8,48	35,08	246,75	578,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Кекс "Столичный" в капсуле (конд.цех) 75	75	47,30	5,25	15,00	45,00	276,00	137,00
Итого за завтрак 7-11 лет:		500	90,00	16,08	25,15	95,48	612,62	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная манная(жидкая) 100% (Крупа манная, молоко, сахар-песок, соль йод.)	250	32,10	9,75	6,53	45,65	280,40	578,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	45	3,74	3,38	0,45	22,95	109,35	-
	Кекс "Столичный" в капсуле (конд.цех) 75	75	47,30	5,25	15,00	45,00	276,00	137,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:		570	90,00	19,74	23,39	115,74	692,44	
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., гренки)	240/10	9,50	6,02	6,54	23,74	177,88	157,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подс., соль йод.)	50/50	69,75	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая	200	15,01	8,26	6,32	50,64	292,48	632,00

Обед 7-11 лет	(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	15,01	0,20	0,32	30,07	272,70	652,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,69	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Яблоко свежее	120	15,06	0,48	0,48	11,76	53,28	-
Итого за обед 7-11 лет:		906	120,00	30,15	26,23	126,45	862,50	
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., гречки)	240/10	9,50	6,02	6,54	23,74	177,88	157,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подс., соль йод.)	50/50	69,75	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	15,01	8,26	6,32	50,64	292,48	632,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,69	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Яблоко свежее	120	15,06	0,48	0,48	11,76	53,28	-
Итого за обед 12 лет и старше:		906	120,00	30,15	26,23	126,45	862,50	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				46,24	51,38	221,93	1 535,11	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				49,89	49,62	242,19	1 614,94	
День 8								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная пшеничная "Боярская" с изюмом с м (Крупа пшено, изюм, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/10	55,04	7,48	19,74	39,29	364,68	527,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,65	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	24	1,99	1,80	0,24	12,24	58,32	-
	Пюре фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		539	90,00	11,10	21,65	78,50	553,19	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет	Каша молочная пшеничная "Боярская" с изюмом с м (Крупа пшено, изюм, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/5	54,12	8,07	21,29	42,39	393,47	527,00
	Какао-напиток.	200	10,65	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00

и старше	(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,02	1,07	13,22	13,17	200,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Пюре фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		565	90,00	12,51	23,31	87,21	608,71	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) и гренкам (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., картофель)	20/200/15	18,80	4,55	4,63	6,98	87,85	1 079,00
	Жаркое по-домашнему.. (Говядина, картофель, лук репч., масло подс., томат.паста, соль йод.)	40/210	76,13	20,44	21,05	23,98	367,10	27,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	41	3,41	3,08	0,41	20,91	99,63	-
	Песочники "Байкальские" (конд.цех)	40	19,88	2,36	9,52	23,00	198,75	328,00
Итого за обед 7-11 лет:		766	120,00	30,42	35,61	83,95	789,65	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) и гренкам (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., картофель)	20/260/15	18,97	5,71	5,82	8,77	110,28	1 079,00
	Жаркое по-домашнему.. (Говядина, картофель, лук репч., масло подс., томат.паста, соль йод.)	40/210	76,13	20,44	21,05	23,98	367,10	27,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	3,24	2,93	0,39	19,89	94,77	-
	Песочники "Байкальские" (конд.цех)	40	19,88	2,36	9,52	23,00	198,75	328,00
Итого за обед 12 лет и старше:		824	120,00	31,44	36,78	84,71	807,22	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				41,52	57,26	162,45	1 342,84	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				43,95	60,09	171,92	1 415,93	
День 9								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная кукурузная (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	17,75	6,97	3,20	46,23	171,6	623,00
	Ватрушка "Королевская" (Мука пш.в/с, яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	100	46,75	13,98	12,92	39,75	251,2	397,00
	Кофейный напиток злаковый	200	10,20	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00

	(Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,27	1,51	1,13	12,01	66,65	1 000,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
	Яблоко свежее	100	12,55	0,40	0,40	9,80	44,40	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		632	90,00	25,26	17,97	124,71	611,61	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная кукурузная (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	17,75	6,97	3,20	46,23	241,60	623,00
	Ватрушка "Королевская" (Мука пш.в/с, яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	100	46,75	13,98	12,92	39,75	331,20	397,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	10,29	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
	Яблоко свежее	100	12,55	0,40	0,40	9,80	44,40	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		632,00	90,00	25,26	17,97	124,71	611,61	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Рассольник "Ленинградский" (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло сл., соль йод.)	250	15,01	2,19	5,07	16,11	118,83	167,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	180/7	79,92	17,48	44,06	53,49	520,44	1 084,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,59	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 7-11 лет:		865	120,00	23,38	49,88	119,8	861,7	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Рассольник "Ленинградский" (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло сл., соль йод.)	250	15,01	2,19	5,07	16,11	118,83	167,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	180/7	79,92	17,48	44,06	53,49	520,44	1 084,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,59	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-

Итого за обед 12 лет и старше:		865	120,00	23,38	49,88	119,8	861,7	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				48,64	67,85	244,52	1 783,31	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				48,64	67,85	244,52	1 783,31	
День 10								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (огурцы свежие)	30	8,95	0,24	0,03	0,75	4,23	982,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь)	80/30	47,78	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	28,75	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78	0	0	9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		563	90,00	19,17	24,69	66,28	564,02	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (огурцы свежие)	30	8,95	0,24	0,03	0,75	4,23	982,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь)	80/30	47,78	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	28,75	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		563	90,00	19,17	24,69	66,28	564,02	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (г+) (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., вода, яйцо, сухарь)	20/220/10	28,66	7,00	12,15	11,72	164,22	165,00
	Биточки мясные с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль)	80/20	43,93	10,82	18,25	11,82	224,78	1 055,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	160	11,23	5,78	4,34	33,92	167,81	307,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,39	0,57	0	19,55	80,48	611,00

	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		776	120,00	27,1	43,99	107,16	854,04	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (Г+) (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч.,	10/270/15	24,68	7,6	12,5	12,77	183,94	165,00
	Биточки мясные с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль	80/30	44,68	11,90	20,08	13,00	250,26	1 055,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	14,04	7,22	5,42	42,40	222,26	307,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,39	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	41	3,41	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 обед 12 лет и старше:		876	120,00	31,42	47,41	126,03	992,57	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				47,08	68,78	179,05	1 524,79	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				51,24	73,93	193,37	1 645,03	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				18,617	21,44	81,935	572,419	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.				21,043	35,644	203,434	482,409	
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				28,837	35,529	112,993	837,351	
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.				30,023	36,707	115,718	863,075	