

«Согласовано»  
Директор



13 января 2025 г.

«Утверждаю»

Директор

МАУ "Городской комбинат школьного питания"

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	№ рецептур
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 1</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша манная молочная жидкая 100% с маслом, (Крупа манная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/10	39,67	7,25	7,62	33,83	232,91	578,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	11,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	38	6,20	2,85	1,10	19,53	99,45	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>646</b>	<b>90,00</b>	<b>14,38</b>	<b>13,23</b>	<b>89,65</b>	<b>535,23</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Завтрак 12 лет и старше	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88	35,89	-
	Каша манная молочная жидкая 100% с маслом. (Крупа манная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/10	49,18	9,56	9,68	44,62	303,88	578,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	11,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	41	6,69	3,08	1,19	21,07	107,30	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>709</b>	<b>100,00</b>	<b>16,92</b>	<b>15,38</b>	<b>101,99</b>	<b>614,12</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, молоко, вода, масло подсолнечное, соль йод.)	10/200	14,50	4,39	8,01	5,45	111,49	8,00

Обед 12 лет и старше	(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука, <del>соль йод.</del> )	120	02,55	17,02	21,02	7,50
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	210	14,69	7,58	5,69	44,52
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,12	0,04		9,19
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85
	Хлеб ржаной БХП	34	2,86	2,24	0,41	13,46
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>908</b>	<b>135,00</b>	<b>33,39</b>	<b>41,37</b>	<b>127,21</b>
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>43,86</b>	<b>50,68</b>	<b>198,98</b>
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>50,31</b>	<b>56,75</b>	<b>229,20</b>
<b>День 2</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Завтрак 7-11 лет	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/5	25,49	6,68	5,63	44,05
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубника) (Блин-конверт с клубникой, масло слив.)	65	27,56	2,12	4,50	17,53
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Батон БХП	28	4,56	2,10	0,81	14,39
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>523</b>	<b>90,00</b>	<b>12,89</b>	<b>15,15</b>	<b>103,91</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
Завтрак 12 лет и старше	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	230/10	35,32	8,22	6,93	54,22
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубника) (Блин-конверт с клубникой, масло слив.)	65	27,56	2,12	4,50	17,53
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Батон БХП	29	4,73	2,18	0,84	14,91
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>569</b>	<b>100,00</b>	<b>14,50</b>	<b>16,48</b>	<b>114,59</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Обед 7-11 лет	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., картошка вареная, масло подсолнечное, соль йод.)	20/220	34,79	3,86	7,16	15,00
	Стрипсы мясные с соусом красным (Говядина, свинина, крупа пшено, орех мускатный, яйцо, сухарь панировочный, картошка вареная, масло подсолнечное, соль йод.)	80/30	52,06	12,77	19,75	9,61
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	13,56	7,43	5,69	45,58
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,44	2,48	0,33	16,83
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>763</b>	<b>120,00</b>	<b>27,94</b>	<b>33,33</b>	<b>109,82</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
Обед 12 лет и старше	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., картошка вареная, масло подсолнечное, соль йод.)	30/270	47,25	4,82	8,95	18,75
	Стрипсы мясные с соусом красным (Говядина, свинина, крупа пшено, орех мускатный, яйцо, сухарь панировочный, картошка вареная, масло подсолнечное, соль йод.)	110	52,06	12,77	19,75	9,61

12 лет и старше	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	15,06	8,26	6,32	50,64
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,48	3,23	0,43	21,93
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>853</b>	<b>135,00</b>	<b>30,48</b>	<b>35,85</b>	<b>123,73</b>
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>40,83</b>	<b>48,48</b>	<b>213,73</b>
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>44,98</b>	<b>52,34</b>	<b>238,32</b>
<b>День 3</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (горошек зеленый)	30	13,82	0,93	0,06	1,95
	Котлета "Незнайка" (со свининой) с соусом кр (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь	110	49,63	12,54	18,67	14,16
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	10,53	5,42	4,07	31,80
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с са (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,19	0,08	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>521,00</b>	<b>90,00</b>	<b>21,40</b>	<b>23,19</b>	<b>79,54</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (горошек зеленый)	45	20,70	1,40	0,09	2,93
	Котлета "Незнайка" (со свининой) с соусом кр (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь	110	49,63	12,54	18,67	14,16
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	190	13,34	6,86	5,15	40,28
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с са (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,19	0,08	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,54	2,55	0,34	17,34
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>579,00</b>	<b>100,00</b>	<b>23,53</b>	<b>24,33</b>	<b>90,53</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Обед 7-11 лет	Уха "Рыбацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод.,	200	26,63	3,97	7,29	11,82
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло	100	42,76	15,46	6,63	14,23
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	15,96	3,60	4,78	36,44
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	4,07	2,93	0,39	19,89
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>719</b>	<b>120,00</b>	<b>27,01</b>	<b>28,09</b>	<b>108,86</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.,	15/250	36,94	5,26	9,66	15,66
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло	110	43,19	15,52	7,00	14,57
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	190	20,22	4,57	6,06	46,16

старше	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	4,07	2,93	0,39	19,89
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>834</b>	<b>135,00</b>	<b>29,32</b>	<b>32,10</b>	<b>122,76</b>
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>54,73</b>	<b>66,05</b>	<b>158,59</b>
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>59,39</b>	<b>70,83</b>	<b>186,51</b>
<b>День 4</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Завтрак 7-11 лет	Пельмени отварные в бульоне (Пельмени, бульон, соль йод., специи) 175/25	200	69,57	11,55	27,03	35,41
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	24	2,50	1,80	0,24	12,24
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>624</b>	<b>90,00</b>	<b>14,75</b>	<b>27,67</b>	<b>79,53</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
Завтрак 12 лет и старше	Пельмени отварные в бульоне (Пельмени, бульон, соль йод., специи) 195/40	235	77,59	13,57	31,76	41,60
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,48	3,23	0,43	21,93
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>678</b>	<b>100,00</b>	<b>18,20</b>	<b>32,59</b>	<b>95,41</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем и фрикаделькам (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсе., соль йод.)	20/200	27,43	6,19	10,18	10,40
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсе., соль йод.)	100	70,01	11,70	12,47	3,59
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	150	8,52	4,28	3,83	29,57
	Напиток из ягоды (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,23	0,18	0,79	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30
	Хлеб ржаной БХП	20	1,68	1,32	0,24	7,92
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>720,00</b>	<b>120,00</b>	<b>25,92</b>	<b>27,81</b>	<b>82,60</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и фрикаделькам (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсе., соль йод.)	20/270	31,21	8,16	13,42	13,71
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсе., соль йод.)	110	77,01	12,87	13,72	3,95
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	200	11,37	5,70	5,10	39,42
	Напиток из ягоды (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,23	0,18	0,79	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85
	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88

<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>865,00</b>	<b>135,00</b>	<b>31,52</b>	<b>33,74</b>	<b>102,63</b>
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>40,67</b>	<b>55,48</b>	<b>162,13</b>
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>49,72</b>	<b>66,33</b>	<b>198,05</b>
<b>День 5</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	190	18,07	7,38	4,87	31,81
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	24/46	29,69	8,91	8,24	23,99
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	12,24	1,82	1,67	13,22
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>500,00</b>	<b>90,00</b>	<b>20,91</b>	<b>15,98</b>	<b>102,61</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	250	23,78	9,71	6,41	41,85
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	29/44	33,98	9,30	8,59	25,01
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	12,24	1,82	1,67	13,22
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>563,00</b>	<b>100,00</b>	<b>23,63</b>	<b>17,87</b>	<b>113,68</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Обед 7-11 лет</b>	Суп картофельный с бобовыми, и гречками. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсолнечное, соль йод.)	200/10	11,06	5,06	5,49	19,94
	Котлета "Мечта" со свининой из минтая с соусом (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панировочный)	100	37,75	12,70	11,31	8,94
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	31,45	3,09	4,47	20,10
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,96	2,85	0,38	19,38
	Песочники "Байкальские" (конд.цех)	55	27,33	3,25	13,09	31,63
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>753,00</b>	<b>120,00</b>	<b>28,30</b>	<b>36,15</b>	<b>102,13</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Суп картофельный с бобовыми, и гречками. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсолнечное, соль йод.)	270/15	15,04	6,86	7,45	27,06
	Котлета "Мечта" со свининой из минтая с соусом (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панировочный)	110	38,18	12,75	11,68	9,28
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	41,93	4,12	5,96	26,80
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	4,07	2,93	0,39	19,89
	Песочники "Байкальские" (конд.цех)	55	27,33	3,25	13,09	31,63
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>889,00</b>	<b>135,00</b>	<b>31,26</b>	<b>39,98</b>	<b>116,80</b>
<b>Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>49,22</b>	<b>52,13</b>	<b>204,74</b>

<b>Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>		<b>54,89</b>	<b>57,86</b>	<b>230,48</b>		
<b>Неделя 3</b>						
<b>День 6</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Каша молочная "Улыбка"с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/5	29,34	6,68	7,71	36,80
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	22/49	28,27	9,04	8,35	24,33
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>501</b>	<b>90,00</b>	<b>17,71</b>	<b>20,28</b>	<b>89,07</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Каша молочная "Улыбка"с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/6	36,70	8,43	9,73	46,42
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	25/48	30,91	9,30	8,59	25,01
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>554</b>	<b>100,00</b>	<b>19,71</b>	<b>22,53</b>	<b>99,38</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Обед 7-11 лет</b>	Суп-лапша с фрикадельками (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло слив., соль йод.)	10/200	15,72	4,95	8,16	9,78
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло слив., соль йод., специи)	80/30	45,42	11,73	17,92	12,28
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	11,30	6,20	4,74	37,98
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с сахаром (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,19	0,08	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,44	2,48	0,33	16,83
	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>763</b>	<b>120,00</b>	<b>28,58</b>	<b>40,59</b>	<b>121,97</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Суп-лапша с фрикадельками (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло слив., соль йод.)	20/270	26,67	6,84	11,26	13,50
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло слив., соль йод., специи)	80/30	45,42	11,73	17,92	12,28
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	15,06	8,26	6,32	50,64
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с сахаром (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,19	0,08	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85
	Хлеб ржаной БХП	31	2,61	2,05	0,37	12,28
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>896</b>	<b>135,00</b>	<b>32,74</b>	<b>45,31</b>	<b>139,77</b>

<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>			<b>46,29</b>	<b>60,86</b>	<b>211,04</b>	
<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>			<b>52,46</b>	<b>67,83</b>	<b>239,15</b>	
<b>День 7</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Закуска порционированная (кукуруза консерви	45	15,28	0,72	0,18	6,44
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изд., мясопродукт, лук репч., томат.паста, масло	200	27,10	11,22	9,48	36,60
	Напиток из ягоды (брусника), протертой с саха (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	13,87	0,13	0,09	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>521,00</b>	<b>90,00</b>	<b>17,57</b>	<b>11,31</b>	<b>110,82</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Закуска порционированная (кукуруза консерви	60	20,38	0,96	0,24	8,58
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изд., мясопродукт, лук репч., томат.паста, масло	240	32,52	13,46	11,38	43,92
	Напиток из ягоды (брусника), протертой с саха (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	13,87	0,13	0,09	15,82
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>571,00</b>	<b>100,00</b>	<b>19,68</b>	<b>13,22</b>	<b>117,73</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Обед 7-11 лет</b>	Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука,	200	10,75	1,55	3,91	10,22
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.) 190/6	196	82,76	18,32	46,18	56,07
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,59	0,21	0,07	13,13
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80
	<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>832</b>	<b>120,00</b>	<b>24,18</b>	<b>50,92</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука,	250	13,44	1,94	4,89	12,78
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.) 220/7	227	95,90	21,22	53,48	64,94
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,59	0,21	0,07	13,13
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,92	2,10	0,28	14,28
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80
	<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>905</b>	<b>135,00</b>	<b>26,87</b>	<b>59,12</b>
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>			<b>41,75</b>	<b>62,23</b>	<b>231,40</b>	
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>			<b>46,55</b>	<b>72,34</b>	<b>245,66</b>	
<b>День 8</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
	Закуска порционированная (горошек зеленый)	25	11,40	0,78	0,05	1,63
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым	100	12,76	15,16	6,63	14,23

Завтрак 7-11 лет	(Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло)	100	72,70	10,70	0,00	17,20
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	31,45	3,09	4,47	20,10
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>500,00</b>	<b>90,00</b>	<b>21,20</b>	<b>11,40</b>	<b>57,79</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (горошек зеленый)	30	13,75	0,93	0,06	1,95
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло)	110	43,19	15,52	7,00	14,57
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,78			9,08
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	37,74	3,71	5,36	24,12
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,54	2,55	0,34	17,34
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>554,00</b>	<b>100,00</b>	<b>22,71</b>	<b>12,76</b>	<b>67,06</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Обед 7-11 лет	Щи из свежей капусты с картофелем (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсе., соль йод.)	230	11,56	1,62	4,50	7,63
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсе., соль йод.)	200	87,85	18,25	27,46	39,51
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,12	0,04		9,19
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30
	Сок фруктовый в п/у 125	125	14,34	0,88	0,25	14,25
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>789</b>	<b>120,00</b>	<b>23,04</b>	<b>32,51</b>	<b>85,88</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
Обед 12 лет и старше	Щи из свежей капусты с картофелем (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсе., соль йод.)	250	12,54	1,76	4,89	8,29
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсе., соль йод.)	220	102,92	20,08	30,21	43,46
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,12	0,04		9,19
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	20	2,08	1,50	0,20	10,20
	Сок фруктовый в п/у 125	125	14,34	0,88	0,25	14,25
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>819</b>	<b>135,00</b>	<b>24,26</b>	<b>35,55</b>	<b>85,39</b>
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>44,24</b>	<b>43,91</b>	<b>143,66</b>
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>46,96</b>	<b>48,31</b>	<b>152,45</b>
<b>День 9</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с м (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/7	25,70	6,45	6,65	33,60
	Сэндвич с вареной сгущенкой (Сэндвичи с вареной сгущенкой, масло слив.)	55	32,03	3,12	6,82	28,69
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	11,56	1,51	1,13	12,61

	Батон БХП	28	4,56	2,10	0,81	14,39
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>670</b>	<b>90,00</b>	<b>14,58</b>	<b>15,81</b>	<b>112,09</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с м (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/10	35,04	8,63	8,89	44,92
	Сэндвич с вареной сгущенкой (Сэндвичи с вареной сгущенкой, масло слив.)	55	32,03	3,12	6,82	28,69
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	11,56	1,51	1,13	12,61
	Батон БХП	32	5,22	2,40	0,93	16,45
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	16,15	1,40	0,40	22,80
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>737</b>	<b>100,00</b>	<b>17,06</b>	<b>18,17</b>	<b>125,47</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Обед 7-11 лет</b>	Рассольник "Ленинградский" с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., лимон.кислота, масло слив., соль йод.)	10/190	24,00	3,22	5,97	12,50
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красны (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус томатный)	100	44,97	10,61	14,51	7,85
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	10,53	5,42	4,07	31,80
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,69	0,99	0,06	18,36
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,81	2,03	0,27	13,77
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>717,00</b>	<b>120,00</b>	<b>25,06</b>	<b>26,07</b>	<b>117,88</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Рассольник "Ленинградский" с фрикаделькам (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., лимон.кислота, масло слив., соль йод.)	20/230	35,63	4,02	7,46	15,63
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красны (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус томатный)	100	44,97	10,61	14,51	7,85
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	12,64	6,50	4,88	38,16
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,69	0,99	0,06	18,36
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	4,07	2,93	0,39	19,89
	Десерт (Гематоген)	40	30,00	2,80	1,20	33,60
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>809,00</b>	<b>135,00</b>	<b>27,84</b>	<b>28,50</b>	<b>133,49</b>
<b>Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>39,64</b>	<b>41,88</b>	<b>229,97</b>
<b>Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>44,90</b>	<b>46,66</b>	<b>258,95</b>
<b>День 10</b>						
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	18,36	8,02	3,28	40,45
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	10/46	19,04	3,26	11,37	21,77
	Какао-напиток.	200	12,24	1,82	1,67	13,22

	(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	12,24	1,82	1,67	13,22
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>509</b>	<b>90,00</b>	<b>15,10</b>	<b>22,10</b>	<b>102,12</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Сыр в индивидуальной упаковке	18	16,42	1,37	2,98	0,88
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	240	22,03	9,62	3,94	48,54
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/49	25,37	3,73	12,99	24,88
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	12,24	1,82	1,67	13,22
	Зефир с вареной сгущенкой	35	23,94	0,63	2,80	25,80
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>557</b>	<b>100,00</b>	<b>17,17</b>	<b>24,38</b>	<b>113,32</b>
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>						
<b>Обед 7-11 лет</b>	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло сливочное, соль йод.)	10/200/15	19,79	8,54	8,82	22,42
	Сеченики Посольские из минтая с соусом белым (Минтай, омлет из сухого яичного меланжа, крупа манная, лук репчатый, яйцо вареное, морковь, масло сливочное, соль йод, сахар белый, сметана)	110	39,65	15,38	9,51	9,08
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	170	18,09	4,09	5,42	41,30
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	37	3,86	2,78	0,37	18,87
	Бисквит Лимонный (конд.цех)	80	30,16	5,04	11,60	46,56
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>822,00</b>	<b>120,00</b>	<b>37,18</b>	<b>37,12</b>	<b>140,37</b>
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>						
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло сливочное, соль йод.)	20/250/15	30,76	10,82	11,17	28,40
	Сеченики Посольские из минтая с соусом белым (Минтай, омлет из сухого яичного меланжа, крупа манная, лук репчатый, яйцо вареное, морковь, масло сливочное, соль йод, сахар белый, сметана)	80/30	39,65	15,38	9,51	9,08
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	21,29	4,81	6,38	48,59
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	8,45	1,36	1,41	2,14
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	45	4,69	3,38	0,45	22,95
	Бисквит Лимонный (конд.цех)	80	30,16	5,04	11,60	46,56
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>920,00</b>	<b>135,00</b>	<b>40,78</b>	<b>40,51</b>	<b>157,72</b>
<b>Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>52,28</b>	<b>59,22</b>	<b>242,49</b>
<b>Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>57,95</b>	<b>64,89</b>	<b>271,04</b>
<b>Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>22,83</b>	<b>23,93</b>	<b>104,11</b>
<b>Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>25,41</b>	<b>27,14</b>	<b>106,48</b>
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				<b>66,23</b>	<b>71,88</b>	<b>280,21</b>
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				<b>129,79</b>	<b>164,78</b>	<b>377,61</b>
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше				<b>145,57</b>	<b>187,02</b>	<b>437,61</b>
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше				<b>74,85</b>	<b>79,83</b>	<b>323,14</b>