

«Согласовано»  
Директор

27 января 2025



«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 4</b>								
<b>День 1</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Каша манная молочная жидкая с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/5	23,47	4,48	4,52	22,65	149,18	850,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	20/35	32,27	7,00	6,47	18,85	161,65	1 115,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,02	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>535</b>	<b>90,00</b>	<b>14,18</b>	<b>12,91</b>	<b>68,96</b>	<b>448,78</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Завтрак 12 лет и старше	Каша манная молочная жидкая с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/5	28,81	5,92	5,98	29,95	197,30	850,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	23/39	36,93	7,89	7,30	21,25	182,22	1 115,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,02	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>592</b>	<b>100,00</b>	<b>16,51</b>	<b>15,20</b>	<b>78,67</b>	<b>517,48</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль)	20/180	18,32	3,09	4,00	1,05	52,56	1 079,00

Обед 7-11 лет	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло)	80/20	46,75	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,87	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	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	26	2,71	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>716</b>	<b>120,00</b>	<b>23,28</b>	<b>37,04</b>	<b>97,33</b>	<b>817,00</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Обед 12 лет и старше	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль)	30/250	27,35	4,32	5,60	1,47	73,59	1 079,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло)	80/30	47,56	11,90	20,08	13,00	280,26	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	190	17,57	7,85	6,00	48,11	277,86	632,00
	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	40	4,17	3,00	0,40	20,40	97,20	-
Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-	
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>850</b>	<b>135,00</b>	<b>28,30</b>	<b>41,87</b>	<b>116,20</b>	<b>956,02</b>	
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>37,46</b>	<b>49,95</b>	<b>166,29</b>	<b>1 265,78</b>	
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>44,81</b>	<b>57,06</b>	<b>194,86</b>	<b>1 473,49</b>	
<b>День 2</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
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
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Мандарин.	105	20,63	0,84	0,21	7,88	36,75	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>515,00</b>	<b>90,00</b>	<b>13,90</b>	<b>14,96</b>	<b>95,00</b>	<b>570,26</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	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	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>558,00</b>	<b>100,00</b>	<b>15,77</b>	<b>17,27</b>	<b>105,31</b>	<b>639,73</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Обед 7-11 лет</b>	Суп Кудрявый с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, картофель, крупа пшено, морковь, лук соль, яйцо, масло подсолнечное, вода)	10/220	37,23	10,56	10,92	25,27	241,57	824,00
	Стрипсы из птицы (курица) с соусом красным (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсолнечное, лимон.кислота)	90/30	51,91	17,12	14,28	12,16	225,64	1 073,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	160	21,29	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	29	3,02	2,1	0,28	14,28	68,04	-
	Хлеб ржаной БХП	25	2,10	1,65	0,30	9,90	48,90	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>764,00</b>	<b>120,00</b>	<b>37,78</b>	<b>30,12</b>	<b>115,08</b>	<b>862,44</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Суп Кудрявый с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, картофель, крупа пшено, морковь, лук соль, яйцо, масло подсолнечное, вода)	20/250	49,88	12,40	12,82	29,66	283,59	824,00
	Стрипсы из птицы (курица) с соусом красным (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсолнечное, лимон.кислота)	90/30	51,91	17,12	14,28	12,16	225,64	1 073,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	23,95	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	26	2,71	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Хлеб ржаной БХП	25	2,10	1,65	0,30	9,90	48,90	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>821,00</b>	<b>135,00</b>	<b>40,19</b>	<b>32,53</b>	<b>122,69</b>	<b>924,32</b>	
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>57,04</b>	<b>58,32</b>	<b>179,41</b>	<b>1 470,69</b>	
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>60,54</b>	<b>62,35</b>	<b>194,03</b>	<b>1 579,43</b>	

**День 3****Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Сыр в индивидуальной упаковке	18	21,00	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/6	27,75	6,44	8,14	33,58	233,33	898,00
	Чай с вареньем (Чай, варенье, вода)	200/20	11,77	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
	Батон БХП	43	7,01	3,22	1,25	22,10	112,53	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>512</b>	<b>90,00</b>	<b>11,34</b>	<b>14,84</b>	<b>96,77</b>	<b>565,48</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Сыр в индивидуальной упаковке	18	21,00	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	230/10	37,75	7,89	9,97	41,12	285,71	898,00
	Чай с вареньем (Чай, варенье, вода)	200/20	11,77	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
	Батон БХП	43	7,01	3,22	1,25	22,10	112,53	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>556</b>	<b>100,00</b>	<b>12,79</b>	<b>16,66</b>	<b>104,31</b>	<b>617,87</b>	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Обед 7-11 лет</b>	Суп картофельный с бобовыми, и гречками. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подс., соль йод., мука)	200/10	11,16	5,06	5,49	19,94	149,42	157,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подс., соль йод.)	45/45	67,15	10,53	11,22	3,23	156,09	550,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	18,29	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
	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	104	13,04	0,42	0,42	10,19	46,18	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>779,00</b>	<b>120,00</b>	<b>22,48</b>	<b>22,23</b>	<b>100,92</b>	<b>693,61</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

	Суп картофельный с бобовыми, и гречками.	250/10	13,75	6,26	6,80	24,60	185,00	157,00
--	--	--------	-------	------	------	-------	--------	--------

Обед 12 лет и старше	(Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсе., соль йод., специи)	250/10	13,73	0,20	0,00	27,07	103,00	137,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсе., соль йод.)	50/50	74,63	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	21,95	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00
	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	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	110	13,79	0,44	0,44	10,78	48,84	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>880,00</b>	<b>135,00</b>	<b>25,97</b>	<b>25,81</b>	<b>116,45</b>	<b>801,99</b>	
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>33,82</b>	<b>37,06</b>	<b>197,69</b>	<b>1 259,09</b>	
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>38,76</b>	<b>42,47</b>	<b>220,77</b>	<b>1 419,86</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)	180/20	71,62	11,55	27,03	35,41	431,13	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Яблоко свежее	111	13,87	0,44	0,44	10,88	49,28	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>536,00</b>	<b>90,00</b>	<b>13,87</b>	<b>27,73</b>	<b>68,12</b>	<b>577,48</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)	200/40	79,64	13,86	32,44	42,49	517,35	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	123	15,33	0,49	0,49	12,05	54,61	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>593,00</b>	<b>100,00</b>	<b>16,60</b>	<b>33,23</b>	<b>78,92</b>	<b>681,19</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
	Щи из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., специи)	20/200	27,33	3,16	6,42	7,15	114,52	197,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом кра	80/20	51,01	11,40	16,07	12,87	240,85	225,00

Обед 7-11 лет	(Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь)	00/20	21,01	11,70	10,77	12,07	277,02	223,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	33,53	3,09	4,47	20,10	159,99	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,1	0,28	14,28	68,04	-
	Хлеб ржаной БХП	21	1,77	1,39	0,25	8,32	41,08	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>725,00</b>	<b>120,00</b>	<b>21,03</b>	<b>28,1</b>	<b>71,59</b>	<b>670,4</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Обед 12 лет и старше	Щи из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч.,)	20/250	29,85	3,87	7,88	8,77	121,53	197,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом крахмальным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь)	80/30	51,82	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	44,70	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Хлеб ржаной БХП	27	2,27	1,78	0,32	10,69	52,81	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>841,00</b>	<b>135,00</b>	<b>24,61</b>	<b>33,14</b>	<b>84,92</b>	<b>736,31</b>	
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>40,59</b>	<b>48,66</b>	<b>151,80</b>	<b>1 207,48</b>	
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>47,42</b>	<b>56,03</b>	<b>182,04</b>	<b>1 422,08</b>	
<b>День 5</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	20,49	8,02	4,16	39,81	228,76	515,00
	Кекс "Столичный" в капсуле (конд.цех) 75	75	54,30	5,25	15,00	45,00	236	137,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,19	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,02	2,18	0,29	14,79	70,47	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>504</b>	<b>90,00</b>	<b>16,96</b>	<b>20,58</b>	<b>112,21</b>	<b>601,88</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	250	25,68	10,03	5,20	40,76	275,05	515,00

Завтрак 12 лет и старше	(Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	20,00	10,00	3,20	47,70	213,70	513,00
	Кекс "Столичный" в капсуле (конд.цех) 75	75	54,30	5,25	15,00	45,00	236	137,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,19	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	48	7,83	3,60	1,39	24,67	125,62	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>573</b>	<b>100,00</b>	<b>20,39</b>	<b>22,72</b>	<b>132,04</b>	<b>704,22</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с рыбными пельменями (Пельмени рыбные, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод.)	230	30,19	5,78	4,88	21,73	163,92	1 114,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подс., мука, томат.паста, соль йод.)	45/45	67,91	10,69	12,51	4,10	171,71	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	150	10,34	4,28	3,83	29,57	169,79	585,00
	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	27	2,81	2,18	0,27	14,79	70,47	-
	Хлеб ржаной БХП	25	2,10	1,65	0,30	9,90	48,90	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>722,00</b>	<b>120,00</b>	<b>24,63</b>	<b>21,85</b>	<b>92,19</b>	<b>678,78</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с рыбными пельменями (Пельмени рыбные, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод.)	260	34,14	6,53	5,51	24,56	173,99	1 114,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подс., мука, томат.паста, соль йод.)	50/50	75,46	11,88	13,90	4,55	195,79	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	180	12,41	5,13	4,59	35,48	203,74	585,00
	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	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Хлеб ржаной БХП	32	2,69	2,11	0,38	12,67	58,68	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>807,00</b>	<b>135,00</b>	<b>28,49</b>	<b>24,80</b>	<b>108,25</b>	<b>778,53</b>	
<b>Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>41,58</b>	<b>42,43</b>	<b>204,40</b>	<b>1 365,79</b>	
<b>Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>48,87</b>	<b>47,52</b>	<b>240,29</b>	<b>1 584,37</b>	
<b>Неделя 1</b>								

День 6								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная "Улыбка". (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	160	21,27	5,62	3,64	31,11	179,68	53,00
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/38	28,56	3,09	10,76	20,60	191,60	1 116,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Пюре фруктовое	125	26,40			13,75	55,00	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>538,00</b>	<b>90,00</b>	<b>10,53</b>	<b>16,07</b>	<b>78,69</b>	<b>501,47</b>	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная "Улыбка". (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	230	30,59	8,08	5,23	44,73	258,29	53,00
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/42	29,24	3,32	11,57	22,16	206,06	1 116,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Пюре фруктовое	125	26,40			13,75	55,00	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>612,00</b>	<b>100,00</b>	<b>13,22</b>	<b>18,47</b>	<b>93,86</b>	<b>594,53</b>	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло раст. сл., йод.)	20/180	24,02	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 раст. сл., йод, сок томатный, горчица)	80/20	46,77	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	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>721</b>	<b>120,00</b>	<b>26,12</b>	<b>35,19</b>	<b>105,81</b>	<b>843,87</b>	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Суп-лапша с фрикадельками (г+с)	20/250	35,33	6,82	11,18	12,00	170,88	1 112,00



Обед 12 лет и старше	(Фрикадельки мясные, лапша Роллтон, морковь, лук репч., масло)	30/230	33,33	0,02	11,10	12,77	117,00	1 112,00
	Шницель мясной с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло)	80/30	47,58	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	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>841</b>	<b>135,00</b>	<b>30,47</b>	<b>41,16</b>	<b>118,81</b>	<b>967,05</b>	
<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>36,65</b>	<b>51,25</b>	<b>184,50</b>	<b>1 345,34</b>	
<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>43,69</b>	<b>59,63</b>	<b>212,66</b>	<b>1 561,58</b>	
<b>День 7</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консервир	30	12,47	0,48	0,12	4,29	20,16	984,00
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изд., мясопродукт, лук репч., томат.паста, масло)	200	34,82	11,22	9,48	36,60	276,60	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,53	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Мандарин.	127	24,95	1,02	0,25	9,53	44,45	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>608,00</b>	<b>90,00</b>	<b>15,19</b>	<b>10,16</b>	<b>80,84</b>	<b>475,58</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консервир	40	16,63	0,64	0,16	5,72	26,88	984,00
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изд., мясопродукт, лук репч., томат.паста, масло)	230	40,07	12,90	10,90	42,09	318,09	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,53	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Мандарин.	130	25,54	1,04	0,26	9,75	45,50	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>651,00</b>	<b>100,00</b>	<b>17,06</b>	<b>11,63</b>	<b>87,98</b>	<b>524,84</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
	Суп картофельный с бобовыми, с фрикаделька	10/180/10	18,00	8,41	0,21	17,26	185,62	157,00

Обед 7-11 лет	(Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, <del>соль йод. соль йод. белый перец</del> )	10/100/10	10,07	0,71	7,21	17,20	103,02	107,00
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло <del>соль йод. соль йод. белый перец</del> )	80/20	45,71	15,46	6,63	14,23	178,43	1 069,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	18,30	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
	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	-
	Пюре фруктовое	125	26,40			13,75	55,00	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>811,00</b>	<b>120,00</b>	<b>31,17</b>	<b>21,05</b>	<b>118,41</b>	<b>787,70</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, <del>соль йод. соль йод. белый перец</del> )	20/230/10	29,10	10,94	11,98	22,44	241,31	157,00
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым. (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло <del>соль йод. соль йод. белый перец</del> )	80/30	46,24	15,52	7,00	14,57	183,36	1 069,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	21,97	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00
	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	34	3,54	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Пюре фруктовое	125	26,40			13,75	55,00	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>909,00</b>	<b>135,00</b>	<b>34,32</b>	<b>25,12</b>	<b>130,19</b>	<b>884,10</b>	
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>46,36</b>	<b>31,21</b>	<b>199,24</b>	<b>1 263,28</b>	
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>51,38</b>	<b>36,75</b>	<b>218,17</b>	<b>1 408,94</b>	
<b>День 8</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с ма (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/7	29,74	6,45	6,65	33,60	220,04	515,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (вишня (Блин-конверт с вишней, масло слив.)	65	29,24	4,22	5,90	11,93	117,70	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	33	5,38	2,48	0,96	16,96	86,36	-

	Яблоко свежее	131	16,43	0,52	0,52	12,84	58,16	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>616,00</b>	<b>90,00</b>	<b>15,03</b>	<b>15,44</b>	<b>77,47</b>	<b>508,96</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 ма (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/9	39,22	8,59	8,85	44,74	293,00	515,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (вишня (Блин-конверт с вишней, масло слив.)	65	29,24	4,22	5,90	11,93	117,70	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	37	6,03	2,77	1,07	19,02	96,83	-
	Яблоко свежее	130	16,30	0,52	0,52	12,74	57,72	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>681,00</b>	<b>100,00</b>	<b>17,47</b>	<b>17,75</b>	<b>90,57</b>	<b>591,94</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Обед 7-11 лет</b>	Рассольник "Ленинградский" (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, )	200	14,01	1,75	4,06	12,89	95,06	167,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., )	80/30	47,39	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	19,97	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00
	Напиток из ягоды (облепиха), протертая с саха (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	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной БХП	25	2,10	1,65	0,30	9,90	48,90	-
	Мандарин.	124	24,37	0,99	0,25	9,30	43,40	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>834,00</b>	<b>120,00</b>	<b>22,55</b>	<b>24,59</b>	<b>100,90</b>	<b>715,11</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Рассольник "Ленинградский" (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, )	280	19,62	2,45	5,68	18,04	133,09	167,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., )	80/30	47,39	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	26,63	7,22	5,42	42,40	247,26	307,00
	Напиток из ягоды (облепиха), протертая с саха (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,55	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00

	(Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	7,55	0,10	0,77	15,02	71,11	1 065,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Мандарин.	133	26,05	1,06	0,27	9,98	46,55	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>984,00</b>	<b>135,00</b>	<b>25,91</b>	<b>27,70</b>	<b>122,37</b>	<b>842,46</b>	
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>37,59</b>	<b>40,03</b>	<b>178,37</b>	<b>1 224,07</b>	
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>43,38</b>	<b>45,46</b>	<b>212,94</b>	<b>1 434,40</b>	
<b>День 9</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Яйцо вареное	40	19,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло)	180/5	25,30	7,14	7,68	35,77	204,75	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	28	4,56	2,10	0,81	14,39	73,28	-
	Песочники Байкальские.	50	28,08	3,27	10,67	28,98	205	386,00
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>503</b>	<b>90,00</b>	<b>19,09</b>	<b>24,89</b>	<b>92,03</b>	<b>612,52</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Яйцо вареное	40	19,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло)	240/7	34,15	9,53	10,26	47,75	261,43	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	35	5,71	2,63	1,02	17,99	91,60	-
	Песочники Байкальские.	50	28,08	3,27	10,67	28,98	205	386,00
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>572</b>	<b>100,00</b>	<b>22,01</b>	<b>27,67</b>	<b>107,62</b>	<b>687,52</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, лимон, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йод., вода)	240	11,80	1,86	4,69	12,27	98,77	165,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолнечное, соль йод.)	40/150	76,35	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	38	3,96	2,85	0,38	19,38	92,34	-
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>793</b>	<b>120,00</b>	<b>23,14</b>	<b>31,48</b>	<b>96,56</b>	<b>762,15</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, масло подсолнечное, соль йод.)	250	12,30	1,94	4,89	12,78	102,89	165,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолнечное, соль йод.)	50/150	91,16	18,25	27,46	39,51	478,18	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	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>810</b>	<b>135,00</b>	<b>23,91</b>	<b>33,02</b>	<b>97,52</b>	<b>782,88</b>	
<b>Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>42,23</b>	<b>56,37</b>	<b>188,60</b>	<b>1 430,66</b>	
<b>Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>45,91</b>	<b>60,69</b>	<b>205,14</b>	<b>1 550,39</b>	
<b>День 10</b>								
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом кра (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панировочные, масло подсолнечное, соль йод.)	80/30	51,88	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	160	31,66	3,30	4,77	21,44	141,86	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>504</b>	<b>90,00</b>	<b>18,20</b>	<b>23,75</b>	<b>60,60</b>	<b>528,94</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом кра (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панировочные, масло подсолнечное, соль йод.)	80/40	52,69	13,68	20,37	15,45	299,81	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	39,60	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,48	3,23	0,43	21,93	104,49	-

<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>567,00</b>	<b>100,00</b>	<b>21,07</b>	<b>26,76</b>	<b>73,37</b>	<b>618,54</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>								
<b>Обед 7-11 лет</b>	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло сливочное, йод., сахар)	200/10	15,06	1,61	4,87	6,99	78,24	197,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	180/5	84,86	17,29	43,59	52,92	573,16	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	120	15,05	0,48	0,48	11,76	53,28	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>765</b>	<b>120,00</b>	<b>21,63</b>	<b>49,24</b>	<b>96,06</b>	<b>813,9</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло сливочное, йод., сахар)	250/10	17,36	1,99	6,03	8,66	96,87	197,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	190/10	96,71	18,70	47,12	57,21	627,74	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Яблоко свежее	126	15,80	0,50	0,50	12,35	55,94	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>817,00</b>	<b>135,00</b>	<b>23,52</b>	<b>53,97</b>	<b>103,11</b>	<b>892,2</b>	
<b>Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>39,83</b>	<b>72,99</b>	<b>156,66</b>	<b>1 442,84</b>	
<b>Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>44,58</b>	<b>80,72</b>	<b>176,48</b>	<b>1 610,75</b>	
<b>Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>73,05</b>	<b>94,08</b>	<b>321,31</b>	<b>2 423,97</b>	
<b>Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>156,43</b>	<b>184,45</b>	<b>463,73</b>	<b>4 140,68</b>	
<b>Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше</b>				<b>177,68</b>	<b>210,78</b>	<b>535,56</b>	<b>4 750,04</b>	
<b>Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше</b>				<b>85,01</b>	<b>106,83</b>	<b>377,84</b>	<b>2 812,65</b>	