



04 МАРТА 2024

«утверждаю»
 Генеральный директор
 МКП «Городской комбинат
 Школьного питания»
 Шацова 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	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	170/5	20,13	4,78	5,75	33,36	204,28	198,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Банан.	200	52,79	1,80	0,60	25,20	113,40	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		600,00	83,00	10,27	8,27	84,53	453,62	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	220/5	24,80	6,14	7,39	42,90	262,64	198,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Банан.	200	52,79	1,80	0,60	25,20	113,40	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		654,00	90,00	11,94	9,95	96,11	521,70	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Суп лапша домашняя с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, лапша Ролитон, морковь, лук репч., масло)	20/180	19,74	4,87	7,99	9,28	128,49	694,00
	Ежики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, в. сл., лук репч., соль йод., соус)	80/20	36,91	9,72	13,53	7,67	191,31	222,00

	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	10,64	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	190	6,05	1,29	1,34	2,03	25,36	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	20	1,66	1,50	0,20	10,20	48,60	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		700,00	105,00	26,18	29,39	99,97	769,11	
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 подс., соль йод.)	30/250	29,11	6,82	11,18	12,99	179,88	694,00
	Ежики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус красный основной)	80/30	37,50	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	14,19	8,26	6,32	50,64	292,48	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		864,00	120,00	32,28	35,73	124,35	948,11	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				36,45	37,66	184,50	1 222,73	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				44,22	45,68	220,46	1 469,81	
День 2								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Омлет натуральный (Яйцо, молоко, масло сл., соль йод.)	180	59,94	17,85	20,79	3,17	271,22	199,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	122	19,26	0,49	0,49	11,96	74,17	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		541,00	85,00	21,00	21,63	42,17	467,36	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Омлет натуральный	200	66,60	19,83	23,10	3,52	331,35	199,00

Завтрак 12 лет и старше	(Яйцо, молоко, масло сл., соль йод.)							
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Яблоко свежее	112	17,68	0,45	0,45	10,98	69,73	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		550,00	90,00	22,87	23,89	41,03	520,62	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (г+с) и гренками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подс., соль йод., гренки)	10/180/10	14,67	8,41	9,21	17,26	185,62	157,00
	Террин из горбуши с соусом белым (Горбуша, молоко, яйцо, масло сл., соль йод., соус белый основной)	90/20	41,98	12,07	7,03	2,27	120,60	995,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	22,24	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Рогалик Сахарный (конд.цех) 50 гр.	50	22,40	3,50	10,00	30,00	224,00	385,00
Итого за обед 7-11 лет:		735,00	105,00	28,95	30,96	91,46	760,28	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (г+с) и гренками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подс., соль йод., гренки)	20/230/10	23,33	10,94	11,98	22,44	241,31	157,00
	Террин из горбуши с соусом белым (Горбуша, молоко, яйцо, масло сл., соль йод., соус белый основной)	90/20	41,98	12,07	7,03	2,27	120,60	995,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	28,17	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Рогалик Сахарный (конд.цех) 50 гр.	50	22,40	3,50	10,00	30,00	224,00	385,00
Итого за обед 12 лет и старше:		840,00	120,00	32,67	34,96	104,55	863,58	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				49,95	52,59	133,63	1 207,64	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				55,54	58,86	145,58	1 334,20	

День 3

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	160/5	15,98	6,26	7,00	26,80	182,3	898,00
	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком (Творог, изюм, крупа манная, яйцо, сахар-песок, сметана, масло сл., ванилин, сухарь панир., масло подс., сгущ.молоко)	50/25	30,41	10,07	7,49	21,50	183,65	183,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		507,00	85,00	22,32	17,77	97,01	614,25	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/5	18,87	7,78	8,70	33,30	242,64	898,00
	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком (Творог, изюм, крупа манная, яйцо, сахар-песок, сметана, масло сл., ванилин, сухарь панир., масло подс., сгущ.молоко)	50/30	32,18	10,74	7,99	22,93	206,56	183,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		556,00	90,00	24,80	20,01	106,98	707,23	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (г+с) и сметаной (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло подс., сахар-песок, зелень сухая, соль йод., сметана)	20/180/10	24,29	5,88	10,20	9,85	154,74	165,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод., соус красный основной)	80/20	37,96	10,67	16,29	11,17	233,96	246,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,93	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00

	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Мандарин.	111	20,72	0,89	0,22	8,33	38,85	-
Итого за обед 7-11 лет:		797,00	105,00	23,20	31,83	92,17	747,95	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (г+с) и сметаной (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло подс., сахар-песок, зелень сухая, соль йод., сметана)	30/220/10	32,53	7,28	12,63	12,19	191,58	165,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод., соус красный основной)	80/30	38,55	11,73	17,92	12,28	257,35	246,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	16,72	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
	Мандарин.	126	23,52	1,01	0,25	9,45	44,10	-
Итого за обед 12 лет и старше:		909,00	120,00	27,03	36,94	107,62	871,10	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				45,51	49,60	189,18	1 385,20	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				51,84	56,95	214,60	1 578,32	
День 4								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (помидоры свежие)	30	11,30	0,33	0,06	1,14	6,42	982,00
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красным (Говядина, хлеб пш., молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод., масло подс., соус красный основной)	90/30	43,70	11,57	18,17	14,32	267,05	1 042,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	150	23,05	2,98	5,87	18,63	139,27	867,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,87	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-

Итого за завтрак 7-11 лет:		525,00	85,00	17,32	24,35	66,39	553,97	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (помидоры свежие)	30	11,30	0,33	0,06	1,14	6,42	982,00
	Зразы ленивые из говядины я/п с соусом красным (Говядина, хлеб пш., молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль йод., масло подс., соус красный основной)	90/30	43,70	11,57	18,17	14,32	267,05	1 042,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	180	27,64	3,58	7,04	22,36	167,12	867,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	4,87	0,57		19,55	80,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	72,90	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		560,00	90,00	18,29	25,57	72,66	593,97	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло подс., соль йод.)	10/190	17,05	3,22	5,97	12,50	116,58	167,00
	Кюфта по-московски (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука, масло подс., соль йод., соус красный основной)	80/20	50,07	13,00	19,43	7,95	258,67	209,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	8,70	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	5,50	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Зефир Йогуртовый	35	21,60	0,25	2,45	26,74	130,01	-
Итого за обед 7-11 лет:		710	105,00	24,75	32,22	110,10	829,40	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло подс., соль йод.)	20/250	27,12	4,34	8,06	16,87	157,39	167,00
	Кюфта по-московски (со свиной) с соусом красным	80/30	50,67	14,30	21,37	8,75	284,53	209,00

	(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука, масло подсолн., соль йод., соус красный основной)							
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	210	12,20	7,58	5,69	44,52	259,62	307,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	5,50	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Зефир Йогуртовый	35	21,60	0,25	2,45	26,74	130,01	-
Итого за обед 12 лет и старше:		860	120,00	30,09	37,98	133,09	994,55	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				42,07	56,57	176,49	1 383,36	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				48,38	63,55	205,75	1 588,52	
Неделя 2								
День 5								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	22,00	6,57	8,30	34,27	218,1	898,00
	Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	26/35	23,00	6,97	4,96	23,33	165,81	868,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		501,00	85,00	17,96	16,53	103,62	615,1	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/10	25,42	8,21	10,38	42,83	297,62	898,00
	Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	28/33	24,58	6,97	4,96	23,33	165,81	868,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		551,00	90,00	19,60	18,61	112,19	694,62	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (г+с)	20/180	17,10	4,19	7,63	5,19	106,18	8,00

	(Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, томат.паста, масло подсе., соль йод.)							
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом белым (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подсе., соль йод., соус белый)	90/20	37,63	14,27	12,26	10,01	207,46	1 061,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,93	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
	Напиток из облепихи, протертой с сахаром (Облепиха протертая, сахар-песок, вода)	180	11,51	0,23	1,00	16,80	77,10	904,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	23	1,91	1,73	0,23	11,73	55,89	-
	Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		788,00	105,00	24,01	25,90	93,93	704,86	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (г+с) (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, томат.паста, масло подсе., соль йод.)	30/220	24,72	5,23	9,54	6,49	132,72	8,00
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом белым (Минтай, свинина, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подсе., соль йод., соус белый)	90/30	38,00	15,57	13,37	10,92	226,32	1 061,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	18,58	4,81	6,38	48,59	270,98	552,00
	Напиток из облепихи, протертой с сахаром (Облепиха протертая, сахар-песок, вода)	200	12,79	0,25	1,11	18,67	85,67	904,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Пюре фруктовое	125	22,92			13,75	55,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		931,00	120,00	28,55	30,76	116,78	858,17	
День 6								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	60	22,69	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00
	Макаронны с ветчиной и томатом. (Макаронные изд., ветчина, лук репч., томат.паста, масло подсе., соль йод.)	200	23,00	11,22	9,48	36,60	276,60	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	13,93	0,15		14,61	59,04	977,00

	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Зефир с вареной сгущенкой	35	22,80	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		546	85,00	15,29	12,83	101,40	582,21	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	60	22,69	0,96	0,24	8,58	40,32	984,00
	Макаронны с ветчиной и томатом. (Макаронные изд., ветчина, лук репч., томат.паста, масло подс., соль йод.)	250	28,75	14,03	11,85	45,75	345,75	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	13,93	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	22	1,83	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Зефир с вареной сгущенкой	35	22,80	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		587	90,00	17,42	15,11	105,96	629,49	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Уха "Рыбацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод., масло сл.)	10/190	21,33	3,97	7,29	11,82	128,74	17,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод., соус красный основной)	80/30	41,70	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	26,69	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с сахаром. (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,37	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Итого за обед 7-11 лет:		725,00	105,00	23,03	31,75	83,77	712,97	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Уха "Рыбацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подс., соль йод., масло сл.)	20/250	34,60	5,36	9,84	15,95	179,8	17,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод., соус красный основной)	80/30	41,70	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	28,17	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00

	Напиток из ягоды (смородина), протертой с сахаром. (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	12,37	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,16	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Итого за обед 12 лет и старше:		808,00	120,00	24,85	34,63	90,77	780,18	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				38,32	44,58	185,17	1 295,18	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				42,27	49,74	196,73	1 403,68	
День 7								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/5	15,58	5,31	4,48	35,01	181,58	623,00
	Ватрушка "Королевская" (Мука пш.в/с, яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	90	37,54	12,58	11,63	35,78	231,2	397,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	2,49	2,25	0,30	15,30	75,33	-
	Яблоко свежее	124	19,59	0,50	0,50	12,15	55,06	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		599,00	85,00	22,15	18,03	110,85	609,82	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/5	19,25	7,02	5,92	46,31	282,12	623,00
	Ватрушка "Королевская" (Мука пш.в/с, яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	90	37,54	12,58	11,63	35,78	231,2	397,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Яблоко свежее	133	21,00	0,53	0,53	13,03	59,05	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		657,00	90,00	23,82	19,50	122,52	709,49	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) и гренками (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., гренки)	30/190/15	23,83	4,55	4,63	6,98	87,85	1 079,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подс., томат.паста, соль йод.)	50/190	77,21	21,90	32,95	47,41	573,82	523,00

	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Итого за обед 7-11 лет:		703,00	105,00	28,55	37,87	77,76	766,02	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Бульон с мясными фрикадельками (г+с) и гренками (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., гренки)	30/250/15	24,36	5,71	5,82	8,77	110,28	1 079,00
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подс., томат паста, соль йод.)	60/220	91,85	25,55	38,44	55,31	669,45	523,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-
Итого за обед 12 лет и старше:		801,00	120,00	33,21	44,52	86,42	879,23	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				50,70	55,90	188,61	1 460,29	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				57,03	64,02	208,94	1 640,08	
День 8								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (огурцы свежие)	40	15,07	0,32	0,04	1,00	5,64	982,00
	Тефтели II вариант с соусом красным (Говядина, крупа рисовая, вода, лук репч., мука, масло подс., соль йод., соус красный основной)	80/20	39,34	6,68	9,36	8,57	155,22	18,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	22,24	3,09	4,47	20,10	152,99	371,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	64,61	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		519,00	85,00	12,48	14,23	57,59	448,93	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (огурцы свежие)	40	15,07	0,32	0,04	1,00	5,64	982,00
	Тефтели II вариант с соусом красным (Говядина, крупа рисовая, вода, лук репч., мука, масло подс., соль йод., соус красный основной)	80/30	39,97	7,35	10,29	9,42	189,75	18,00

	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	26,69	3,71	5,36	24,12	189,59	371,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,94	0,21	0,07	13,13	64,61	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,33	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		558,00	90,00	13,69	16,05	61,95	517,63	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло подс., сахар-песок, зелень сухая, соль витам., сметана)	200/10	11,29	1,77	4,87	10,61	93,36	165,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод., соус красный основной)	90/30	43,73	12,98	21,90	14,18	275,74	1 055,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	10,44	6,50	4,88	38,16	182,53	307,00
	Компот из кураги и изюма с витамином С. (Курага, изюм, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,30	0,54	0,24	19,71	83,16	612,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-
Итого за обед 7-11 лет:		777,00	105,00	26,41	33,76	129,23	856,4	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками (г+с) и сметаной (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло подс., сахар-песок, зелень сухая, соль йод., сметана)	20/220/10	25,70	7,00	12,15	11,72	184,22	165,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло подс., соль йод., соус красный основной)	90/30	43,73	12,98	21,90	14,18	275,74	1 055,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	180	10,44	6,50	4,88	38,16	182,53	307,00
	Компот из кураги и изюма с витамином С. (Курага, изюм, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)	200	7,30	0,54	0,24	19,71	83,16	612,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Гематоген	40	30,00	2,60	1,60	32,80	156	-

Итого за обед 12 лет и старше:	824,00	120,00	32,17	41,10	133,91	964,27	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			38,89	47,99	186,82	1 334,72	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			45,86	57,15	195,87	1 481,28	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.			70,25	75,45	275,60	2 112,26	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.			78,48	85,23	311,58	2 377,06	
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.			97,74	129,66	272,34	2 647,22	
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.			116,54	154,01	322,16	3 140,90	