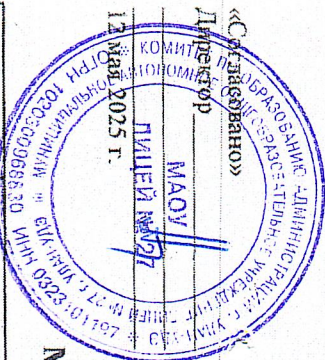




«Утверждаю»
Директор
МАОУ «Городской комбинат школьного питания»
Иванова А.М.

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

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3								
Стол № 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из риса (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	160	18,24	4,46	2,53	31,43	166,34	898,00
	Бутерброд с сыром и маслом на батоне (Сыр, масло сл., батон в/с БХП)	12/10/34	36,40	6,98	11,80	23,46	227,96	1 117,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	22,80	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	616	90,00	14,35	15,86	90,31	561,35	-
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из риса (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	210	23,94	5,86	3,32	41,25	218,32	898,00
	Бутерброд с сыром и маслом на батоне (Сыр, масло сл., батон в/с БХП)	15/10/36	40,70	7,60	12,85	25,56	248,31	1 117,00
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	22,80	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	671	100,00	16,37	17,70	102,22	633,68	-
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Булбон с куриными фрикадельками и гречками (Фрикадельки куриные, морковь, лук репч., чеснок, приправы, соль йод., гречка)	20/180/10	16,55	4,61	3,36	6,47	74,57	1 079,00
	Стрипы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, сливки, вода, яйцо, сушеный шиповник, много поке., соль йод., соус белый ост.)	90/20	49,59	15,61	13,09	10,45	222,05	1 073,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	11,91	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Напиток из ягод (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	23	2,40	1,73	0,23	11,73	55,89	-
Итого за обед 7-11 лет:	Печенье "Сибирская колбаса" в м/у 30 гр.	30	30,00	2,10	8,40	22,75	175,00	-
		723	120,00	30,42	30,61	105,20	817,98	-
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Булбон с куриными фрикадельками и гречками								
		20/180/10	21,60	7,18	4,79	6,00	101,75	1 079,00

Обед 12 лет и старше	Стрипсы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сахар-панир, масло подсол., соль йод., соус белый,он.)	90/30	50,13	17,03	14,28	11,40	242,24	1 073,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	210	16,67	8,67	6,64	53,17	307,10	632,00
	Напиток из ягод (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	38	3,96	2,85	0,38	19,38	92,34	-
	Печенье "Сибирская колбасы" в и/у 30 гр.	30	30,00	2,10	8,40	22,75	175,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		893	135,00	37,31	35,21	131,61	992,54	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				44,77	46,47	195,51	1 379,33	
Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				53,68	52,91	233,83	1 626,22	
День 2								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Сыр порцирами	15	19,84	3,48	4,43		53,75	-
	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	20,36	7,77	5,13	33,48	201,17	898,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Батон БХП	37	6,03	2,77	1,07	19,02	96,83	-
	Печенье "Утренний кофе" в и/у 45 гр.	45	30,00	2,70	9,00	26,10	176,2	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		500	90,00	18,54	21,30	91,82	603,14	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Сыр порцирами	18	23,92	4,18	5,31		64,49	-
	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	250	25,46	9,71	6,41	41,85	243,96	898,00
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
	Батон БХП	42	6,85	3,15	1,22	21,59	109,91	-
	Печенье "Утренний кофе" в и/у 45 гр.	45	30,00	2,70	9,00	26,10	176,2	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		555	100,00	21,56	23,61	102,76	669,75	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, и грибами. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод., грибки)	200/10	10,91	5,06	5,49	19,94	119,42	157,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	170/5	80,59	16,36	41,23	50,06	506,77	1 084,00
	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	27	2,81	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед 7-11 лет:		737	120,00	24,89	47,24	117,57	835,05	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Суп картофельный с бобовыми, и грибами. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод., грибки)	240/10	12,91	6,02	6,54	23,74	147,88	157,00
	Пельмени отварные с маслом							

Обед 12 лет и старше	(Пельмени, соль йод., масло сл.)	200/2	93,48	19,10	48,30	28,04	012,94	1 084,00
	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	28	2,92	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	808	135,00	28,73	55,37	130,46	975,11	-
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				49,81	76,34	188,17	1 638,97	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				57,36	85,66	213,16	1 852,95	
День 3								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Вареники с мясом (Вареники с мясом п/ф, соль йод.)	180	66,80	10,76	9,27	59,45	364,30	1 128,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	112	17,65	0,45	0,45	10,98	49,73	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		527,00	90,00	13,84	10,07	97,36	535,40	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Вареники с мясом (Вареники с мясом п/ф, соль йод.)	200	74,23	11,96	10,30	66,06	404,78	1 128,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Яблоко свежее	128	20,12	0,51	0,51	12,54	56,83	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		564,00	100,00	15,17	11,17	106,04	585,41	
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 подсол.)	200/10	16,54	1,77	4,87	10,61	133,36	165,00
	Сеченики Посольские из микнта с соусом белым (Микнтай, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук репч., яйцо.	80/20	57,07	13,98	8,65	8,25	196,75	1 062,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	150	33,49	2,98	5,87	18,63	149,27	867,00
	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	-
Хлеб ржаной БХП		24	2,02	1,58	0,29	9,50	46,94	-
Итого за обед 7-11 лет:		714,00	120,00	23,55	20,03	80,66	677,16	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат. паста, мука, масло подсол.)	250/10	19,21	2,19	6,03	13,14	165,59	165,00
	Сеченики Посольские из микнта с соусом белым (Микнтай, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук репч., яйцо.	80/30	57,62	15,38	9,51	9,08	213,43	1 062,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масл , сл., соль йод.)	200	44,66	3,97	7,83	24,84	195,69	867,00

	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	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	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	831,00	135,00	26,84	24,10	93,11	786,66	-
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
День 4								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом (Курага кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/5	23,60	5,31	4,48	35,01	201,58	623,00
	Сэндвич с вареной студенькой (Сэндвичи с вареной студенькой, масло слив.)	55	32,69	3,12	6,82	28,69	188,62	1 109,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	20	3,26	1,50	0,58	10,28	52,34	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
		555	90,00	12,17	13,54	90,37	532,00	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом (Курага кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	220/5	31,32	7,70	6,50	50,83	292,61	623,00
	Сэндвич с вареной студенькой (Сэндвичи с вареной студенькой, масло слив.)	55	32,69	3,12	6,82	28,69	188,62	1 109,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	34	5,54	2,55	0,99	17,48	88,98	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
		639	100,00	15,61	15,96	113,38	659,67	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло подсол., соль)	200/10	21,01	1,97	5,02	13,29	106,20	167,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль, перец, специи)	70/30	47,78	11,40	16,97	12,87	249,85	1 025,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	19,97	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00
	Чай с яблочной протертой (смородина) (Чай, сахар, вода, смородина протертая)	200	10,67	0,14	0,06	13,00	53,10	1 114,00
Итого за обед 7-11 лет:	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Яблоко свежее	110	17,34	0,44	0,44	10,78	48,84	-
		801	120,00	21,69	26,86	97,56	718,76	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Рассольник "Ленинградский" со сметаной (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло подсол., соль)		250/10	24,83	2,44	6,21	16,46	131,49	167,00

Обед 12 лет и старше	Котлета "Незнайка" (со свинойной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панир., масло)	70/30	47,78	11,40	16,97	12,87	249,85	1 025,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	26,63	7,22	5,42	42,40	247,26	307,00
	Чай с ягодой протертой (смородина) (Чай, сахар, вода, смородина протертая)	200	10,67	0,14	0,06	13,00	53,10	1 114,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	136	21,44	0,54	0,54	13,33	60,38	-
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.		931	135,00	24,37	29,56	115,91	827,13	-
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				33,86	40,40	187,93	1 250,76	-
День 5				39,98	45,52	229,29	1 486,80	-
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Биточки рубленые из курицы с соусом белым. (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло сл., соль йод., соль белая, соль.)	80/30	45,05	15,52	7,00	14,57	183,36	1 069,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	160	33,24	3,30	4,77	21,44	141,86	371,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб.кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,96	2,85	0,38	19,38	92,34	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	508,00	90,00	22,66	12,21	73,75	495,50	-
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Биточки рубленые из курицы с соусом белым. (Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло сл., соль йод., соль белая, соль.)	80/30	45,05	15,52	7,00	14,57	183,36	1 069,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	210	43,55	4,33	6,26	28,14	186,19	371,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб.кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	555,00	100,00	23,46	13,67	78,92	532,54	-
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Ши из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло)	20/200	29,62	3,16	6,42	7,15	99,03	197,00
	Плов из свинины с овощами (Свинина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсол., томат паста, соль)	50/150	59,99	14,39	38,02	39,51	457,78	523,00
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,92	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Хлеб ржаной БХП	21	1,77	1,39	0,25	8,32	41,08	-
Итого за обед 7-11 лет:		35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
Итого за обед 7-11 лет:		708	120,00	21,32	47,42	105,19	832,35	-
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Ши из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло)		20/260	33,09	4,02	8,17	9,10	126,03	197,00
	Плов из свинины с овощами	60/160	60,05	15,82	41,87	43,46	512,56	572,00

Обед 12 лет и старше		Уч, 100	Уч, 50	Уч, 50	Т, 10%	Т, 5%	Уч, 50%	Уч, 50%
(Свинина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолн., томат паста, соль)								
Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)		200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП		40	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Хлеб ржаной БХП		31	2,61	2,05	0,37	12,28	60,64	-
Зефир йогуртовый		35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
Итого за обед 12 лет и старше:		800	135,00	24,81	53,17	118,62	951,7	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				43,98	59,63	178,94	1 427,84	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				48,27	66,84	197,54	1 584,23	

День 6

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.											
Завтрак 7-11 лет	Суп молочный с вермишелью (Вермишель, вода, молоко, масло сл., сахар-песок, соль йод.)	220	25,78	5,08	4,39	17,38	129,35	518,00			
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	19/35	30,99	7,78	6,75	26,28	196,97	1 115,00			
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00			
	Печенье "Медвежья лапка" в и/у 35 гр.	35	30,00	2,10	8,40	22,75	175,00	-			
	Итого за завтрак 7-11 лет:	513	90,00	14,99	19,54	75,60	538,25				
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.											
Завтрак 12 лет и старше	Суп молочный с вермишелью (Вермишель, вода, молоко, масло сл., сахар-песок, соль йод.)	250	29,30	5,77	4,99	19,75	146,99	518,00			
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	23/42	37,47	9,36	8,12	31,63	237,10	1 115,00			
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	432,00			
	Печенье "Медвежья лапка" в и/у 35 гр.	35	30,00	2,10	8,40	22,75	175,00	-			
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	554	100,00	17,27	21,51	83,32	596,01				
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, томат паста, масло-раст., соль йод.)	20/200	24,97	4,60	8,39	5,71	126,8	8,00			
	Вареники с мясом, с маслом (Вареники с мясом п/ф, соль йод., масло сл.)	180/5	74,24	10,75	12,47	59,22	392,16	1 128,00			
	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	100	15,76	0,40	0,40	9,80	44,40	-			
Итого за обед 7-11 лет:	735,00	120,00	18,01	21,57	99,12	672,58					
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,	20/230	25,98	5,23	9,54	6,49	158,72	8,00			
	Вареники с мясом, с маслом (Вареники с мясом п/ф, соль йод., масло сл.)	220/5	89,07	13,08	15,17	72,03	486,96	1 128,00			
	Чай с сахаром	200	1,90			9,08	36,32	663,00			

													(Чай, сахар, вода)									
													200	1,20								
													Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,29	1,65	0,22	11,22	53,46			
													Яблоко свежее	100	15,76	0,40	0,40	9,80	44,40			-
													Итого за обед 12 лет и старше:	800	135,00	20,36	25,33	108,62	779,86			-
													Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
													День 7									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
													Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									

Итого за обед 12 лет и старше:		819,00	135,00	26,95	40,36	100,37	872,48	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				36,99	54,11	177,57	1 345,21	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				42,28	58,69	202,82	1 508,63	
День 8								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль йод., соус)	70/30	44,26	10,53	17,90	11,65	219,83	1 055,00
	Гречка отварная с пассерованными овощами (Крупа гречневая, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.)	150	10,29	5,78	13,05	34,73	209,45	808,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	180/18	13,03	0,14		13,15	53,14	693,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,71	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Яблоко свежее	125	19,71	0,50	0,50	12,25	55,50	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		599,00	90,00	18,89	31,71	85,04	601,1	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль йод., соус)	70/40	45,10	11,58	19,69	12,82	224,81	1 055,00
	Гречка отварная с пассерованными овощами (Крупа гречневая, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.)	200	13,72	7,70	17,40	46,30	262,6	808,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,53	0,15		14,61	59,04	693,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	41	4,28	3,08	0,41	20,91	99,63	-
	Яблоко свежее	142	22,37	0,57	0,57	13,92	63,05	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		713,00	100,00	23,07	38,07	108,56	709,13	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Г+С) и (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)	10/200/10	20,24	9,25	10,13	18,99	204,18	157,00
	Стрипы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль йод., соус)	90/30	50,13	17,03	14,28	11,40	242,24	1 073,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сли., соль йод.)	180	37,41	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
Итого за обед 7-11 лет:		779,00	120,00	34,37	30,50	94,42	789,62	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Г+С) и (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)	20/250/10	31,85	11,78	12,90	24,17	259,87	157,00
	Стрипы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль йод., соус)	90/30	50,13	17,03	14,28	11,40	242,24	1 073,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сли., соль йод.)	200	41,56	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
	Напиток из шиповника	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
Итого за обед 12 лет и старше:		779,00	120,00	34,37	30,50	94,42	789,62	

Старше	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Хлеб ржаной БХП	26	2,19	1,72	0,31	10,30	50,86	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	846	135,00	25,40	32,36	122,97	884,22	-
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				38,15	52,46	209,38	1 461,82	
День 10				45,23	59,43	246,31	1 700,54	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Тефтели кудинные в соусе (Филе куриное, свинина, лук репч., крупа рисовая, яйцо, соль йод., масло подс.,	80/30	47,99	16,34	10,82	7,64	193,30	1 129,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	160	35,73	3,18	6,26	19,87	148,55	867,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	42	4,38	3,15	0,42	21,42	102,06	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	512,00	90,00	22,67	17,50	58,01	480,23	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Тефтели кудинные в соусе (Филе куриное, свинина, лук репч., крупа рисовая, яйцо, соль йод., масло подс.,	80/40	48,54	17,83	11,80	8,33	210,87	1 129,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	200	44,66	3,97	7,83	24,84	185,69	867,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	47	4,90	3,53	0,47	23,97	114,21	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	567,00	100,00	25,32	20,10	66,22	547,10	
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.,	200/10	16,53	1,77	4,87	10,61	113,36	165,00
	Запеканка мясная "Микс" (говядина) (Говядина, крупа рисовая, крупа гречневая, лук репч., морковь, яйцо, молоко,	170	74,13	15,10	13,89	16,46	329,29	1 140,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	4,45	0,57		19,55	89,48	611,00
	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	-
Итого за обед 7-11 лет:	740	120,00	20,95	19,36	78,72	674,95		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, мука, масло подс.,	250/10	19,18	2,19	6,03	13,14	165,59	165,00
	Запеканка мясная "Микс" (говядина) (Говядина, крупа рисовая, крупа гречневая, лук репч., морковь, яйцо, молоко,	200	87,21	17,77	16,34	19,37	395,63	1 140,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	4,45	0,57		19,55	89,48	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,92	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед 12 лет и старше:	813	135,00	23,51	22,90	80,59	781,51		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.								
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.								
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.								

Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.					
		68,47	73,24	287,35	2 082,48