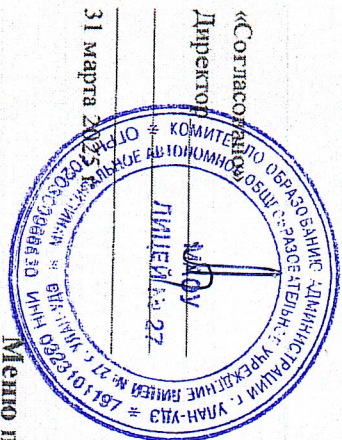
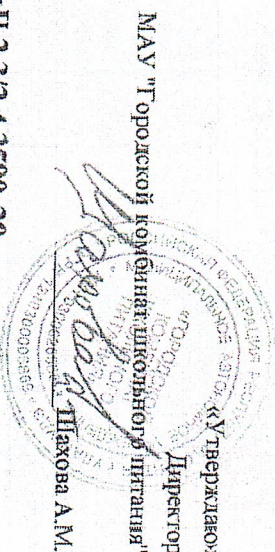




Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20



| Примечание                                                                                                           | Наименование блюда                                                                          | Вес блюда | Цена   | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                                                                                                                      |                                                                                             |           |        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Цельный 1                                                                                                            |                                                                                             |           |        |                  |       |          |                            |             |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                                                                               |                                                                                             |           |        |                  |       |          |                            |             |
| Завтрак 7-11 лет                                                                                                     | Йогурт вареное                                                                              | 40        | 19,50  | 5,08             | 4,60  | 0,28     | 62,84                      | 776,00      |
|                                                                                                                      | Каша кукурузная молочная вязкая<br>(Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.) | 200       | 22,51  | 6,97             | 3,20  | 46,23    | 231,6                      | 623,00      |
|                                                                                                                      | Бутерброд с сыром на батоне<br>(Сыр, батон в/с БХП)                                         | 20/47     | 34,22  | 9,65             | 8,38  | 32,61    | 244,39                     | 1 115,00    |
|                                                                                                                      | Какао-напиток.<br>(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)                                      | 200       | 13,77  | 1,82             | 1,67  | 13,22    | 75,19                      | 986,00      |
|                                                                                                                      | Итого за завтрак 7-11 лет:                                                                  | 507       | 90,00  | 23,52            | 17,85 | 92,34    | 614,02                     |             |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                                                                        |                                                                                             |           |        |                  |       |          |                            |             |
| Завтрак 12 лет и старше                                                                                              | Йогурт вареное                                                                              | 40        | 19,50  | 5,08             | 4,60  | 0,28     | 62,84                      | 776,00      |
|                                                                                                                      | Каша кукурузная молочная вязкая<br>(Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.) | 250       | 28,14  | 8,71             | 4,00  | 57,79    | 302,00                     | 623,00      |
|                                                                                                                      | Бутерброд с сыром на батоне<br>(Сыр, батон в/с БХП)                                         | 23/49     | 38,59  | 10,37            | 9,00  | 35,04    | 262,63                     | 1 115,00    |
|                                                                                                                      | Какао-напиток.<br>(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)                                      | 200       | 13,77  | 1,82             | 1,67  | 13,22    | 75,19                      | 986,00      |
|                                                                                                                      | Итого за завтрак 12 лет и старше:                                                           | 562       | 100,00 | 25,98            | 19,27 | 106,33   | 702,66                     |             |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                                                                               |                                                                                             |           |        |                  |       |          |                            |             |
| Суп-лапша с фрикадельками (г+с)<br>(Фрикадельки мясные, лапша Ролиток, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.) |                                                                                             | 20/180    | 24,58  | 4,87             | 7,99  | 9,28     | 128,49                     | 1 112,00    |

|                                                               |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |          |          |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|----------|----------|
| Обед 7-11 лет                                                 | Шницель мясной с соусом красным<br>(Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, масло подл., соль по вкусу)    | 80/20  | 46,94  | 10,53 | 17,90 | 11,65  | 249,83   | 1 055,00 |
|                                                               | Гарнир каша гречневая рассыпчатая<br>(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль под.)                                     | 150    | 13,88  | 6,20  | 4,74  | 37,98  | 219,36   | 632,00   |
|                                                               | Чай с МОЛОКОМ.<br>(Чай, молоко, вода)                                                                                  | 200    | 9,21   | 1,36  | 1,41  | 2,14   | 26,69    | 603,00   |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                        | 28     | 2,92   | 2,10  | 0,28  | 14,28  | 68,04    | -        |
|                                                               | Зефир йогуртовый                                                                                                       | 35     | 22,47  | 0,25  | 2,45  | 26,74  | 129,50   | -        |
| Итого за обед 7-11 лет:                                       |                                                                                                                        | 713    | 120,00 | 25,31 | 34,77 | 102,08 | 821,91   |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                 |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |          |          |
| Обед 12 лет и старше                                          | Суп-лапша с фрикадельками (Г+С)<br>(Фрикадельки мясные, лапша Ролитон, морковь, лук репч., масло подл., соль по вкусу) | 30/240 | 35,66  | 6,58  | 10,78 | 12,53  | 173,46   | 1 112,00 |
|                                                               | Шницель мясной с соусом красным<br>(Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, масло подл., соль по вкусу)    | 80/30  | 47,77  | 11,58 | 19,69 | 12,82  | 274,81   | 1 055,00 |
|                                                               | Гарнир каша гречневая рассыпчатая<br>(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль под.)                                     | 180    | 16,66  | 7,43  | 5,69  | 45,58  | 263,23   | 632,00   |
|                                                               | Чай с МОЛОКОМ.<br>(Чай, молоко, вода)                                                                                  | 200    | 9,21   | 1,36  | 1,41  | 2,14   | 26,69    | 603,00   |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                        | 31     | 3,23   | 2,33  | 0,31  | 15,81  | 75,33    | -        |
| Итого за обед 12 лет и старше:                                |                                                                                                                        | 826    | 135,00 | 29,53 | 40,33 | 115,62 | 943,02   |          |
| Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.        |                                                                                                                        |        |        | 48,82 | 52,61 | 194,41 | 1 445,93 |          |
| Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                        |        |        | 55,51 | 59,60 | 221,94 | 1 645,68 |          |
| День 2                                                        |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |          |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |          |          |
| Завтрак 7-11 лет                                              | Вареники с картофельным фаршем, с маслом<br>(Вареники с картофелем п/ф, соль под., масло сл.)                          | 190/6  | 55,71  | 11,57 | 14,88 | 60,98  | 384,13   | 1 096,00 |
|                                                               | Компот из смеси сухофруктов с витамином С.<br>(Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)          | 200    | 4,45   | 0,57  |       | 19,55  | 80,48    | 611,00   |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                        | 33     | 3,44   | 2,48  | 0,33  | 16,83  | 80,19    | -        |
| Итого за завтрак 7-11 лет:                                    |                                                                                                                        | 554,00 | 26,40  |       |       | 13,75  | 55,00    | -        |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                 |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |          |          |

|                                                                      |                                                                                                                                                          |               |               |              |              |               |                 |          |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|----------|
| <b>Завтрак<br/>12 лет и<br/>старше</b>                               | Вареники с картофельным фаршем, с маслом<br>(Вареники с картофелем п/ф, соль йод., масло сл.)                                                            | 220/8         | 66,02         | 13,46        | 17,31        | 70,94         | 493,37          | 1 096,00 |
|                                                                      | Компот из смеси сухофруктов с витамином С.<br>(Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)                                          | 200           | 4,45          | 0,57         |              | 19,55         | 80,48           | 611,00   |
|                                                                      | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                          | 30            | 3,13          | 2,25         | 0,30         | 15,30         | 72,90           | -        |
|                                                                      | Пюре фруктовое                                                                                                                                           | 125           | 26,40         |              |              | 13,75         | 55,00           | -        |
| <b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>                             |                                                                                                                                                          | <b>583,00</b> | <b>100,00</b> | <b>16,28</b> | <b>17,61</b> | <b>119,54</b> | <b>701,75</b>   |          |
| <b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>                        |                                                                                                                                                          |               |               |              |              |               |                 |          |
| <b>Обед 7-11<br/>лет</b>                                             | Щи из свежей капусты с картофелем со сметан<br>(Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолнечное, сметана)                        | 200/10        | 15,58         | 1,61         | 4,87         | 6,99          | 78,24           | 197,00   |
|                                                                      | Кюфта по-московски (со свиной) с соусом кр<br>(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука, макароны, соль, перец, масло подсолнечное) | 80/20         | 63,49         | 14,46        | 21,08        | 8,19          | 280,32          | 209,00   |
|                                                                      | Макаронные изделия отварные.<br>(Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)                                                                         | 150           | 19,97         | 5,42         | 4,07         | 31,80         | 185,45          | 307,00   |
|                                                                      | Чай с мёдом<br>(Чай, мёд, вода)                                                                                                                          | 200/20        | 14,53         | 0,15         |              | 14,61         | 59,04           | 693,00   |
|                                                                      | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                          | 35            | 3,65          | 2,63         | 0,35         | 17,85         | 85,05           | -        |
|                                                                      | Хлеб ржаной БХП                                                                                                                                          | 33            | 2,78          | 2,18         | 0,40         | 13,07         | 64,55           | -        |
| <b>Итого за обед 7-11 лет:</b>                                       |                                                                                                                                                          | <b>748,00</b> | <b>120,00</b> | <b>26,44</b> | <b>30,76</b> | <b>92,51</b>  | <b>752,64</b>   |          |
| <b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>                 |                                                                                                                                                          |               |               |              |              |               |                 |          |
| <b>Обед 12<br/>лет и<br/>старше</b>                                  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметан<br>(Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолнечное)                                 | 270/15        | 22,00         | 2,18         | 6,61         | 9,49          | 106,18          | 197,00   |
|                                                                      | Кюфта по-московски (со свиной) с соусом кр<br>(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., яйцо, мука, макароны, соль, перец, масло подсолнечное) | 80/40         | 65,14         | 15,86        | 23,40        | 9,58          | 312,36          | 209,00   |
|                                                                      | Макаронные изделия отварные.<br>(Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)                                                                         | 200           | 26,63         | 7,22         | 5,42         | 42,40         | 247,26          | 307,00   |
|                                                                      | Чай с мёдом<br>(Чай, мёд, вода)                                                                                                                          | 200/20        | 14,53         | 0,15         |              | 14,61         | 59,04           | 693,00   |
|                                                                      | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                          | 36            | 3,75          | 2,70         | 0,36         | 18,36         | 87,48           | -        |
|                                                                      | Хлеб ржаной БХП                                                                                                                                          | 35            | 2,95          | 2,31         | 0,42         | 13,86         | 68,46           | -        |
| <b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>                                |                                                                                                                                                          | <b>896,00</b> | <b>135,00</b> | <b>30,42</b> | <b>36,21</b> | <b>108,30</b> | <b>880,78</b>   |          |
| <b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>        |                                                                                                                                                          |               |               |              |              |               |                 |          |
| <b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b> |                                                                                                                                                          |               |               | <b>41,05</b> | <b>45,97</b> | <b>203,63</b> | <b>1 392,44</b> |          |
| <b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b> |                                                                                                                                                          |               |               | <b>46,71</b> | <b>53,82</b> | <b>227,84</b> | <b>1 582,53</b> |          |

День 3

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

|                            |                                                                                                                             |        |       |       |       |       |        |          |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|----------|
| Завтрак 7-11 лет           | Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом<br>(Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репчатый, соль)          | 80/30  | 56,21 | 12,98 | 17,37 | 7,42  | 237,93 | 1 126,00 |
|                            | Гарнир "Овощной калейдоскоп"<br>(Крупа рисовая, морковь, лук репчатый, горошек консервированный, кукуруза консервированная) | 160    | 27,54 | 3,55  | 11,73 | 27,63 | 230,29 | 293,00   |
|                            | Чай с лимоном<br>(Чай, сахар, лимон, вода)                                                                                  | 200/4  | 3,23  | 0,04  |       | 9,19  | 36,92  | 432,00   |
|                            | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                             | 29     | 3,02  | 2,18  | 0,29  | 14,79 | 70,47  | -        |
| Итого за завтрак 7-11 лет: |                                                                                                                             | 503,00 | 90,00 | 18,75 | 29,39 | 59,03 | 575,61 |          |

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

|                                   |                                                                                                                             |        |        |       |       |       |        |          |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|----------|
| Завтрак 12 лет и старше           | Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом<br>(Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репчатый, соль)          | 80/40  | 57,03  | 14,16 | 18,95 | 8,09  | 259,56 | 1 126,00 |
|                                   | Гарнир "Овощной калейдоскоп"<br>(Крупа рисовая, морковь, лук репчатый, горошек консервированный, кукуруза консервированная) | 210    | 36,20  | 4,66  | 15,39 | 36,27 | 302,25 | 293,00   |
|                                   | Чай с лимоном<br>(Чай, сахар, лимон, вода)                                                                                  | 200/4  | 3,23   | 0,04  |       | 9,19  | 36,92  | 432,00   |
|                                   | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                             | 34     | 3,54   | 2,55  | 0,34  | 17,34 | 82,62  | -        |
| Итого за завтрак 12 лет и старше: |                                                                                                                             | 568,00 | 100,00 | 21,41 | 34,68 | 70,89 | 681,35 |          |

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

|                         |                                                                                                                             |        |        |       |       |       |        |          |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|----------|
| Обед 7-11 лет           | Рассольник "Ленинградский" со сметаной<br>(Картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, крупа перловая)                | 200/10 | 20,93  | 1,97  | 5,02  | 13,29 | 106,20 | 167,00   |
|                         | Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом крахмальным<br>(Говядина, свинина, батон, молоко, лук репчатый, вода, яйцо, сухарь) | 80/30  | 51,89  | 12,54 | 18,67 | 14,16 | 274,83 | 1 025,00 |
|                         | Пюре картофельное<br>(Картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная)                                                | 160    | 33,25  | 3,30  | 4,77  | 21,44 | 141,86 | 371,00   |
|                         | Компот из кураги с витамином С.<br>(Курага, сахар-песок, лимон, кислота аскорбиновая)                                       | 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  | -        |
|                         | Хлеб ржаной БХП                                                                                                             | 30     | 2,53   | 1,98  | 0,36  | 11,88 | 58,68  | -        |
| Итого за обед 7-11 лет: |                                                                                                                             | 745,00 | 120,00 | 23,40 | 29,22 | 96,98 | 744,56 |          |

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

|                                        |        |       |      |      |       |        |        |
|----------------------------------------|--------|-------|------|------|-------|--------|--------|
| Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 250/15 | 27,62 | 2,10 | 6,32 | 16,78 | 124,02 | 167,00 |
|----------------------------------------|--------|-------|------|------|-------|--------|--------|

|                                               |                                                                                                                                                                                                                               |         |        |       |       |        |          |          |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|----------|----------|
| Обед 12 лет и старше                          | (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, колггета "Незнайка" (со свиной) с соусом кра (Говядина, свиная, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь (кофеинный напиток злаковый, молоко, вода, сахар) | 200/100 | 21,902 | 2,777 | 9,999 | 10,100 | 197,902  | 100,000  |
|                                               | Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)                                                                                                                                                                   | 200     | 41,56  | 4,12  | 5,96  | 26,80  | 177,32   | 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    | -        |
|                                               | Хлеб ржаной БХП                                                                                                                                                                                                               | 30      | 2,53   | 1,98  | 0,36  | 11,88  | 58,68    | -        |
|                                               | Итого за обед 12 лет и старше:                                                                                                                                                                                                | 840,00  | 135,00 | 24,74 | 31,73 | 105,83 | 807,84   |          |
|                                               | Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                                                                                                                                                                        |         |        | 42,15 | 58,61 | 156,02 | 1 320,17 |          |
|                                               | Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                                                                                                                                                                 |         |        | 46,15 | 66,41 | 176,72 | 1 489,19 |          |
|                                               | День 4                                                                                                                                                                                                                        |         |        |       |       |        |          |          |
|                                               | Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                                                                                                                                                                                        |         |        |       |       |        |          |          |
| Завтрак 7-11 лет                              | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)                                                                                                                | 150/5   | 22,34  | 5,98  | 6,44  | 29,97  | 201,71   | 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                                                                                                                                                                                                                     | 25      | 4,08   | 1,87  | 0,72  | 12,85  | 65,42    | -        |
|                                               | Песочники "Байкальские" (конд.цех)                                                                                                                                                                                            | 60      | 36,60  | 3,54  | 14,28 | 34,50  | 208,13   | 328,00   |
|                                               | Яблоко свежее                                                                                                                                                                                                                 | 115     | 14,42  | 0,46  | 0,46  | 11,27  | 51,06    | -        |
|                                               | Итого за завтрак 7-11 лет:                                                                                                                                                                                                    | 555,00  | 90,00  | 13,36 | 23,03 | 101,20 | 592,97   |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                                                                                                                               |         |        |       |       |        |          |          |
| Завтрак 12 лет и старше                       | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)                                                                                                                | 220/6   | 30,74  | 8,72  | 9,38  | 43,69  | 294,10   | 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                                                                                                                                                                                                                     | 31      | 5,05   | 2,32  | 0,90  | 15,93  | 81,13    | -        |
|                                               | Песочники "Байкальские" (конд.цех)                                                                                                                                                                                            | 60      | 36,60  | 3,54  | 14,28 | 34,50  | 208,13   | 328,00   |
|                                               | Яблоко свежее                                                                                                                                                                                                                 | 120     | 15,05  | 0,48  | 0,48  | 11,76  | 53,28    | -        |
| Итого за завтрак 12 лет и старше:             |                                                                                                                                                                                                                               | 637,00  | 100,00 | 16,57 | 26,17 | 118,50 | 703,29   |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.        |                                                                                                                                                                                                                               |         |        |       |       |        |          |          |
| Борщ с капустой и картофелем.                 |                                                                                                                                                                                                                               | 200     | 10,25  | 1,55  | 2,01  | 10,77  | 87,21    | 165,00   |

|                                                               |                                                                                                                                                                                                  |        |        |       |       |        |          |          |       |       |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|----------|----------|-------|-------|
| Обед 7-11 лет                                                 | Свежая, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука,<br>(Филе куриное, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., раст. масло, раст. масло)                                   | 200    | 10,20  | 1,20  | 2,71  | 10,22  | 22,21    | 10,22    | 22,21 | 10,20 |
|                                                               | Плов из говядины с овощами<br>(Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолнечное, раст. масло)                                                                               | 40/150 | 77,47  | 17,34 | 26,09 | 37,53  | 454,27   | 523,00   |       |       |
|                                                               | Напиток из шиповника<br>(Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)                                                                                                                                     | 200    | 6,65   | 0,21  | 0,07  | 13,13  | 53,99    | 667,00   |       |       |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                                                                  | 25     | 2,61   | 1,88  | 0,25  | 12,75  | 60,75    | -        |       |       |
|                                                               | Хлеб ржаной БХП                                                                                                                                                                                  | 20     | 1,68   | 1,32  | 0,24  | 7,92   | 39,12    | -        |       |       |
| Сок фруктовый в п/у 125                                       |                                                                                                                                                                                                  | 125    | 21,24  | 0,88  | 0,25  | 14,25  | 62,77    | -        |       |       |
| Итого за обед 7-11 лет:                                       |                                                                                                                                                                                                  | 760    | 120,00 | 23,17 | 30,81 | 95,81  | 753,21   |          |       |       |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                 |                                                                                                                                                                                                  |        |        |       |       |        |          |          |       |       |
| Обед 12 лет и старше                                          | Борщ с капустой и картофелем.<br>(Свежая, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука,<br>(Филе куриное, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., раст. масло, раст. масло) | 270    | 13,98  | 2,10  | 5,28  | 13,80  | 111,12   | 165,00   |       |       |
|                                                               | Плов из говядины с овощами<br>(Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолнечное, раст. масло)                                                                               | 45/160 | 86,27  | 18,71 | 28,15 | 40,50  | 490,13   | 523,00   |       |       |
|                                                               | Напиток из шиповника<br>(Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)                                                                                                                                     | 200    | 6,65   | 0,21  | 0,07  | 13,13  | 53,99    | 667,00   |       |       |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                                                                  | 40     | 4,17   | 3,00  | 0,40  | 20,40  | 97,20    | -        |       |       |
|                                                               | Хлеб ржаной БХП                                                                                                                                                                                  | 32     | 2,69   | 2,11  | 0,38  | 12,67  | 62,59    | -        |       |       |
| Сок фруктовый в п/у 125                                       |                                                                                                                                                                                                  | 125    | 21,24  | 0,88  | 0,25  | 14,25  | 62,77    | -        |       |       |
| Итого за обед 12 лет и старше:                                |                                                                                                                                                                                                  | 872    | 135,00 | 27,00 | 34,53 | 114,75 | 877,81   |          |       |       |
| Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.        |                                                                                                                                                                                                  |        |        |       |       |        |          |          |       |       |
| Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                                                                                                  |        |        | 36,54 | 53,84 | 197,01 | 1 436,18 |          |       |       |
| День 5                                                        |                                                                                                                                                                                                  |        |        |       |       |        |          |          |       |       |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                                                                                                  |        |        |       |       |        |          |          |       |       |
| Завтрак 7-11 лет                                              | Котлеты рубленные из курицы с соусом белым<br>(Филе куриное, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., раст. масло, раст. масло)                                                           | 80/30  | 46,30  | 17,01 | 7,29  | 15,65  | 196,27   | 1 069,00 |       |       |
|                                                               | Пюре картофельное<br>(Картофель, молоко, масло слив., соль йод.)                                                                                                                                 | 150    | 31,17  | 3,09  | 4,47  | 20,10  | 132,99   | 371,00   |       |       |
|                                                               | Компот из кураги с витамином С.<br>(Курага, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)                                                                                                          | 200    | 7,75   | 0,99  | 0,06  | 18,36  | 77,94    | 669,00   |       |       |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                                                                  | 46     | 4,78   | 3,45  | 0,46  | 23,46  | 111,78   | -        |       |       |
|                                                               | Итого за завтрак 7-11 лет:                                                                                                                                                                       |        | 506,00 | 90,00 | 24,54 | 12,28  | 77,57    | 518,98   |       |       |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                 |                                                                                                                                                                                                  |        |        |       |       |        |          |          |       |       |

|                                                               |                                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|----------|----------|
| Завтрак<br>12 лет и<br>старше                                 | Котлеты рубленые из курицы с соусом белым<br>(Филе куриное, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир,<br>масло растопленное) | 80/30  | 46,30  | 17,01 | 7,29  | 15,65  | 196,27   | 1 069,00 |
|                                                               | Пюре картофельное<br>(Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)                                                                    | 200    | 41,56  | 4,12  | 5,96  | 26,80  | 177,32   | 371,00   |
|                                                               | Компот из кураги с витамином С.<br>(Курага, сахар-песок, лимон кислота, аскорб кислота)                                           | 200    | 7,75   | 0,99  | 0,06  | 18,36  | 77,94    | 669,00   |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                   | 43     | 4,39   | 3,23  | 0,43  | 21,93  | 104,49   | -        |
| Итого за завтрак 12 лет и старше:                             |                                                                                                                                   | 553,00 | 100,00 | 25,34 | 13,74 | 82,74  | 556,02   | -        |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| Обед 7-11<br>лет                                              | Суп картофельный с бобовыми, и гречками.<br>(Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подс., соль йод.,<br>зелень)             | 200/10 | 10,78  | 5,06  | 5,49  | 19,94  | 149,42   | 157,00   |
|                                                               | Пельмени отварные с маслом<br>(Пельмени, соль йод., масло сл.)                                                                    | 170/5  | 80,57  | 16,36 | 41,23 | 50,06  | 536,77   | 1 084,00 |
|                                                               | Чай с ягодой протертой (брусника)<br>(Чай, сахар, вода, брусника протертая)                                                       | 200    | 11,48  | 0,10  | 0,07  | 13,00  | 53,03    | 1 114,00 |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                   | 30     | 3,13   | 2,25  | 0,30  | 15,30  | 72,90    | -        |
| Итого за обед 7-11 лет:                                       | Яблоко свежее                                                                                                                     | 112    | 14,04  | 0,45  | 0,45  | 10,98  | 49,73    | -        |
|                                                               |                                                                                                                                   | 727,00 | 120,00 | 24,21 | 47,54 | 109,28 | 861,85   |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                 |                                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| Обед 12<br>лет и<br>старше                                    | Суп картофельный с бобовыми, и гречками.<br>(Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подс., соль йод.,<br>зелень)             | 250/10 | 13,27  | 6,26  | 6,80  | 24,69  | 185,00   | 157,00   |
|                                                               | Пельмени отварные с маслом<br>(Пельмени, соль йод., масло сл.)                                                                    | 200/5  | 93,56  | 19,16 | 48,30 | 58,64  | 645,94   | 1 084,00 |
|                                                               | Чай с ягодой протертой (брусника)<br>(Чай, сахар, вода, брусника протертая)                                                       | 200    | 11,48  | 0,10  | 0,07  | 13,00  | 53,03    | 1 114,00 |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                   | 29     | 3,02   | 2,18  | 0,29  | 14,79  | 70,47    | -        |
| Итого за обед 12 лет и старше:                                | Яблоко свежее                                                                                                                     | 109    | 13,67  | 0,44  | 0,44  | 10,68  | 48,40    | -        |
|                                                               |                                                                                                                                   | 803,00 | 135,00 | 28,14 | 55,90 | 121,81 | 972,84   |          |
| Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.        |                                                                                                                                   |        |        | 48,75 | 59,83 | 186,85 | 1 480,84 |          |
| Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                                   |        |        | 53,48 | 69,64 | 204,55 | 1 658,85 |          |
| Неделя 2                                                      |                                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| День 6                                                        |                                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |

|                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |        |        |       |       |        |        |          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|----------|
| Завтрак 7-11 лет                                                                                                                                                      | Каша вязкая молочная из ячневой крупы<br>(Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)                                                                        | 200    | 19,93  | 6,82  | 3,27  | 35,84  | 200,07 | 898,00   |
|                                                                                                                                                                       | Бутерброд с сыром на батоне<br>(Сыр, батон в/с БХП)                                                                                                                   | 23/48  | 38,39  | 10,22 | 8,87  | 34,55  | 258,98 | 1 115,00 |
|                                                                                                                                                                       | Чай с молоком.<br>(Чай, молоко, вода)                                                                                                                                 | 200    | 9,21   | 1,36  | 1,41  | 2,14   | 26,69  | 603,00   |
|                                                                                                                                                                       | Зефир йогуртовый                                                                                                                                                      | 35     | 22,47  | 0,25  | 2,45  | 26,74  | 129,50 | -        |
|                                                                                                                                                                       | Итого за завтрак 7-11 лет:                                                                                                                                            | 506    | 90,00  | 18,65 | 16,00 | 99,27  | 615,24 |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |        |        |       |       |        |        |          |
| Завтрак 12 лет и старше                                                                                                                                               | Каша вязкая молочная из ячневой крупы<br>(Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)                                                                        | 250    | 24,92  | 8,53  | 4,09  | 44,80  | 250,09 | 898,00   |
|                                                                                                                                                                       | Бутерброд с сыром на батоне<br>(Сыр, батон в/с БХП)                                                                                                                   | 27/46  | 43,40  | 10,51 | 9,13  | 35,53  | 266,28 | 1 115,00 |
|                                                                                                                                                                       | Чай с молоком.<br>(Чай, молоко, вода)                                                                                                                                 | 200    | 9,21   | 1,36  | 1,41  | 2,14   | 26,69  | 603,00   |
|                                                                                                                                                                       | Зефир йогуртовый                                                                                                                                                      | 35     | 22,47  | 0,25  | 2,45  | 26,74  | 129,50 | -        |
|                                                                                                                                                                       | Итого за завтрак 12 лет и старше:                                                                                                                                     | 558    | 100,00 | 20,65 | 17,07 | 109,21 | 672,56 |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |        |        |       |       |        |        |          |
| Обед 7-11 лет                                                                                                                                                         | Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (Г+С)<br>(Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено,<br>фасоль, морковь, лук репч., раст. масло, соль йод.) | 20/200 | 22,80  | 4,60  | 8,39  | 5,71   | 116,80 | 8,00     |
|                                                                                                                                                                       | Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом<br>(Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль йод.)                                                  | 80/30  | 56,21  | 12,98 | 17,37 | 7,42   | 237,93 | 1 126,00 |
|                                                                                                                                                                       | Макаронные изделия отварные.<br>(Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)                                                                                      | 160    | 21,30  | 5,78  | 4,34  | 33,92  | 197,81 | 307,00   |
|                                                                                                                                                                       | Напиток из ягод (брусника), протертой с сахаром<br>(Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)                                                                  | 200    | 14,20  | 0,13  | 0,09  | 15,82  | 64,61  | 1 083,00 |
|                                                                                                                                                                       | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                                       | 30     | 3,13   | 2,25  | 0,30  | 15,30  | 72,90  | -        |
| Хлеб ржаной БХП                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       | 28     | 2,36   | 1,85  | 0,34  | 11,09  | 54,77  | -        |
| Итого за обед 7-11 лет:                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                       | 748,00 | 120,00 | 27,59 | 30,82 | 89,26  | 744,81 |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |        |        |       |       |        |        |          |
| Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками (Г+С)<br>(Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено,<br>фасоль, морковь, лук репч., раст. масло, соль йод.) |                                                                                                                                                                       | 30/250 | 32,78  | 5,86  | 10,68 | 7,27   | 148,65 | 8,00     |
| Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       | 80/30  | 56,21  | 12,98 | 17,37 | 7,42   | 237,93 | 1 126,00 |

|                                                               |                                                                                                                  |           |        |       |       |        |          |          |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|-------|-------|--------|----------|----------|
| Обед 12 лет и старше                                          | Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль                                                   | 00,00     | 20,41  | 14,20 | 11,21 | 1,54   | 201,22   | 1120,00  |
|                                                               | Макаронные изделия отварные.<br>(Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)                                 | 190       | 25,30  | 6,86  | 5,15  | 40,28  | 234,90   | 307,00   |
|                                                               | Напиток из ягод (брусника), протертой с сахаром<br>(Брусника протерта с сахаром, сахар-песок, вода)              | 200       | 14,20  | 0,13  | 0,09  | 15,82  | 64,61    | 1 083,00 |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                  | 35        | 3,65   | 2,63  | 0,35  | 17,85  | 85,05    | -        |
|                                                               | Хлеб ржаной БХП                                                                                                  | 34        | 2,86   | 2,24  | 0,41  | 13,46  | 66,50    | -        |
| Итого за обед 12 лет и старше:                                |                                                                                                                  | 849,00    | 135,00 | 30,70 | 34,05 | 102,10 | 837,64   |          |
| Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.        |                                                                                                                  |           |        | 46,24 | 46,83 | 188,53 | 1 360,06 |          |
| Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                  |           |        | 51,34 | 51,12 | 211,31 | 1 510,20 |          |
| День 7                                                        |                                                                                                                  |           |        |       |       |        |          |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                  |           |        |       |       |        |          |          |
| Завтрак 7-11 лет                                              | Сыр в индивидуальной упаковке                                                                                    | 18        | 21,00  | 1,37  | 2,98  | 0,88   | 35,82    | -        |
|                                                               | Каша вязкая молочная из пшенной крупы с мас.<br>(Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.) | 160/5     | 23,94  | 6,45  | 6,22  | 31,87  | 209,24   | 515,00   |
|                                                               | Какао-напиток.<br>(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)                                                           | 200       | 13,77  | 1,82  | 1,67  | 13,22  | 75,19    | 986,00   |
|                                                               | Батон БХП                                                                                                        | 30        | 4,89   | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,51    | -        |
|                                                               | Пюре фруктовое                                                                                                   | 125       | 26,40  |       |       | 13,75  | 55,00    | -        |
| Итого за завтрак 7-11 лет:                                    |                                                                                                                  | 538       | 90,00  | 11,89 | 11,74 | 75,14  | 453,76   |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                 |                                                                                                                  |           |        |       |       |        |          |          |
| Завтрак 12 лет и старше                                       | Сыр в индивидуальной упаковке                                                                                    | 18        | 21,00  | 1,37  | 2,98  | 0,88   | 35,82    | -        |
|                                                               | Каша вязкая молочная из пшенной крупы с мас.<br>(Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.) | 200/8     | 32,47  | 8,13  | 7,84  | 40,18  | 263,77   | 515,00   |
|                                                               | Какао-напиток.<br>(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)                                                           | 200       | 13,77  | 1,82  | 1,67  | 13,22  | 75,19    | 986,00   |
|                                                               | Батон БХП                                                                                                        | 39        | 6,36   | 2,93  | 1,13  | 20,05  | 102,06   | -        |
|                                                               | Пюре фруктовое                                                                                                   | 125       | 26,40  |       |       | 13,75  | 55,00    | -        |
| Итого за завтрак 12 лет и старше:                             |                                                                                                                  | 590       | 100,00 | 14,25 | 13,62 | 88,07  | 531,84   |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                  |           |        |       |       |        |          |          |
|                                                               | Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками<br>(Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук)       | 10/180/10 | 28,08  | 3,27  | 6,59  | 12,30  | 191,58   | 167,03   |
|                                                               | Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубни                                                                      | 120       | 56,68  | 17,1  | 0,00  | 26,06  | 7887     | 1 007,00 |

|                                                                       |                                                                                                            |               |               |              |              |              |               |          |
|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Обед 7-11 лет</b>                                                  | (Блин-конверт с клубникой, масло слив.)                                                                    | 1,00          | 3,00,00       | 7,47         | 2,00         | 2,00,00      | 200,2         | 1 077,00 |
|                                                                       | Чай с МОЛОКОМ.<br>(Чай, молоко, вода)                                                                      | 200           | 9,21          | 1,36         | 1,41         | 2,14         | 26,69         | 603,00   |
|                                                                       | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                            | 31            | 3,23          | 2,33         | 0,31         | 15,81        | 75,33         | -        |
|                                                                       | Сок фруктовый в потребительской упаковке                                                                   | 200           | 22,80         | 1,40         | 0,40         | 22,80        | 100,40        | -        |
|                                                                       | <b>Итого за обед 7-11 лет:</b>                                                                             | <b>761</b>    | <b>120,00</b> | <b>12,60</b> | <b>17,71</b> | <b>88,11</b> | <b>562,20</b> |          |
| <b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>                  |                                                                                                            |               |               |              |              |              |               |          |
| <b>Обед 12 лет и старше</b>                                           | Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками<br>(Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук) | 20/250/10     | 42,03         | 4,58         | 9,22         | 17,23        | 260,21        | 167,03   |
|                                                                       | Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубни<br>(Блин-конверт с клубникой, масло слив.))                    | 130           | 56,68         | 4,24         | 9,00         | 35,06        | 288,2         | 1 097,00 |
|                                                                       | Чай с МОЛОКОМ.<br>(Чай, молоко, вода)                                                                      | 200           | 9,21          | 1,36         | 1,41         | 2,14         | 26,69         | 603,00   |
|                                                                       | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                            | 41            | 4,28          | 3,08         | 0,41         | 20,91        | 99,63         | -        |
|                                                                       | Сок фруктовый в потребительской упаковке                                                                   | 200           | 22,80         | 1,40         | 0,40         | 22,80        | 100,40        | -        |
| <b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>                                 |                                                                                                            | <b>851</b>    | <b>135,00</b> | <b>14,66</b> | <b>20,44</b> | <b>98,14</b> | <b>775,43</b> |          |
| <b>Итого за день 7. Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>        |                                                                                                            |               |               |              |              |              |               |          |
| <b>Итого за день 7. Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b> |                                                                                                            |               |               |              |              |              |               |          |
| <b>День 8</b>                                                         |                                                                                                            |               |               |              |              |              |               |          |
| <b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>                         |                                                                                                            |               |               |              |              |              |               |          |
| <b>Завтрак 7-11 лет</b>                                               | Пельмени отварные в бульоне<br>(Пельмени, бульон, соль йод., специи)                                       | 160/40        | 68,67         | 11,55        | 27,03        | 35,41        | 431,13        | 1 084,00 |
|                                                                       | Чай с сахаром<br>(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                                                                                              | 130           | 16,30         | 0,52         | 0,52         | 12,74        | 57,72         | -        |
|                                                                       | <b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>                                                                          | <b>560,00</b> | <b>90,00</b>  | <b>14,32</b> | <b>27,85</b> | <b>72,53</b> | <b>598,07</b> |          |
| <b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>                  |                                                                                                            |               |               |              |              |              |               |          |
| <b>Завтрак 12 лет и старше</b>                                        | Пельмени отварные в бульоне<br>(Пельмени, бульон, соль йод., специи)                                       | 180/50        | 77,30         | 13,28        | 31,09        | 40,72        | 495,80        | 1 084,00 |
|                                                                       | Чай с сахаром<br>(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                                                                                                       | 136           | 17,05         | 0,54         | 0,54         | 13,33         | 60,38           | -      |
| <b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>                             |                                                                                                                     | <b>602,00</b> | <b>100,00</b> | <b>16,53</b> | <b>31,99</b> | <b>81,49</b>  | <b>679,98</b>   |        |
| <b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>                        |                                                                                                                     |               |               |              |              |               |                 |        |
| <b>Обед 7-11 лет</b>                                                 | <b>Суп Кудрявый</b><br>(Картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсолнечное)                       | 200           | 24,44         | 5,54         | 4,18         | 24,23         | 156,73          | 824,00 |
|                                                                      | <b>Котлета "Домашняя" с соусом красным</b><br>(Говядина, свинина, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир, соль) | 80/20         | 47,32         | 10,48        | 16,41        | 11,44         | 235,35          | 246,00 |
|                                                                      | <b>Пюре картофельное</b><br>(Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)                                               | 170           | 35,33         | 3,50         | 5,07         | 22,78         | 150,72          | 371,00 |
|                                                                      | <b>Напиток из шиповника</b><br>(Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)                                                 | 200           | 6,65          | 0,21         | 0,07         | 13,13         | 53,99           | 667,00 |
|                                                                      | <b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>                                                                              | 35            | 3,65          | 2,63         | 0,35         | 17,85         | 85,05           | -      |
| <b>Итого за обед 7-11 лет:</b>                                       |                                                                                                                     | <b>736,00</b> | <b>120,00</b> | <b>24,40</b> | <b>26,45</b> | <b>101,70</b> | <b>742,48</b>   |        |
| <b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>                 |                                                                                                                     |               |               |              |              |               |                 |        |
| <b>Обед 12 лет и старше</b>                                          | <b>Суп Кудрявый</b><br>(Картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсолнечное)                       | 260           | 31,76         | 7,20         | 5,44         | 31,50         | 203,75          | 824,00 |
|                                                                      | <b>Котлета "Домашняя" с соусом красным</b><br>(Говядина, свинина, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир, соль) | 80/30         | 48,14         | 11,53        | 18,05        | 12,58         | 258,89          | 246,00 |
|                                                                      | <b>Пюре картофельное</b><br>(Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)                                               | 200           | 41,56         | 4,12         | 5,96         | 26,80         | 177,32          | 371,00 |
|                                                                      | <b>Напиток из шиповника</b><br>(Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)                                                 | 200           | 6,65          | 0,21         | 0,07         | 13,13         | 53,99           | 667,00 |
|                                                                      | <b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>                                                                              | 37            | 3,86          | 2,78         | 0,37         | 18,87         | 89,91           | -      |
| <b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>                                |                                                                                                                     | <b>843,00</b> | <b>135,00</b> | <b>28,21</b> | <b>30,32</b> | <b>117,14</b> | <b>854,27</b>   |        |
| <b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>        |                                                                                                                     |               |               | <b>38,72</b> | <b>54,30</b> | <b>174,23</b> | <b>1 340,55</b> |        |
| <b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b> |                                                                                                                     |               |               | <b>44,74</b> | <b>62,31</b> | <b>198,62</b> | <b>1 534,25</b> |        |
| <b>День 9</b>                                                        |                                                                                                                     |               |               |              |              |               |                 |        |
| <b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>                        |                                                                                                                     |               |               |              |              |               |                 |        |
|                                                                      | <b>Каша манная молочная жидкая с маслом</b><br>(Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)      | 180/8         | 31,15         | 5,43         | 5,48         | 27,47         | 180,94          | 850,00 |
|                                                                      | <b>Бутерброд с вареньем на батоне</b>                                                                               | 20/1/2        | 22,10         | 1,11         | 1,76         | 62,85         | 211,82          | -      |

| Завтрак / - (Варенье, батон в/с БХП)          |                                                                                                                        | 20,72  | 2,377  | 7,71  | 4,10  | 22,00  | 277,00 | -        |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|----------|
| 11 лет                                        | Кофейный напиток злаковый<br>(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:                                                                                             | 660    | 90,00  | 12,75 | 8,77  | 115,72 | 592,82 |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |        |          |
| Завтрак 12 лет и старше                       | Каша манная молочная жидкая с маслом<br>(Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)                | 240/10 | 40,49  | 7,22  | 7,29  | 36,52  | 240,61 | 850,00   |
|                                               | Бутерброд с вареньем на батоне<br>(Варенье, батон в/с БХП)                                                             | 30/46  | 24,15  | 4,65  | 1,85  | 55,78  | 258,43 | -        |
|                                               | Кофейный напиток злаковый<br>(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:             |                                                                                                                        | 726    | 100,00 | 14,78 | 10,68 | 127,72 | 666,09 |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.        |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |        |          |
| Обед 7-11 лет                                 | Борщ с капустой и картофелем.<br>(Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, уксус, соль йод.) | 230    | 11,83  | 1,78  | 4,50  | 11,76  | 94,66  | 165,00   |
|                                               | Гуляш мясной<br>(Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсол., соль йод.)                                     | 40/60  | 61,05  | 11,70 | 12,47 | 3,59   | 173,43 | 550,00   |
|                                               | Гарнир каша гречневая рассыпчатая<br>(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)                                     | 180    | 16,66  | 7,43  | 5,69  | 45,58  | 263,23 | 632,00   |
|                                               | Компот из смеси сухофруктов с витамином С.<br>(Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)          | 200    | 4,45   | 0,57  |       | 19,55  | 80,48  | 611,00   |
|                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                        | 34     | 3,54   | 2,55  | 0,34  | 17,34  | 82,62  | -        |
|                                               | Зефир йогуртовый                                                                                                       | 35     | 22,47  | 0,25  | 2,45  | 26,74  | 129,50 | -        |
| Итого за обед 7-11 лет:                       |                                                                                                                        | 779    | 120,00 | 24,29 | 25,45 | 124,56 | 823,92 |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                        |        |        |       |       |        |        |          |
| Обед 12 лет и старше                          | Борщ с капустой и картофелем.<br>(Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, уксус, соль йод.) | 250    | 12,86  | 1,94  | 4,89  | 12,78  | 102,89 | 165,00   |
|                                               | Гуляш мясной<br>(Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсол., соль йод.)                                     | 50/70  | 76,06  | 14,04 | 14,97 | 4,31   | 208,12 | 550,00   |
|                                               | Гарнир каша гречневая рассыпчатая<br>(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)                                     | 180    | 16,66  | 7,43  | 5,69  | 45,58  | 263,23 | 632,00   |

|                                                               |                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|----------|----------|
|                                                               | Компот из смеси сухофруктов с витамином С.<br>(Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)   | 200    | 4,45   | 0,57  |       | 19,55  | 80,48    | 611,00   |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                   | 24     | 2,50   | 1,80  | 0,24  | 12,24  | 58,32    | -        |
|                                                               | Зефир йогуртовый                                                                                                  | 35     | 22,47  | 0,25  | 2,45  | 26,74  | 129,50   | -        |
|                                                               | Итого за обед 12 лет и старше:                                                                                    | 809    | 135,00 | 26,04 | 28,23 | 121,20 | 842,54   |          |
| Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.        |                                                                                                                   |        |        | 37,04 | 34,22 | 240,28 | 1 416,74 |          |
| Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше. |                                                                                                                   |        |        | 40,82 | 38,91 | 248,91 | 1 508,63 |          |
| День 10                                                       |                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| Завтрак 7-11 лет                                              | Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным<br>(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус) | 80/30  | 47,13  | 10,69 | 14,88 | 8,44   | 210,44   | 222,00   |
|                                                               | Пюре овощное<br>(Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)                                                | 160    | 35,47  | 3,18  | 6,26  | 19,87  | 148,55   | 867,00   |
|                                                               | Чай с лимоном<br>(Чай, сахар, лимон, вода)                                                                        | 200/4  | 3,23   | 0,04  |       | 9,19   | 36,92    | 432,00   |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                   | 40     | 4,17   | 3,00  | 0,40  | 20,40  | 97,20    | -        |
| Итого за завтрак 7-11 лет:                                    |                                                                                                                   | 514,00 | 90,00  | 16,91 | 21,54 | 57,90  | 493,11   |          |
| Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                 |                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| Завтрак 12 лет и старше                                       | Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным<br>(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус) | 80/40  | 47,95  | 11,66 | 16,23 | 9,21   | 229,57   | 222,00   |
|                                                               | Пюре овощное<br>(Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)                                                | 200    | 44,34  | 3,97  | 7,83  | 24,84  | 185,69   | 867,00   |
|                                                               | Чай с лимоном<br>(Чай, сахар, лимон, вода)                                                                        | 200/4  | 3,23   | 0,04  |       | 9,19   | 36,92    | 432,00   |
|                                                               | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                   | 43     | 4,48   | 3,23  | 0,43  | 21,93  | 104,49   | -        |
| Итого за завтрак 12 лет и старше:                             |                                                                                                                   | 567,00 | 100,00 | 18,90 | 24,49 | 65,17  | 556,67   |          |
| Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.                        |                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |
| Обед 7-11 лет                                                 | Уха "Рыбачка" с сайрой.<br>(Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод., специи)               | 10/200 | 27,01  | 4,17  | 7,65  | 12,41  | 135,18   | 17,00    |
|                                                               | Биточки рубленые из курицы с соусом белым.<br>(Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухар. панир., масло)  | 80/30  | 46,30  | 15,52 | 7,00  | 14,57  | 183,36   | 1 069,00 |
|                                                               | Рис отварной<br>(Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)                                                       | 160    | 19,52  | 3,84  | 5,10  | 38,87  | 216,78   | 552,00   |
|                                                               |                                                                                                                   |        |        |       |       |        |          |          |

|                                                                    |                                                                                                                                                |        |        |        |        |        |          |          |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|----------|
|                                                                    | Компот из кураги с витамином С.<br>(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    | -        |
|                                                                    | Яблоко свежее                                                                                                                                  | 126    | 15,77  | 0,50   | 0,50   | 12,35  | 55,94    | -        |
|                                                                    | Итого за обед 7-11 лет:                                                                                                                        | 841,00 | 120,00 | 27,65  | 20,67  | 114,41 | 754,25   |          |
|                                                                    | Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.                                                                                                  |        |        |        |        |        |          |          |
| Обед 12 лет и старше                                               | Уха "Рыбацкая" с сайрой.<br>(Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсе, соль йод., лимонный сок)                                       | 15/250 | 36,21  | 5,26   | 9,66   | 15,66  | 170,58   | 17,00    |
|                                                                    | Биточки рубленные из курицы с соусом белым.<br>(Филе куриное, батон, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло растопл., яйцо, лимонный сок) | 80/30  | 46,30  | 15,52  | 7,00   | 14,57  | 183,36   | 1 069,00 |
|                                                                    | Рис отварной<br>(Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)                                                                                    | 200    | 24,41  | 4,81   | 6,38   | 48,59  | 270,98   | 552,00   |
|                                                                    | Компот из кураги с витамином С.<br>(Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)                                                      | 200    | 7,75   | 0,99   | 0,06   | 18,36  | 77,94    | 669,00   |
|                                                                    | Хлеб пшеничный йодированный БХП                                                                                                                | 40     | 4,17   | 3,00   | 0,40   | 20,40  | 97,20    | -        |
| Яблоко свежее                                                      |                                                                                                                                                | 129    | 16,16  | 0,52   | 0,52   | 12,64  | 57,28    | -        |
| Итого за обед 12 лет и старше:                                     |                                                                                                                                                | 944,00 | 135,00 | 30,09  | 24,01  | 130,22 | 857,33   |          |
| Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.            |                                                                                                                                                |        |        | 53,15  | 48,11  | 153,32 | 1 258,84 |          |
| Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.     |                                                                                                                                                |        |        | 57,83  | 54,43  | 177,69 | 1 431,97 |          |
| Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.       |                                                                                                                                                |        |        | 79,76  | 86,53  | 316,05 | 2 365,10 |          |
| Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.          |                                                                                                                                                |        |        | 141,39 | 175,95 | 456,82 | 3 976,30 |          |
| Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и ст |                                                                                                                                                |        |        | 161,04 | 202,73 | 531,00 | 4 592,60 |          |
| Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет   |                                                                                                                                                |        |        | 92,21  | 99,56  | 373,31 | 2 761,31 |          |