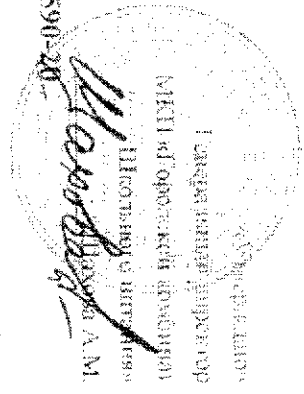


С.С. Давыдов  
 Директор

05.05.2022 г.

Сахарный диабет  
 Меню приготавливаемых блюд, разработанные в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20



Имя пациента	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептура
			Белки	Жиры	Углеводы		

Возрастная категория: 7-11 лет

Имя пациента	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептура
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Йогурт варенос	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (артифабрицированная, молоко, сахар-песок, соль поваренная, масло сливочное)	180/10	7,21	8,07	30,87	224,89	8984
	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Какао-напиток (молоко, порошок, молоко 3,2%, сливки 10%)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	980
	Хлеб ржаной	42	2,7	1	33,36	82,1	-
Итого за завтрак:	Фруктовый десерт	1/100	0,6	0,2	19	80,2	-
		577	18,78	18,52	97,51	561,04	-

Возрастная категория: 12 лет и старше

Имя пациента	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептура
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Йогурт варенос	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (артифабрицированная, молоко, сахар-песок, соль поваренная, масло сливочное)	200/10	7,97	8,91	34,11	248,56	8984
	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Какао-напиток (молоко, порошок, молоко 3,2%, сливки 10%)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,34	7,92	39,12	-
Итого за завтрак:	Фруктовый десерт	1/100	0,6	0,2	19	80,2	-
		611	18,16	18,6	75,41	541,73	-
		Возрастная категория: 7-11 лет					
	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982

<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Суп-паша домашняя с курицей (груда куриная, лапша домашняя, лук репч., морковь, масло раст., соль повар.)	15/250	6,84	6,03	12,75	132,63	694/1058
	Котлета Незайка с соусом крас. осн (говяжья, молоко, хлеб пш. колар., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подж., соль повар.)	100	13,61	13,28	13,1	226,36	2258/370
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль повар.)	150	6,2	4,74	37,98	219,36	632
	Хлеб ржаной	19	1,25	0,22	7,52	37,16	-
Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009	
<b>Итого за обед:</b>	<b>825</b>	<b>28,75</b>	<b>24,43</b>	<b>73,66</b>	<b>629,68</b>	<b>-</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Суп-паша домашняя с курицей (груда куриная, лапша домашняя, лук репч., морковь, масло раст., соль повар.)	15/250	6,84	6,03	12,75	132,63	694/1058
	Котлета Незайка с соусом крас. осн (говяжья, молоко, хлеб пш. колар., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подж., соль повар.)	110	14,97	14,61	14,41	249	225/370
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль повар.)	190	7,43	5,69	45,58	277,85	632
	Хлеб ржаной	34	2,24	0,4	13,46	66,5	-
Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009	
Чай с молоком	50/150	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
<b>Итого за обед:</b>	<b>1115</b>	<b>34,13</b>	<b>28,38</b>	<b>92,17</b>	<b>775,4</b>	<b>-</b>	

<b>Итого за день:</b>	<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>	<b>1665</b>	<b>53,07</b>	<b>53,16</b>	<b>241,1</b>	<b>1640,9</b>	<b>-</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>	<b>1752</b>	<b>56,23</b>	<b>54,84</b>	<b>203,3</b>	<b>1730,7</b>	<b>-</b>

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Фрикадельки из индейки (филе индейки, хлеб, молоко, соль повар., масло раст.)	80/5	15,87	4,36	8,13	136,12	982
	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль повар.)	150	3,3	4,44	21,44	141,86	18
	Компот из сухофруктов с виш. (сахар, сухофрукты, сахар, лимон, кислота, ваниль, кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	309
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-	

Итого за завтрак:		490	22,38	9,28	64,96	436,7		
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Завтрак	Фрикадельки из индейки (фарш индейки, хлеб, молоко, соль йод, масло раст.)	80/7	19,84	5,43	8,42	140,9	982	
	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	190	3,92	5,67	25,46	168,46	18	
	Компот из сухофруктов с вит С (соева-сухофруктов, сахар, лимон кислота, ваниль, кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	309	
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,8	97,8	-	
Итого за завтрак:		520	27,63	11,72	73,23	487,64		
Возрастная категория: 7-11 лет								
Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982	
	Суп картофельный с фаршем (фарш говж., картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль йод.)	5/250	5,04	4,63	17,7	132,64	698/998	
	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., уксус, соль йод.)	40/50	90	10,53	11,22	3,23	156,09	550
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	200	7,22	5,42	42,4	247,26	307	
	Компот из свежих груш с витамином С (груши, лимон, кислота, витамин)	200	0,15	0,2	10,1	20,29	692 а	
	Хлеб пшеничный йодированный	10	0,75	0,1	5,1	24,3	-	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,88	-	
	Итого за обед:		842	26,15	21,99	91,91	647,72	
	Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	110	0,88	0,11	2,75	15,51	982
Суп картофельный с фаршем (фарш говж., картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль йод.)		5/250	5,04	4,63	17,7	132,64	698/998	
Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., уксус, соль йод.)		45/60	105	12,29	13,1	3,77	182,1	550
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)		230	8,3	6,23	48,76	284,34	307	
Компот из свежих груш с витамином С (груши, лимон, кислота, витамин)		200	0,15	0,2	10,1	20,29	692 а	
Хлеб пшеничный йодированный		30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	

Хлеб ржаной

40

2,64

0,48

15,84

78,24

Итого за обед:

945

31,55

25,05

114,22

786,02

Итого за день 2. Возрастная категория: 7-11 лет

1633

48,53

31,27

156,47

1084,42

Итого за день 2. Возрастная категория: 12 лет и старше

1465

59,18

36,77

187,45

1273,66

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак	Каша молочная кукурузная с маслом (герше кукурузная, молока 3,2%, сахар-песок, соль, подпр. масло слив.)	200/10	7,3	6,16	48,18	277,44	623в
	Запеканка из творога со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив., сухари панир., сметана, крупа манная, соль, подпр.)	140	24,41	9,16	28,12	257,3	342
	Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Хлеб ржаной	36	2,37	0,43	14,16	70,4	-
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>34,27</b>	<b>15,79</b>	<b>90,49</b>	<b>606,47</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Каша молочная кукурузная с маслом (герше кукурузная, молоко 3,2%, сахар-песок, соль, подпр. масло слив.)	220/10	6,51	5,49	42,92	247,09	623в
	Запеканка из творога со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло слив., сухари панир., сметана, крупа манная, соль, подпр.)	150	25,28	9,49	29,12	287	342
	Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,03	9,9	48,9	-
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>565</b>	<b>33,63</b>	<b>15,05</b>	<b>81,97</b>	<b>584,32</b>	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Щи из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук, репа, томат паста, масло раст., соль, подп.)	10/250	4,49	6,82	8,3	112,54	197/998
	Плов из индейки с овощами (филе индейки, рис, морковь, лук, репа, масло раст., томат. соль, подп.)	50/150	20,46	17,28	39,51	395,4	1041
	Напиток с витаминами Витошка (вода, напиток Витошка)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>590</b>	<b>30,5</b>	<b>25</b>	<b>100,63</b>	<b>749,52</b>		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
Шни из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат паста, майонез раст., соль йод.)	10/250	4,49	6,82	8,3	112,54	197/998
Плов из индейки с овощами (филе индейки, рис, морковь, лук реп., масло раст., томат. соль йод.)	60/160	22,51	19,01	43,46	434,94	1041
Напиток с витаминами Витошка (вода, напиток Витошка)	200	0	0	19,4	77,6	1014
Хлеб пшеничный йодированный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>850</b>	<b>32,77</b>	<b>26,78</b>	<b>104,57</b>	<b>790,33</b>	

Итого за день 3. Возрастная категория: 7-11 лет

<b>Итого за день 3. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>	<b>1415</b>	<b>66,4</b>	<b>41,83</b>	<b>186,54</b>	<b>1374,65</b>	
---	-------------	-------------	--------------	---------------	----------------	--

Возрастная категория: 7-11 лет

Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
Котлета домашняя с маслом слив. (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сахар, соль йод., масло раст., масло слив)	90/10	12,52	20,51	11,16	291,77	246а/370
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
Компот из свежих груш с витамином С без сахара (груши, лимон, яблога, витамин)	200	0,11	0,08	12,3	20,29	904
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>545</b>	<b>19,85</b>	<b>24,96</b>	<b>64,68</b>	<b>545,09</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Закуска порционная (огурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
Котлета домашняя с маслом слив. (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сахар, соль йод., масло раст., масло слив)	90/8	12,52	20,51	11,16	279,31	246а/370
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307

Итого за завтрак:	Компот из свежих груш с витамином С без сахара (груши, лимон, яблога, витамин)	200	0,11	0,08	12,3	20,29	904
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>615</b>	<b>21,25</b>	<b>25,81</b>	<b>72,04</b>	<b>575,35</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, томат паста, масло раст., соль мол.)	10/250	4,69	6,82	12,78	131,26	165/998
	Котлета Мечта с соусом белым (минтай, свинина, манка, хлеб пш. молоко, лук репчатый, сухари панир., масло растит., соус)	90/20	14,27	12,26	10,01	207,46	251а
	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль мол.)	150	2,87	3,89	22,31	135,65	604
	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, лимон, яблога, ваниль, сахар)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-
	Груша св	150	0,6	0,45	15,45	68,25	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>890</b>	<b>25,64</b>	<b>23,9</b>	<b>95,94</b>	<b>701,34</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, томат паста, масло раст., соль мол.)	10/250	4,69	6,82	12,78	131,26	165/998
	Котлета Мечта с соусом белым (минтай, свинина, манка, хлеб пш. молоко, лук репчатый, сухари панир., масло растит., соус)	90/30	14,27	12,26	10,01	207,46	251а
	Картофель отварной (картофель, масло слив., соль мол.)	200	3,82	5,18	29,74	180,86	251
	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, лимон, яблога, ваниль, сахар)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-
	Груша св	220	0,9	0,8	22,6	100,1	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>966</b>	<b>26,89</b>	<b>25,54</b>	<b>110,52</b>	<b>778,4</b>	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>275</b>	<b>5,85</b>	<b>13,03</b>	<b>67,7</b>	<b>412</b>	

<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>	<b>1710</b>	<b>51,34</b>	<b>61,89</b>	<b>228,32</b>	<b>1658,43</b>	
---------------------------------------	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	--

Итого за завтрак:	1856	53,99	64,38	250,26	1765,75	
-------------------	------	-------	-------	--------	---------	--

**Неделя I**

Возрастная категория: 7-11 лет						
Закуска порционная (отрупы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб ржан)	23/45	6,28	4,47	21,04	184,83	868
Хлебцы ржаные с маслом (минтай, хлеб, молоко 3,2%, масло, масло сл., соль йод.)	80/10	12,66	7,81	6,16	145,57	743
Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	3,6	4,78	36,44	203,23	552
Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>515</b>	<b>22,73</b>	<b>17,1</b>	<b>63,67</b>	<b>543,42</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше						
Закуска порционная (отрупы свежие)	60	0,8	0,1	2,5	14,1	982
Бутерброд с сыром (сыр, ржаной)	23/47	6,28	4,47	21,04	188,3	868
Хлебцы ржаные с маслом (минтай, хлеб, молоко 3,2%, масло, масло сл., соль йод.)	90/10	14,07	8,68	6,84	161,75	743
Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	4,33	5,74	43,73	243,88	552
Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>555</b>	<b>24,87</b>	<b>18,93</b>	<b>71,64</b>	<b>595,26</b>	

Возрастная категория: 7-11 лет						
Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
Суп картофельный с бобовыми и с колбасой п/к (говядина, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло раст.)	5/200	5,69	8,52	13,92	155,17	157
Бифштекс рубленый в панировке с соусом (говядина, свиная хвост. ш., соль йод., масло раст., соус краев. оев.)	90	14,02	18,74	5,58	247,07	2158/370
Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>923</b>	<b>26,16</b>	<b>31,49</b>	<b>59,3</b>	<b>625,32</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Суп картофельный с бобовыми и с колбасой т/к (говядина, картофель, морковь, лук репчат., соль повар., масло раст.)	10/250	7,21	10,81	17,66	196,8	157
<b>Обед</b>	Бифштекс рубленый в панировке с соусом (говядина, свиная туша пил., соль повар., масло раст., соус крапсл. бел.)	90	14,02	18,74	5,58	247,07	2158,370
	Перловая отварная (крупа перловая, масло слив., соль повар.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>880</b>	<b>31,22</b>	<b>34,92</b>	<b>85,77</b>	<b>782,36</b>	
<b>Итого за день 5. Возрастная категория: 7-11 лет</b>		<b>1438</b>	<b>48,89</b>	<b>48,59</b>	<b>122,97</b>	<b>1168,74</b>	
<b>Итого за день 5. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>		<b>1435</b>	<b>56,09</b>	<b>53,85</b>	<b>157,41</b>	<b>1377,62</b>	
<b>День 6</b>							
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар, соль повар., масло слив.)	150/10	5,26	6,64	27,41	190,48	898a
	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб ржан.)	14,10,1940	8,25	14,04	15,34	220,71	1017
	Чай с молоком	50/150	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Фруктовый десерт	1/100	0,6	0,2	19	80,2	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>524</b>	<b>15,47</b>	<b>22,29</b>	<b>63,89</b>	<b>518,08</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар, соль повар., масло слив.)	180/10	6,24	7,89	32,55	226,19	516
	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло слив., хлеб ржан.)	18,10,1940	8,77	14,91	16,3	234,51	1017
	Чай с молоком	50/150	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Фруктовый десерт	1/100	0,6	0,2	19	80,2	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>558</b>	<b>16,97</b>	<b>24,41</b>	<b>69,99</b>	<b>567,59</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							



<b>Обед</b>	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Солянка Деревенская (колбаса п/к, колбаса вареная, крупа пшено, лук репчат., морковь, огурцы соленые, масло подсолн., соль повар., томат. паста)	15/200	2,55	5,42	8,1	91,42	1005
	Шницель мясной с соусом (мисо говядина, свиная, хлеб пшенич., соль повар., сушен. паприк, яйцо, масло раст. соев. фракция осн.) 90/30	120	13,36	21,62	13,62	302,5	1055
	Гарнир Забава (крупа рисовая, крупа гречневая, масло слив., соль повар.)	150	4,63	4,22	35,56	198,74	310
	Компот из свежих груш с витамином С без сахара (груши, лимон кислота, витамин)	200	0,11	0,08	12,3	20,29	904
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>795</b>	<b>22,45</b>	<b>31,64</b>	<b>79</b>	<b>660,53</b>		

Возрастная категория: 12 лет и старше

<b>Обед</b>	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Солянка Деревенская (колбаса п/к, колбаса вареная, крупа пшено, лук репчат., морковь, огурцы соленые, масло подсолн., соль повар., томат. паста)	15/250	3,2	6,81	10,18	114,81	1005
	Шницель мясной с соусом (мисо говядина, свиная, хлеб пшенич., соль повар., сушен. паприк, яйцо, масло раст. соев. фракция осн.) 90/30	120	13,36	21,62	13,62	302,5	1055
	Гарнир Забава (крупа рисовая, крупа гречневая, масло слив., соль повар.)	180	5,56	5,06	42,67	238,49	310
	Компот из свежих груш с витамином С без сахара (груши, лимон, кислота, витамин)	200	0,11	0,08	12,3	20,29	904
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>925</b>	<b>25,01</b>	<b>34,03</b>	<b>93,15</b>	<b>748,87</b>		

Итого за день: 6. Возрастная категория: 7-11 лет и старше

1483

41,98

58,44

163,14

1316,46

Возрастная категория: 7-11 лет

<b>Завтрак</b>	Сеченики Посольские с маслом (минтай, хлеб, лук репчат., масло раст., молоко, яйцо, мука пшенич., соль повар., масло слив.)	75/5	11,38	13,5	6,95	194,82	252
	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль повар.)	150	3,09	4,47	20,1	132,99	371
	Кисель с витаминами Витощка (вода, кисель Витощка)	200	0	0	21,39	85,56	902
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-
	Яблоко	115	0,46	0,46	11,27	51,06	-

Итого за завтрак:		501	17,57	18,91	75,55	542,67	-
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>	Сеченики Посольские с Маслом (минтай, хлеб, лук репч., масло раст., молоко, яйцо, мука пшени., соль йод., масло слив.)	75/5	11,38	13,5	6,95	194,82	252
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	Кисель с витаминами Витощка (вода, кисель Витощка)	200	0	0	21,39	85,56	902
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-
	Яблоко	128	0,51	0,51	12,54	56,83	-
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>628</b>	<b>18,24</b>	<b>19,85</b>	<b>80,84</b>	<b>575,04</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	5/200	3,54	5,38	6,54	88,73	197/998
	Фрикадельки Удинские с соусом красным	75/25	13,22	11,2	6,72	180,57	224/370
	основ (говядина, молоко, лук репч., яйцо, соус)	150	4,34	14,12	29,15	260,96	309
	Перловка с овощами (вареная перловка, морковь, лук репч., масло раст., томат паста, масло слив., соль йодир)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	КОМПОТ из смеси сухофруктов с витамином С (сухофрукты, витамин С)	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Хлеб ржаной	775	23,65	31,06	72,16	662,7	-
	<b>Итого за обед:</b>						
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	10/250	4,49	6,82	8,3	112,54	197/998
	Фрикадельки Удинские с соусом красным	75/50	16,52	14	8,4	225,71	224/370
	основ (говядина, молоко, лук репч., яйцо, соус)	180	5,2	16,94	34,97	313,15	309
	Перловка с овощами (вареная перловка, морковь, лук репч., масло раст., томат паста, масло слив., соль йодир)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	КОМПОТ из смеси сухофруктов с витамином С (сухофрукты, витамин С)	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>910</b>	<b>29,86</b>	<b>38,32</b>	<b>86,9</b>	<b>811,96</b>	<b>-</b>	

Итого за день 7. Возрастная категория: 7-11 лет	1366	41,22	49,97	147,71	1205,37	-
Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше	1538	48,1	58,17	167,74	1387	-

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога со стуж молоком (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сахарный пудинг., молоко стуж.)	100/20	20,92	7,85	24,1	250,76	342
	Хлеб пшеничный йодированный	41	3,08	0,41	20,91	99,63	-
	Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Банан	202	1,91	0,64	26,72	120,26	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>563</b>	<b>26,1</b>	<b>8,94</b>	<b>71,76</b>	<b>471,98</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога со стуж молоком (творог, крупа манная, сахар-песок, яйцо куриное, масло слив., сахарный пудинг., молоко стуж.)	105/30	23,54	8,84	27,11	282,11	342
	Хлеб пшеничный йодированный	50	3,75	0,5	25,5	121,5	-
	Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Банан	190	1,8	0,6	25,14	113,12	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>575</b>	<b>29,28</b>	<b>9,98</b>	<b>77,78</b>	<b>518,06</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Обед</b>	Уха Рыбцакая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	5/200	4,07	7,47	12,11	131,96	17
	Кюфта по-московски с соусом (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшени., масло растит., соль йодир., соус красный основной)	75/25	11,35	18,32	8,02	242,32	209
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
	Чай с молоком	50/150	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Мандарин	130	1,04	0,26	9,75	45,5	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>836</b>	<b>24,56</b>	<b>31,77</b>	<b>71,74</b>	<b>671,04</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Уха Рыбцакая (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	10/250	5,16	9,47	15,36	167,36	17
---	--------	------	------	-------	--------	----

<b>Обед</b>	Кюфта по-московски с соусом (говядина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшенич., масло растит., соль йодир, соус красный основной)	75/25	11,35	18,32	8,02	242,32	209
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл. соль йодир)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307
	Чай с молоком	50/150	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Мандарин	140	1,12	0,28	10,5	49	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>955</b>	<b>27,47</b>	<b>34,72</b>	<b>86,06</b>	<b>766,58</b>		
<b>Итого за день 8. Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
		<b>1399</b>	<b>50,66</b>	<b>40,71</b>	<b>143,5</b>	<b>1143,02</b>	<b>-</b>
<b>Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
		<b>1330</b>	<b>56,75</b>	<b>44,7</b>	<b>163,84</b>	<b>1284,64</b>	<b>-</b>

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски с соусом (говядина, свинина, картофель, лук репчатый, яйцо, сахар белый, соль йодир., масло раст. соус красный осн.)	75/30	12,93	17,37	8,98	243,97	223а
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
	Чай с молоком	50/150	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Мандарин	136	1,09	0,27	10,2	47,6	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>618</b>	<b>20,98</b>	<b>23,12</b>	<b>58,81</b>	<b>527,17</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски с соусом (говядина, свинина, картофель, лук репчатый, яйцо, сахар белый, соль йодир., масло раст. соус красный осн.)	75/30	12,93	17,37	8,98	243,97	223а
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Чай с молоком	50/150	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Мандарин	140	1,12	0,28	10,5	49	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>655</b>	<b>21,86</b>	<b>23,89</b>	<b>65,02</b>	<b>562,52</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Расходники Ленинградских с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., помидоры, масло подсолн., сырчик солен., соль йод.)</b>		<b>5/200</b>	<b>3,89</b>	<b>5,52</b>	<b>12,69</b>	<b>116,03</b>	<b>167/998</b>

Обед		Возрастная категория: 12 лет и старше				
рис, молоко, лук репч., сушенн пшндр., масло растит., соус белый (основной)	100	11,11	5,78	8,85	131,86	272979
75/25						
Щурье овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив, соль йод.)	150	2,98	5,87	18,63	139,27	867а
Компот из изюма с витамином С (изюм., лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,1	0,43	21,06	76,2	435
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Яблоко	136	0,54	0,54	13,33	60,38	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>955</b>	<b>19,94</b>	<b>18,38</b>	<b>82,48</b>	<b>562,86</b>	

Обед		Возрастная категория: 12 лет и старше					
Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупн. перловка, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	10/250	4,94	7	16,1	147,16	167/998	
рис, молоко, лук репч., сушенн пшндр., масло растит., соус белый (основной)	75/30	105	11,67	6,07	9,29	138,45	272979
Щурье овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив, соль йод.)	180	3,97	7,83	24,84	185,69	867а	
Компот из изюма с витамином С (изюм., лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,1	0,43	21,06	76,2	435	
Хлеб пшеничный йодированный	45	3,38	0,45	22,95	109,35	-	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-	
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	57,72	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>940</b>	<b>26,23</b>	<b>22,6</b>	<b>116,88</b>	<b>763,47</b>		

Завтрак		Возрастная категория: 7-11 лет				
Закуска порционная (помидоры свежие)	40	0,44	0,08	1,52	8,56	982
Биточки рубленые из индейки с маслом (индейка филе, хлеб, сахар, соль йод.)	80/7	16,51	6,11	11,94	168,81	973
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл. соль йодир.)	150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	-
<b>Итого за день:</b>	<b>156</b>	<b>1,86</b>	<b>0,78</b>	<b>21,25</b>	<b>1090,03</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>960</b>	<b>27,55</b>	<b>22,84</b>	<b>124,8</b>	<b>1324,99</b>	

Итого за завтрак:		506	25,95	10,95	82,85	533,69	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Завтрак	Закуска порционная (помидоры свежие)	40	0,44	0,08	1,52	8,56	982
	Филе, хлеб, сахар, соль йод)	80/10	17,08	6,32	12,36	174,63	973
	(соль йодир)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307
	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,33	0,31	15,81	75,33	-
Итого за завтрак:	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	-	-
<b>Итого за завтрак: 541 27,75 11,99 90,65 581,45</b>							
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Суп картофельный с бобовыми, с т/к колбасой (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., т/к колбаса)	5/250	7,07	10,6	17,32	193,01	157
	Бифстеголанов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., сметана, томат, соль йодир) 40/50	90	13,66	19,44	4,99	249,55	551
	Парнир каша гречневая вязкая (горля гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	3,39	4,11	20,67	133,23	676
	Напиток с витаминами Витошка (вода, напиток Витошка)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Итого за обед:	805	28,17	34,75	87,1	773,87	-	-
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп картофельный с бобовыми, с т/к колбасой (картофель, горох, морковь, лук репч., колбаса раст., т/к колбаса)	5/250	7,07	10,6	17,32	193,01	157
	Бифстеголанов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., сметана, томат, соль йодир) 45/55	100	15,18	21,6	5,54	277,28	551
	Парнир каша гречневая вязкая (горля гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	4,07	4,93	24,8	159,88	676
	Напиток с витаминами Витошка (вода, напиток Витошка)	200	0	0	19,4	77,6	1014
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	

Итого за обед:	853	30,69	37,77	92,78	833,89	
Итого за день 10. Возрастная категория: 7-11 лет	1311	54,12	45,7	169,95	1307,56	-
Итого за день 10. Возрастная категория: 12 лет и старше	1394	58,44	49,76	183,43	1415,34	-
Среднее значение за период по завтракам 7-11 лет		22,408	16,986	73,417	528,631	-
Среднее значение за период по обедам 7-11 лет		25,597	27,441	81,392	668,458	-
Среднее значение за период по завтракам 12 лет и старше		23,964	18,023	75,857	558,896	-
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше		29,582	30,811	98,302	783,728	-