

«Согласовано»

Директор

№09 январь 2023 г.

Меню приготовляваемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3596-20

И.И.Иванова

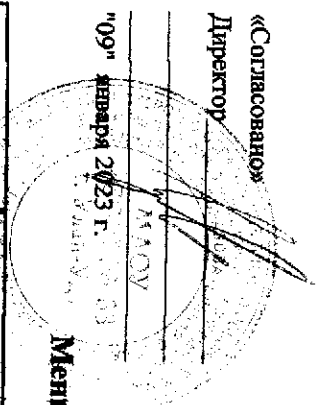
«Утверждено»

Генеральный директор

МКУ «Городской Дом быта

Школьного питания»

И.И.Иванова



Прямое питание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	90	1,44	0,36	12,87	60,48	984
	Копченая домашняя с соусом. (говядина, свиная, хлеб, лук реп., сало, специи соль, кол., масло раст., масло слив.) 90/20	110	11,48	18,8	10,23	256,03	2468
	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль кол.)	160	3,84	5,1	38,87	216,78	552
	Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Хлеб пшеничный йодированный	28	2,1	0,28	14,28	68,04	-
Итого за завтрак:		588	19,05	24,58	76,28	602,66	

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Мармелад желевый	30	0,03	0	23,82	95,4	-
Итого за завтрак:		30	0,03	0	23,82	95,4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	100	1,6	0,4	14,3	67,2	984
	Копченая домашняя с соусом. (говядина, свиная, хлеб, лук реп., сало, специи, соль кол., масло раст., масло слив.) 90/20	110	11,48	18,8	10,23	256,03	2468
	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль кол.)	190	4,57	6,06	46,16	257,43	552
	Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009

	Хлеб пшеничный йодированный	19	1,43	0,19	9,69	46,17	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>619</b>	<b>19,27</b>	<b>25,49</b>	<b>80,41</b>	<b>628,16</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Обед</b>	Суп-лапша домашняя с фрикаделькой мясной ( лапша домашняя ролитон, лук репч., морковь, масло раст. соль йодир.)	20/250	6,37	10,49	12,57	170,13	694/1067
	Биточки рыбные по-домашнему с соусом	120	15,38	6,32	10,13	158,91	2728/979
	Белый(минигий, лук, крупа рис, сахар панировочный, соль, мука, вода соль,.)	90/20					
	Перловка отварная (крупа перлова, масло растит., масло слив., соль (копир))	210	5,99	5,36	41,39	237,7	585
	Компот из кураги с витамином С (курага, сахар-песок, витамин С.)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669
	Хлеб пшеничный йодированный	41	3,08	0,41	20,91	99,63	-
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	78,24	-
	Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>981</b>	<b>35,05</b>	<b>23,32</b>	<b>138,2</b>	<b>902,75</b>	
	<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>						
<b>Завтрак</b>	Майо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	337
	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар, соль йод., масло слив.)	150/7	5,16	6,52	26,9	186,9	8984
	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский масло сл, хлеб (штен хлеб) 15/10/24	28.02.1900	7,61	12,94	14,14	203,47	893
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>556</b>	<b>18,45</b>	<b>24,26</b>	<b>69,4</b>	<b>569,73</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							

<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0,4</b>	<b>22,8</b>	<b>100,4</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	337
	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар, соль, йод, масло слив.)	190/10	6,57	8,3	34,27	238	8984
<b>Завтрак</b>	Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло сл, хлеб пшени.код.151/0/0/0)	55	7,09	12,06	13,19	189,68	893
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>595</b>	<b>19,34</b>	<b>25,16</b>	<b>75,82</b>	<b>607,04</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Рассольник «Ленинградский» с фаршем(мясной фарш, картофель, морпа перловая, морковь, лук реп., огурцы консер., масло подсол., соль йод.)	30/250	5,32	7,54	17,34	158,48	167/9982
<b>Обед</b>	Гуляш из курицы (грудка куриная, масло слив., лук репич., томат паста, мука пшени., соль, йод.)	120	14,7	14,35	3,5	201,98	292
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль, йод.)	200	8,26	6,32	50,64	292,48	632
	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, витамин С.)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный йодированный	34	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	
<b>Итого за обед:</b>		<b>964</b>	<b>34,01</b>	<b>29,54</b>	<b>125,56</b>	<b>904,15</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
	Террин из горбуши с соусом белым (горбуша, молоко, яйца, Масло слив. соль йод.)	80/30	12,07	7,03	2,27	120,6	995

<b>Завтрак</b>	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	3,09	4,47	20,1	132,99	371
	Напиток с витаминами «Витпошка» (смесь сухих «Витпошка» вод.)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Яблоко свежее	133	0,53	0,53	13,03	59,05	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>622</b>	<b>17,87</b>	<b>12,32</b>	<b>69,59</b>	<b>460,71</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Мандарины	138	1,1	0,28	10,35	48,3	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>30</b>	<b>1,1</b>	<b>0,28</b>	<b>10,35</b>	<b>48,3</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Террин из горбуши с соусом белым (горбуша, молоко, яйцо, масло слив. соль йод.) 80/30	110	12,07	7,03	2,27	120,6	995
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	200	4,12	5,96	26,8	187,32	371
	Напиток с витаминами «Витпошка» (смесь сухих «Витпошка» вод.)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	140	0,56	0,56	13,72	62,16	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>685</b>	<b>19,38</b>	<b>13,9</b>	<b>80,04</b>	<b>532,73</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	4,66	7,08	8,62	116,87	197/998
	Фрикадельки Удницкие с соусом красным	105	13,88	11,76	7,06	189,6	1038
	Основа говядина, молоко, лук репч., яйцо, сыр) 75/30	180	4,27	4,79	42,8	231,37	297
	Рис розовый (крупа рисовая, масло сливочное, вода, томатная паста, масло подсолнечное, соль)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	35	2,63	0,35	17,85	85,05	-

Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	68,46	-
Мандарин	158	1,26	0,32	11,85	55,3	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>983</b>	<b>29,22</b>	<b>24,79</b>	<b>115,17</b>	<b>800,64</b>	-

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Сыр Российский порциками	20	4,64	5,3	0	69,66	982
	Кюфта по-московски с соусом (говядина, свинина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшениц., масло растит., соль йодир, соус красный)	105	13,65	20,4	8,35	261,6	209
	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	160	3,62	4,38	22,05	131,11	676
	Компот из изюма с вит С ( изюм, сахар, аскорбиновая кислота, лимонная кислота)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,33	0,31	14,81	65,33	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>516</b>	<b>19,7</b>	<b>25,52</b>	<b>66,27</b>	<b>616,21</b>	-	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Яблоко свежее	206	0,82	0,82	20,19	91,46	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>206</b>	<b>0,82</b>	<b>0,82</b>	<b>20,19</b>	<b>91,46</b>	-	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Сыр Российский порциками	23	5,34	6,79	0	82,41	982
	Кюфта по-московски с соусом (говядина, свинина, яйцо, лук репч., крупа рисовая, мука пшениц., масло растит., соль йодир, соус красный)	105	13,65	20,4	8,35	261,6	209
	Гарнир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	200	4,52	5,48	27,56	177,64	676
	Компот из изюма с вит С ( изюм, сахар, аскорбиновая кислота, лимонная кислота)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
<b>Итого за завтрак</b>	<b>557</b>	<b>20,45</b>	<b>26,6</b>	<b>71,76</b>	<b>680,63</b>	-	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Уха Рыбцак (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	5,26	9,66	15,66	170,58	17
	Бефстроганов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., томат, сметана, соль кодыр.) 50/50	100	15,18	21,6	5,54	277,28	551
	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль витаминизированная, масло сливочное, вода)	180	4,72	5,27	26,23	171,23	843
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	14	0,92	0,17	5,54	27,38	-
	Печенье «Вяикальское» (печенье – кондит. цук.)	50	3,4	12,1	31,49	248,44	328
	<b>Итого за обед:</b>	<b>833</b>	<b>31,02</b>	<b>49</b>	<b>103,85</b>	<b>980,43</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	160	6,26	13,21	33,11	286,65	527
	Бутерброд с маслом (масло слив., хлеб пшеничн.)	14/30	2,71	6,74	18,08	133,81	778
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>604</b>	<b>16,79</b>	<b>28,02</b>	<b>73,81</b>	<b>615,65</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0,4</b>	<b>22,8</b>	<b>100,4</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Каша молочная Боярская (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	200	8,07	17,83	42,64	363,31	527
--	-----	------	-------	-------	--------	-----

<b>Завтрак</b>	Бутерброд с маслом (масло слив., хлеб пшеничн.)	Дек.30	2,59	6,43	17,25	137,27	778
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	180	1,64	1,5	11,9	67,67	986
	Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>622</b>	<b>18,3</b>	<b>32,16</b>	<b>81,19</b>	<b>688,25</b>	-

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	100	1,6	0,4	14,3	67,2	984
	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	20/250	5,12	7,51	14,07	144,31	1000/998
	Шницель мясной с соусом (масло говяжье, свинина, хлеб пшенич., соль йод., сыр пармезан, яйцо, масло раст., соус крабовый острый) 90/30	120	13,36	21,62	13,62	302,5	1055
	Макаронные изделия отварные (алмазные изделия, масло слив., соль йодир)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307
	Напиток с витаминами «Витолка» (смесь сухая «Витолка вода»)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Хлеб пшеничный йодированный	21	1,58	0,21	10,71	51,03	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	<b>Итого за обед:</b>	<b>911</b>	<b>29,48</b>	<b>34,86</b>	<b>118,18</b>	<b>904,29</b>	-

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Котлета Нежная с соусом Красным ОСН. (говяжья, молоко, хлеб пш. кофр., лук репч., яйцо, сыр пармезан, масло подсолнечное, соль йодир.) 80/20	100	13,61	13,28	13,1	226,36	225а/370
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Хлеб пшеничный йодированный	19	1,43	0,19	9,69	46,17	-
	Банан	215	1,94	0,65	27,09	121,91	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>685</b>	<b>21,26</b>	<b>17,95</b>	<b>88,53</b>	<b>600,55</b>	-	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

**Второй завтрак**

Яблоко

191

0,76

0,76

18,72

84,8

**Итого за завтрак:**

191

0,76

0,76

18,72

84,8

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

**Завтрак**

Котлета Нежинка с соусом красным осн. (говядина, молоко, хлеб или коыр., лук репч., яйцо, сухари павар., масло подж. соль блпр.) 80/30

110

14,97

14,61

14,41

249

225в370

Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль коыр.)

180

5,13

4,39

35,48

203,74

585

Чай с сахаром (чай, сахар)

200

0

0

9,08

36,32

663

Хлеб пшеничный кодированный

20

1,5

0,2

10,2

48,6

-

Банан

238

2,14

0,71

29,99

134,95

**Итого за завтрак:**

748

23,74

20,11

99,16

672,61

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

**Обед**

Суп картофельный с бобовыми и с фрикаделками мясными (фрикадельки мясные для супов, картофель, горох, морковь, лук репч., соль коыр., масло растит.)

10/250

8,74

10,28

17,58

197,87

1577/067

Жаркое из вырезки (филе вырезки, картофель, лук репч., масло растит., томат, соль коыр.)

75/230

28,3

10,16

29,25

321,62

1006

Кисель ягодный «Витошка» (вода, кисель, Витошка.)

200

0

0

21,39

85,56

902

Хлеб пшеничный кодированный

31

2,33

0,31

15,81

75,33

-

Хлеб ржаной

30

1,98

0,36

11,88

58,68

-

Яблоко

174

0,7

0,7

17,05

77,26

**Итого за обед:**

1000

42,05

21,81

112,96

816,32

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Каша молочная «Литарная» с маслом (крупа пшено, молоко, сахар, яблоко, соль под., масло сл.)

170/10

6,77

17,38

31,08

307,85

172

Сыр в индивидуальной упаковке

1 шт

1,37

2,98

0,88

35,82

-

Кофейный напиток эляковый (кофейный напиток, молоко, сахар)

200

1,51

1,13

12,61

66,65

1066

Хлеб пшеничный кодированный

27

2,03

0,27

13,77

65,61

-

Десерт фруктовый

1/100

0,6

0,2

19

80,2



<b>Итого за завтрак:</b>		<b>524</b>	<b>12,28</b>	<b>21,96</b>	<b>77,34</b>	<b>556,13</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>								
<b>Второй завтрак</b>	Мармелад желейный	30	0,03	0	23,82	95,4	-	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>30</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	<b>23,82</b>	<b>95,4</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
<b>Завтрак</b>	Каша молочная «Интарная» с маслом (крупа пшено, молоко, сахар, яйцо, соль вод., масло сл.)	200/10	7,9	20,28	36,26	359,16	172	
	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт	1,37	2,98	0,88	35,82	-	
	Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066	
	Хлеб пшеничный йодированный	36	2,7	0,36	18,86	87,48	-	
	Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	-	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>564</b>	<b>14,08</b>	<b>24,95</b>	<b>87,61</b>	<b>629,31</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
<b>Обед</b>	Закуска порционная (томидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982	
	Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говяжья, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, масло раст., соль вод.)	30/250	5,05	7,34	13,76	141,36	165/998	
	Зразы ленивые мясные с соусом красным (говяжья, хлеб, молоко, лук репч., яйцо, сухарь панир., соль вод., масло раст., соус) 90/30	120	11,6	17,92	13,92	263,34	1042/370	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль вод.)	180	7,43	5,69	45,58	263,23	632	
	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611a	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-	
	<b>Итого за обед:</b>		<b>910</b>	<b>29,98</b>	<b>31,81</b>	<b>123,79</b>	<b>901,39</b>	
	<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
	<b>Завтрак</b>	Котлета Мечта с соусом Белым (минтай, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., сухарь панир., масло растит., соус) 90/20	110	15,57	13,37	10,92	226,32	251a
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль вод.)		160	3,3	4,77	21,44	141,86	371	
Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон.кислота, аскорб. кислота)		200	0,99	0,06	18,36	77,94	669a	
Хлеб пшеничный йодированный		23	1,73	0,23	11,73	55,89	-	
Коржик Молочный (конд пех)		75	5,79	8,53	53,36	113,37	191	

**Итого за завтрак:** 568 27,38 26,96 115,81 615,38

**Возрастная категория: 7-11 лет**

**Второй завтрак** Мандарин 171 1,37 0,34 12,83 59,85 -

**Итого за завтрак:** 171 1,37 0,34 12,83 59,85

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Котлета Мечта с соусом (Фелым (кнотай, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., сушари ливир., масло растит., соус) 90/30	120	15,57	13,37	10,92	226,32	251а
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль вод.)	230	4,74	6,85	30,82	203,92	371
	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон, кислота, ваниль, ксилитол)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669а
	Хлеб пшеничный йодированный	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-
	Коржик Молочный (кондитерский)	75	5,79	8,53	53,36	113,37	193
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>649</b>	<b>28,89</b>	<b>29,05</b>	<b>125,7</b>	<b>679,87</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картошка, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль вод.)	20/250	5,13	7,27	16,72	152,83	167/998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсолн., томат. мука пшен., соль вод.) 50/70	120	14,26	16,68	5,46	228,95	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль вод.)	200	7,22	5,42	42,4	247,26	307
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	23	1,52	0,28	9,11	44,99	-
	Мандарин	158	1,26	0,32	11,85	55,3	-
	<b>Итого за обед:</b>	<b>1001</b>	<b>31,85</b>	<b>30,34</b>	<b>113,97</b>	<b>856,22</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Биточки рубленые из индейки с соусом красным осн. (филе индейки, хлеб, сушари, соль вод., масло раст., томатная паста, вода, мука) 80/30	110	18,28	4,74	14,09	172,16	979/370
	Гарцир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль вод.)	150	3,39	4,11	20,67	133,23	676
	Напиток с витаминами «Витгошк» (смак суква «Витгошк», вода.)	200	0	0	19,4	77,6	1014

	Хлеб пшеничный гидролизованный	31	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Груша свежая	159	0,64	0,48	16,38	72,35	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>650</b>	<b>6,36</b>	<b>4,9</b>	<b>72,26</b>	<b>530,67</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1200	1,4	0,4	22,8	100,4	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0,4</b>	<b>22,8</b>	<b>100,4</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
	Виточки русленные из индейки с соусом красным осн. (филе индейки, хлеб, сушари, соль йод. масло раст., томатная паста, вода, мука) 80/30	110	18,28	4,74	14,09	172,16	971370
	Гренир каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	200	4,32	5,48	22,56	177,64	676
	Напиток с витаминами «Витощка» (смесь суха «Витощка, вода.)	200	0	0	19,4	77,6	1014
<b>Завтрак</b>	Хлеб пшеничный гидролизованный	31	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Груша свежая	177	0,71	0,53	18,23	80,54	-
<b>Итого за завтрак</b>		<b>719</b>	<b>7,56</b>	<b>6,32</b>	<b>81</b>	<b>583,27</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп из овощей с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, масло растительное рафин.)	25/250	7,52	8,07	10,49	144,63	1271998
	Котлета домашняя с соусом красным (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйца, сушари, соль йод., масло раст., соус) 90/30	120	12,52	20,51	11,16	279,31	2464
<b>Обед</b>	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук реп., масло растит., томатная паста, масло слив., соль йодир.)	180	5,2	16,94	34,97	313,15	307
	Компот из яблок с витамином С(яблоко, сахар-песок, витамин С)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный гидролизованный	22	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>917</b>	<b>29,11</b>	<b>46,51</b>	<b>99,32</b>	<b>932,28</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок, соль йод)	170/6	6,68	7,47	28,99	201,32	898а
	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшени.)	25/35	6,86	4,88	22,95	133,1	868
	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>676</b>	<b>26,44</b>	<b>25,02</b>	<b>74,44</b>	<b>612,45</b>	<b>-</b>

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Мандарины	171	1,37	0,34	12,83	59,85	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>171</b>	<b>1,37</b>	<b>0,34</b>	<b>12,83</b>	<b>59,85</b>	<b>-</b>

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	766
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок, соль йод)	200/10	7,97	8,91	34,11	248,56	898а
	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшени.)	25/40	7,43	5,28	24,86	176,69	868
	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>715</b>	<b>28,3</b>	<b>26,86</b>	<b>81,87</b>	<b>683,28</b>	<b>-</b>

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Болтон, лук репч., морковь, масло растит., соль копир)	20/250	4,57	6,95	12,88	132,39	694/998	
	Фрикадельки рыбные с маслом (спиреус св., хлеб пшени., лук репч., яйца соль йод, масло сл.) 90/10	100	13,83	7,81	8,03	157,71	651	
	Рис с овощами без томата (крупа рисовая, морковь, лук репч., масло слив. (соль йод))	180	4,1	16,9	37,35	317,93	629	
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
	Хлеб пшеничный копированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-	
	Мандарины	149	1,19	0,3	11,18	52,15	-	
	<b>Итого за обед:</b>		<b>949</b>	<b>28,58</b>	<b>33,92</b>	<b>94,23</b>	<b>796,52</b>	<b>-</b>

Среднее значение за период по завтракам 7-11 лет	598,9	18,558	21,149	78,373	578,014	
Среднее значение за период по вторым завтракам 7-11 лет	142,9	0,968	0,374	19,096	83,626	
Среднее значение за период по завтракам 12 лет и старше	647,3	19,931	23,06	86,456	638,515	
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше	856,9	29,235	29,445	103,332	795,228	