



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

«Утверждено»
 Генеральный директор
 ИКП «Торжской комбинат
 Школьного питания»
 Школьная Школьная А.М.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 (2 смена)							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Суп-лапша домашняя с фрикаделькой мясной (лапша домашняя розлит, лук репч., морковь, мясо репч. сол., копир.)	10/200	4,95	8,16	9,78	132,32	694/1067
	Виточки рыбные по-домашнему с соусом белым (винный, лук, крупа рис, студя пансионарный, соль, мука, вода сол.)	110	14,1	5,79	9,28	145,67	272/979
	90/20						
	Перловка отварная (крупа перловая, масло растит., масло слив., соль копир.)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	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	28	2,1	0,28	14,28	68,04	
Итого за обед:		1/100	0,6	0,2	19	80,2	
Полдник	Десерт фруктовый	100	0,6	0,2	19	80,2	
	Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Корочка с мясо-картофельным фаршем (крупа, сахар-песок, масло сл., яйцо, фарш мясо-картофельный)	60	7,42	9,42	20,09	194,76	103
	Итого за полдник:	360	8,21	9,66	39,12	276,29	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Суп-лапша домашняя с фрикаделькой мясной (лапша домашняя розлит, лук репч., морковь, мясо репч. сол., копир.)	20/250	6,37	10,49	12,57	170,13	694/1067	

Обед	Виточки рыбные по-домашнему с соусом Безьль(минтай, лук, крупа рис, сахар, пшеничный, соль, мука, вода соль), 90/20	120	15,38	6,32	10,13	158,91	272а/979
	Перловка отварная (крупа перловая, масло растит., масло слив., соль кошер)	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	-
	Итого за обед:	981	35,05	23,32	138,2	902,75	
	Корожки с мясо-картофельным фаршем (кукуд, сахар-песок, масло сл., яйцо, фарш мясо-картофельный)	75	9,27	11,77	25,11	243,45	103
	Чай черный	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Десерт фруктовый	100	0,6	0,2	19	80,2	
Итого за полдник:	375	10,06	12,01	44,14	324,98		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционированная (помидоры свежие)	70	0,77	0,14	2,66	14,98	982
	Рассольник «Ленинградский» с фаршем(яичной фарш, картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., отруди хвост, масло подсол., соль йод.)	25/200	4,27	6,06	13,93	127,35	167/998
	Гуляш из курицы (грудинка куриная, масло слив., лук репич., томат паста, мука пшенич., соль йод.) 60/60	120	14,7	14,35	3,5	201,98	292
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	7,43	5,69	45,58	263,23	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	28	2,1	0,28	14,28	68,04	-	

Итого за обед:		843	30,69	27,19	108,93	803,21	
Полдник	Коржик «Завторский» (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, молоко, ванилин, масло подсол.) 2/65	130	9,59	13,42	84,9	498,68	414
	Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	6	6,4	9,4	120	-
Итого за полдник:		279	15,59	19,82	94,3	618,68	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982	
		Рассольник «Ленинградский» с фаршем (мясной фарш, картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., огурцы консерв., масло подсол., соль, кол.)	30/250	5,32	7,54	17,34	158,48	167/9982
	Гуляш из курицы (грудинка куриная, масло слив., лук реп., томат паста, мука пшениц., соль кол.) 60/60	120	14,7	14,35	3,5	201,98	292	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль кол.)	200	8,26	6,32	50,64	292,48	632	
	Компот из изюма с витамином С (яблоко, 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	-	
	Итого за обед:		964	34,01	29,54	125,56	904,15	
	Полдник	Коржик «Завторский» (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, молоко, ванилин, масло подсол.) 2/75	150	11,06	15,48	97,96	575,4	414
		Молоко питьевое в потребительской упаковке	1/200	6	6,4	9,4	120	-
Итого за полдник:		275	17,06	21,88	107,36	695,4		

Возрастная категория: 7-11 лет

Полдник	Пи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук реп., томат паста, масло раст., соль кол.)	15/200	3,71	5,64	6,86	95,06	197/998
	Фрикадельки Удинские с соусом красным	105	13,88	11,76	7,06	189,6	1038
	Основа (говядина, молоко, лук реп., яйца, соус) 75/25	150	3,56	3,99	35,67	196,81	297
Пис Розовый (крупа рисовая, масло сливочное, вода, томатная паста, масло подсолнечное, соль)		150	3,56	3,99	35,67	196,81	297

Обед	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный йодированный	21	1,58	0,21	10,71	51,03	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Мандарин	123	0,98	0,25	9,23	45,05	-
	Итого за обед:	834	25,24	22,16	90,58	670,66	
Полдник	Пирожки печенье с мясом, луком (тесто слоёб, фарш мясной с луком, яйцо, масло раст.)	100	9,27	11,77	25,11	243,45	103
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Мандарин	115	0,6	0,2	19	80,2	
Итого за полдник:	419	10,06	12,01	44,14	324,98		
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Пи из свежей капустой 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 Удлинские с соусом красным	105	13,88	11,76	7,06	189,6	1038
	ОСНОВ: говядина, молоко, лук репч., яйцо, сахар) 75/30						
	Рис розовый (крупа рисовая, масло сливочное, вода, томатная паста, масло подсолнечное, соль)	180	4,27	4,79	42,8	231,37	297
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,63	0,33	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	
	Итого за обед:	983	29,22	24,79	115,17	800,64	
	Полдник	Пирожки печенье с мясом, луком (тесто слоёб, фарш мясной с луком, яйцо, масло раст.)	100	13,8	12,6	36,89	312,21
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)		200/4	0,04	0	9,19	36,92	-
Мандарин		152	1,22	0,3	11,4	53,2	
Итого за полдник:							

Итого за полдник: 459 15,06 12,9 57,48 402,33

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	10/200	4,17	7,65	12,41	135,18	17
	Бифстrogанов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., томат, сметана, соль йодир.) 45/55	90	13,66	19,44	4,99	249,55	551
	Парнир пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль витаминизированная, масло сливочное-вода)	150	3,93	4,4	21,86	142,7	843
	Чай с лимоном. (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный йодированный	22	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Печенье «Байкальское» (печенье – кондит. цех)	50	3,4	12,1	31,49	248,44	328
	Итого за обед:	726	26,85	43,81	91,16	866,25	
	Салса «Детская» (густо сливочное, говядина, лук репч., масло подсол., мука яйцо, соль вод.)	75	9,91	18,35	18,06	277,03	18
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Молоко свежее	120	0,48	0,48	11,76	53,28	-
Итого за полдник:	395	10,39	18,83	38,9	366,63		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	5,26	9,66	15,66	170,58	17
	Бифстrogанов (говядина, лук репч., масло растит., мука пш., томат, сметана, соль йодир.) 50/50	100	15,18	21,6	5,54	277,28	551
	Парнир 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 «Байкальское» (печенье – кондит. цех)	50	3,4	12,1	31,49	248,44	328
Итого за обед:	833	31,02	49	103,85	980,43		

Полдник	Салса «Летская» (гесто силенок, говядина, лук репч., масло подсол., мука яйца, соль йод.)	75	0,91	18,35	18,06	277,03	18
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Молоко свежее	174	0,7	0,7	17,05	77,26	-
Итого за полдник:		449	10,61	19,05	44,19	390,61	

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	60	0,96	0,24	8,58	40,32	984
	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, помид. паста, чеснок, соль йодир.)	20/200	4,17	6,12	11,46	117,58	1000/998
	Шницель мясной с соусом (масло говяжье, свинина, хлеб пшени., соль йод., сухарь панир. яйцо, масло раст. соус красный ост.) 90/30	120	13,36	21,62	13,62	302,5	1055
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл. соль йодир)	160	5,78	4,34	33,92	197,81	307
	Напиток с витаминами «Виташока» (смесь сухая «Виташка вода»)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Итого за обед:		805	27,47	32,81	107,65	835,68	-

Полдник	Хачапури с сыром (мука, молоко, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, сыр Российский, масло подсол., соль йод.)	70	11,8	12,87	19,83	243,33	672
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	-
Итого за полдник:		275	8,35	11,55	42,37	343,73	

Возрастная категория: 12 лет и старше

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

Обед	Шницель мясной с соусом (мясо говяжье, свиная, хлеб пшениц., соль мол., сухарь панир., яйцо, масло раст., соус красный острый) 90/30	120	13,36	21,62	13,62	302,5	1055
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло слив., соль молир)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307
	Напиток с витаминами «Виттошка» (смесь сухая «Виттошка, 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	-
Итого за обед:		911	29,48	34,86	118,18	904,29	-
Полдник	Хачапури с сыром (мука, молоко, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, сыр Российский, масло подсол., соль мол.)	75	12,64	13,79	21,25	259,64	672
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	-
Итого за полдник:		275	14,04	14,19	44,05	360,04	
		275	14,04	14,19	44,05	360,04	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и с фрикадельками мясными (фрикадельки мясные для супов, картофель, порок, морковь, лук репч., соль молир., масло растит.)	10/200	7,06	8,31	14,2	159,82	1571/1067
	Жаркое из индейки (филе индейки, картофель, лук репч., масло растит., сметан, соль молир.)	65/195	24,13	8,66	24,93	274,17	1006
	Кисель детский «Виттошка» (вода, желатин, Виттошка.)	200	0	0	21,39	85,56	902
	Хлеб пшеничный модрированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Итого за обед:		153	0,61	0,61	14,99	67,93	
Полдник	Коржик Загорский (мука пшениц., масло слив., яйцо, молоко, соль мол.)	100	7,37	10,32	65,31	383,6	414
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Банан	226	2,03	0,68	28,48	128,14	-

Итого за полдник: **526** **10,76** **12,41** **95,93** **538,43**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Суп картофельный с бобовыми и с фрикадельками мясными (фрикадельки мясные для супа, картофель, горох, морковь, лук репчатый, соль поваренная)	10/250	8,74	10,28	17,58	197,87	1577,067
Жаркое из индейки (филе индейки, картофель, лук репчатый, масло растительное, соль поваренная)	75/230	28,3	10,16	29,25	321,62	1006
Кисель детский «Витоника» (вода, кисель, Витоника)	200	0	0	21,39	85,56	902
Хлеб пшеничный йодированный	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	

Коржик Загородский (буха пшеничная, масло сливочное, яйцо, молоко, соль поваренная)	100	7,37	10,32	65,31	383,6	414
Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Банан	260	2,34	0,78	32,76	147,42	-
Итого за полдник:	560	11,07	12,51	100,21	557,71	

Возрастная категория: 7-11 лет

Закуска порционная (помидоры свежие)	70	0,77	0,14	2,66	14,98	982
Ворст с капустой, картофелем и фаршем (говяжий, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, омега3, томат паста, масло растительное, соль поваренная)	25/200	4,06	5,9	11,06	113,58	165998
Зразы ленивые мясные с соусом красным (говяжий, хлеб, молоко, лук репчатый, яйцо, сушеный паприка, соль поваренная, соус) 90/30	120	11,6	17,92	13,92	263,34	1042370
Фаршир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, молоко сливочное, соль поваренная)	150	6,2	4,74	37,98	219,36	632
Компот из сухофруктов с вином С (сахар, сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611a
Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Итого за обед:	814	26,7	29,23	107,88	801,33	
Кефир Фарон БХП	70	3,5	20,3	35	329	-
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	-
Мандарины	146	1,17	0,29	10,95	51,1	-

Итого за полдник:		330	4,71	20,59	55,14	417,02	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., свекла, томат паста, майонез раст., соль вод.)	30/250	5,05	7,34	13,76	141,36	165/998
	Фарш говяжий с соусом красным (говядина, хлеб, молоко, лук репч., яйцо, свекла, пшениц., соль вод, масло раст., соль вод) 90/30	120	11,6	17,92	13,92	263,34	104/270
	Тартир 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 (ябло, сухофруктов, сахар, лимон кислота, желорб кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Итого за обед:	910	29,98	31,81	123,79	901,39	
	Кекс Фараон БХТ	70	3,5	20,3	35	329	-
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	-
Итого за полдник:	350	5,07	20,68	58,52	432,77		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Расольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль вод)	15/200	4,09	5,79	13,31	121,69	167/998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсолн., томат мука пшениц., соль вод) 45/70	115	13,66	15,98	5,23	219,41	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль вод)	160	5,78	4,34	33,92	197,81	307
	Напиток из лимонника (лимонник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Мандарин	150	1,2	0,3	11,25	52,5	-
	Итого за обед:	889	28,44	27,01	99,55	754,99	
	Коржик Молочный (конд цех)	75	5,79	8,53	53,36	113,37	193
	Итого за полдник:	180	4,81	4,32	8,46	91,94	108

Яблоко	101	0,4	0,4	9,9	44,84
Итого за полдник:	356	11	13,25	71,72	250,15

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Расоляльник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., отрубя соевая, соль (кал))	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 пшениц., соль йодир.) 50/70	120	14,26	16,68	5,46	228,95	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	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 кодированный	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	-
	Итого за обед:	1001	31,85	30,34	113,97	856,22	

Полдник	Коржик Молочный (конда цех)	75	5,79	8,53	53,36	113,37	199
	Молоко питьевое	200	5,34	4,8	9,4	102,16	106
	Яблоко	101	0,53	0,53	12,94	58,61	-
	Итого за полдник:	406	11,66	13,86	75,7	274,14	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционная (отрубя свежие)	70	0,56	0,07	1,75	9,87	982
	Суп из овощей с фаршем (говядина, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, масло растительное, сметана)	20/200	6,01	6,45	8,39	115,7	127/998
	Колбаса домашняя с соусом красным (говядина, свиная, хлеб, лук репч., яйцо, сахар, соль йод., масло раст., специи) 90/30	120	12,52	20,51	11,16	279,31	2464
	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томат паста, масло слив., соль йодир.)	150	4,34	14,12	29,15	260,96	309
	Компот из яблок с витамином С (яблоко, сахар-песок, витамин С)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный йодированный	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Итого за обед:	804	26,65	42,06	91,67	851,79	
	Рогалик Сахарный (булка пш., яйцо, сахар, масло сл., соль йод.)	75	5,8	17,5	41,74	347,66	385

Полдник	Напиток с витаминами «Витощка» (смесь суха «Витощка, вода.)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Группа свежая	120	0,88	0,51	17,61	77,81	-
Итого за полдник:		395	6,48	18,01	78,75	503,07	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Закуска порционная (группа 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, сметана)	25/250	7,52	8,07	10,49	144,63	127/998
	Котлета домашняя с соусом красным (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сыр, соль йод., масло раст. соев) 90/30	120	12,52	20,51	11,16	279,31	246а
	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук реп., масло растит., томат 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 йодированный	22	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Итого за обед:	917	29,11	46,51	99,32	932,28	
	Напиток Сахарный (вода пш., ягода, сахар, масло сл., соль йод.)	100	7,93	23,33	55,65	463,55	385
	Напиток с витаминами «Витощка» (смесь суха «Витощка, вода.)	200	0	0	19,4	77,6	1014
Груша свежая	151	0,6	0,45	15,55	68,71	-	
Итого за полдник:	451	8,33	23,78	90,6	609,86		
Итого за полдник:	406	8,93	24,23	125,55	756,17		

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Рогон, лук репч., морковь, масло растит., соль йодир.)	15/200	3,64	5,54	10,26	105,42	694/998
	Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша св., хлеб пшен., лук репч., ягода соль йод., масло сл.) 80/10	90	12,44	7,03	7,22	141,94	651
	Рис с овощами без томата (крупа рисовая, морковь, лук репч., масло слив (соль йод.)	150	3,42	14,09	31,13	264,95	629
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-

	Мандарин	143	1,14	0,29	10,73	50,05		
Итого за обед:		848	25,57	28,9	84,7	701,07	-	
Полдник	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сладкое дрожжевое, сыр, масло слив.)	85	9,79	13,37	31,95	287,32	328	
	Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-	
Итого за полдник:		285	8,35	11,55	42,37	407,32		
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Обед	Суп лапша-ломачница с фаршем (говядина, лапша Болтон, лук репч., морковь, масло растит., соль колор.)	20/250	4,57	6,95	12,88	132,39	694/998	
	Фрикадельки рыбные с маслом (горбуша с/п, хлеб пшеч., лук репч., яйца соль вод., 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 вод.)	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 йодированный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-	
	Мандарин	149	1,19	0,3	11,18	52,15	-	
	Итого за обед:		949	28,58	33,92	94,23	796,52	-
	Полдник	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто сладкое дрожжевое, сыр, масло слив.)	100	11,52	15,73	37,59	338,03	328
		Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-
Итого за полдник:		300	17,52	22,13	46,99	458,03		
Среднее значение за период по обедам 7-11 лет								
Среднее значение за период по полдникам 7-11 лет		822,3	27,925	28,951	97,602	763,414		
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше		362	9,39	14,768	60,274	404,63		
Среднее значение за период по полдникам 12 лет и старше		783	27,589	26,793	97,594	741,835		
Среднее значение за период по полдникам 12 лет и ста		324,3	9,611	14,751	59,535	408,752		