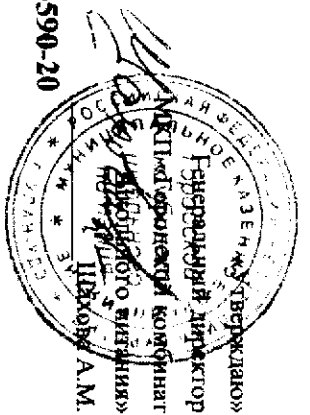


**Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20**



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 4</b>							
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Завтрак</b>	Ййцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша Молочная кукурузная с маслом (порция кукурузная, молоко, сахар-песок, соль, вкл., масло слив.)	150/10	5,3	7,84	34,81	231,04	623
	Бутерброд с сыром (хлеб, сыр)	14/31	5,14	3,66	17,21	122,32	868
	Чай с молоком (чай, молоко, вкл.)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
<b>Итого за завтрак: 695</b>							
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>	Ййцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша Молочная кукурузная с маслом (порция кукурузная, молоко, сахар-песок, соль, вкл., масло слив.)	190/10	6,85	5,78	45,18	260,1	623
	Бутерброд с сыром (хлеб, сыр)	14/31	5,14	3,66	17,21	122,32	868
	Чай с молоком (чай, молоко, вкл.)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
<b>Итого за завтрак: 749</b>							
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Пи по - уральски из свежей капусты с фаршем</b> <small>(фарш гов., крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн. соль, яйца соль, вкл.)</small>		15/200	4,63	6,26	5,46	96,67	154,998
<b>Хлебцы рыбные из горбуши</b> <small>(горбуша св., хлеб пшени., молоко, яйца соль, вкл.)</small>		90	16,75	8,57	6,5	170,28	743
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>749</b>	<b>20,8</b>	<b>16,24</b>	<b>98,07</b>	<b>621,63</b>	-

Возрастная категория: 12 лет и старше

Шри-по - уральски из свежси кашусты с фаршем (фарш гов., дур. репч., морковь, лук, чеснок, майонез, соль, перец, горчица, лавров.)	20/250	5,82	7,86	6,86	121,4	154/998
Хлебцы рыбные из горбуши (горбуша са., хлеб пшениц., масло, вода, соль, сахар)	100	18,61	9,52	7,2	189,2	743
Рис отварной (рис, вода, соль, сахар)	180	4,33	5,74	43,73	243,88	552
Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	0,22	0,051	0,14	1,94	663a
Хлеб пшеничный белопросеянный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Группа свежая	115	0,92	0,69	23,69	104,5	368
<b>Итого за обед:</b>	<b>909</b>	<b>32,72</b>	<b>24,301</b>	<b>99,74</b>	<b>748,64</b>	<b>-</b>

Возрастная категория: 7-11 лет

Фрикаделька из индейки с маслом (фарш индейки, хлеб пш., лук репч., соль, вода, молоко, масло са.) 90/5	95	17,97	4,39	9,18	148,18	978
Парнич каша гречневая вязкая (герцо гречневая, масло сливочное, соль, сахар)	150	3,39	4,11	20,67	133,23	676
Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,68	-
Группа свежая	142	0,56	0,42	14,52	79,16	368
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>617</b>	<b>25,26</b>	<b>10,69</b>	<b>58,39</b>	<b>446,94</b>	<b>-</b>

Возрастная категория: 12 лет и старше

Фрикаделька из индейки с маслом (фарш индейки, хлеб пш., лук репч., соль, вода, молоко, масло са.) 90/5	100	18,01	7,11	9,25	183,1	978
Парнич каша гречневая вязкая (герцо гречневая, масло сливочное, соль, сахар)	200	4,52	5,48	27,56	187,64	676
Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,68	-
Группа свежая	135	0,53	0,39	13,8	60,99	368
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>665</b>	<b>26,4</b>	<b>14,75</b>	<b>64,63</b>	<b>518,1</b>	<b>-</b>

Возрастная категория: 7-11 лет

Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупя рисов., лук репч., морковь, томаты, чеснок, соль, сахар)	20/200	4,17	6,12	11,46	117,58	1000/998
Колбаса домашняя (говядина, свиная, хлеб, лук реп., сало, чеснок, соль, вода, перец)	90	12,48	17,79	11,09	254,39	246
Пюре овощное (картофель, морковь, лук, масло, молоко, сливки, соль, сахар)	180	3,58	7,04	22,36	167,12	867
Напиток из шиповника (без сахара (паннашот, лимон))	200	0,21	0,03	3,21	19,39	667

Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	13,3	72,9	-
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Яблоко свежее	187	0,74	0,74	42,63	83,02	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>973</b>	<b>25,41</b>	<b>32,38</b>	<b>117,95</b>	<b>773,08</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяжий, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томаты, капуста, чеснок, соль, майонез)	30/250	5,31	7,79	14,59	149,65	1000/998
Котлета домашняя (говядина, свинина, курица, лук репчатый, яйцо, специи, соль, майонез)	100	12,56	23,23	11,23	279,31	246
Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло сливочное, соль, майонез)	180	3,58	7,04	22,36	167,12	867
Напиток из лимонника (сок лимона (шпатель), лимон)	200	0,21	0,03	3,21	19,39	667
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Яблоко свежее	166	0,65	0,65	37,84	73,69	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>966</b>	<b>25,13</b>	<b>39,18</b>	<b>107,37</b>	<b>776,88</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар, соль, ваниль, масло сливочное)	100/10	3,61	4,57	18,85	130,95	898
Пудинг из творога со ступеным макаком (творог, сахар-песок, яйцо, яйцо, масло сливочное, сметана, крупа манная, соль, ваниль, маковое масло)	70/20	12,09	8,99	25,8	232,39	183
Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт.	1,37	2,98	0,88	35,82	-
Кофейный напиток этаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1065
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
Мандарины	125	1	0,25	9,18	43,75	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>563</b>	<b>21,08</b>	<b>18,12</b>	<b>77,72</b>	<b>558,16</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар, соль, ваниль, масло сливочное)	120/10	4,27	5,4	22,27	154,76	898
Пудинг из творога со ступеным макаком (творог, сахар-песок, яйцо, яйцо, масло сливочное, сметана, крупа манная, соль, ваниль, маковое масло)	90/30	16,11	11,98	34,39	309,85	183
Кофейный напиток этаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
Хлеб пшеничный йодированный	21	1,58	0,21	10,71	51,03	-
Мандарины	164	1,31	0,13	12,3	57,4	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>635</b>	<b>24,78</b>	<b>19,05</b>	<b>92,28</b>	<b>639,69</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Завсучка порционная (отруцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, сахар)	25/200	4,47	8,2	13,3	144,83	17
Тертлеги I вариант с маслом (говядина, лук, хлеб, соль, масло подсолн., вода) 85/5	90	8,2	10,01	11,54	169,1	193
Гаршир Забава (супов гречневый, супов рисовый, масло слив., соль, вода)	170	5,25	4,78	40,3	225,24	310
Компот из кураги с витамином без сахара С (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,99	0,06	18,36	57,3	669
Хлеб пшеничный йодированный	22	1,64	0,22	11,22	53,46	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>787</b>	<b>22,36</b>	<b>23,57</b>	<b>104,14</b>	<b>697,51</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Завсучка порционная (отруцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, сахар)	30/250	5,56	10,2	16,55	198,24	17
Тертлеги I вариант с маслом (говядина, лук, хлеб, соль, масло подсолн., вода) 85/5	100	8,2	10,01	11,54	170,1	193
Гаршир Забава (супов гречневый, супов рисовый, масло слив., соль, вода)	180	5,25	5,06	42,67	298,48	310
Компот из кураги с витамином без сахара С (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,99	0,06	18,36	57,3	669
Хлеб ржаной	18	1,18	0,21	7,12	38,2	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>878</b>	<b>21,98</b>	<b>25,64</b>	<b>98,74</b>	<b>776,42</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Биточки рыбные по-домашнему с маслом (филе минтая, супов рисовый, лук, супов картофельный, яйцо, соль, масло сливочное) 90/10	100	15,83	8,38	9,01	174,73	1046
Пюре картофельное (картофель, морковь, масло слив., соль, вода)	150	3,09	4,47	20,1	132,99	371
Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	0,21	0,03	3,23	19,39	667
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Пухля свежая	155	1,24	0,93	31,93	141,05	368
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>635</b>	<b>22,35</b>	<b>14,17</b>	<b>76,15</b>	<b>526,84</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Биточки рыбные по-домашнему с маслом (филе минтая, супов рисовый, лук, супов картофельный, яйцо, соль, масло сливочное) 90/10	100	15,83	8,38	9,01	174,73	1046
---	-----	-------	------	------	--------	------

Завтрак	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль, вода)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	974
	Напиток из шпината без сахара (шпинатик, лимон)	200	0,21	0,03	3,23	19,39	667
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Труша свежая	176	1,4	1,05	36,25	160,16	368
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>686</b>	<b>23,13</b>	<b>15,18</b>	<b>84,49</b>	<b>572,55</b>	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционированная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн. (оружье)	15/200	4,09	5,79	13,31	121,69	167/998
	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль, вода) 50/50	100	11,7	12,47	3,59	183,43	550
	Рис отварной (рис, вода, соль, вода.)	150	3,6	4,78	36,44	203,23	552
	Компот из яблок с витамином С без сахара (ябло, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	180	0,09	0,38	18,95	79,65	435
	Хлеб пшеничный подорованный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	19	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>744</b>	<b>22,96</b>	<b>23,98</b>	<b>92,69</b>	<b>688,56</b>	

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 (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн. (оружье)	20/250	5,13	7,27	16,72	196,82	167/998
	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., мука, соль, вода) 50/50	100	11,7	12,47	3,59	183,43	550
	Рис отварной (рис, вода, соль, вода.)	180	4,33	5,74	43,73	253,88	552
	Компот из яблок с витамином С без сахара (ябло, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	180	0,09	0,38	18,95	79,65	435
	Хлеб пшеничный подорованный	22	1,45	0,26	8,71	45,03	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>863</b>	<b>23,8</b>	<b>26,32</b>	<b>95,5</b>	<b>780,21</b>	

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак	Закуска порционированная (помидоры свежие)	55	0,6	0,11	2,09	11,77	982
	Фрикадельки Удлинские (говядина, мясо растет., лук репч., морковь, соль, лимон., яйцо)	90	16,35	12,76	6,34	205,7	1038
	Лаваш пшенично-отварной вязкое (крупа пшенич., соль, лимонированный, масло сливочное, вода)	150	3,93	4,4	21,86	142,7	843

Кисель детский «Витоника» (вода, сахар, Витоника)	200	0	0	21,39	85,56	902
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>515</b>	<b>22,2</b>	<b>17,51</b>	<b>59,6</b>	<b>484,85</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Завтрак						
Закуска порционированная (помидоры свежие)	40	0,44	0,08	1,52	8,56	982
Фрикадельки Удские (говядина, масло растит., лук репч., морковь, соль, колер, яйца)	100	18,17	14,18	7,05	228,58	1038
Гарнир шпено отварное вязкое (крупа шпено, соль, витаминизированная, масло сливочное, вода)	200	5,24	5,86	8,45	190,26	843
Кисель детский «Витоника» (вода, сахар, Витоника)	200	0	0	21,39	85,56	902
Хлеб ржаной	19	1,25	0,22	7,52	37,16	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>559</b>	<b>25,1</b>	<b>20,34</b>	<b>45,93</b>	<b>550,12</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Обед						
Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, морковь, лук репч., масло раст., поваренный)	20/200	8,64	7,45	14,63	160,08	157998
Кюфта по-московски с маслом (говядина, яйцо, лук репч., перец, мука пшени, масло растит., соль, колер) 90/5	95	18,5	18,63	8,32	275	209
Пюре овсяное отварное (крупа овсяная, масло слив., соль, колер)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
Компот из смеси сухофруктов с витамином С (сладкая (сухофрукты, витамин С))	200	0,57	0	9,57	41,08	611а
Хлеб пшеничный йодированный	35	2,13	0,31	15,81	75,33	-
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>730</b>	<b>36,3</b>	<b>30,58</b>	<b>89,78</b>	<b>781,96</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Обед						
Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, морковь, лук репч., масло раст., поваренный)	30/250	10,99	9,48	18,61	203,74	157998
Кюфта по-московски с маслом (говядина, яйцо, лук репч., перец, мука пшени, масло растит., соль, колер) 90/5	100	19,47	19,61	8,75	289,47	209
Пюре овсяное отварное (крупа овсяная, масло слив., соль, колер)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
Компот из смеси сухофруктов с витамином С (сладкая (сухофрукты, витамин С))	200	0,57	0	9,57	41,08	611а
Хлеб пшеничный йодированный	29	1,93	0,35	13,09	62,41	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>809</b>	<b>39,41</b>	<b>34,17</b>	<b>93,42</b>	<b>841,56</b>	

Итого за обед:						
Итого за обед:						
Итого за обед:						

Возрастная категория: 7-11 лет

Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	337
Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (оруж. геркулесовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	3,88	6,38	25,18	183,46	898
Бутерброд с сыром и маслом (сар. Российский, масло сл, хлеб шпекс код: 18/19/90)	58	7,35	12,5	13,66	201,03	893
Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>553</b>	<b>20,27</b>	<b>25,29</b>	<b>60,26</b>	<b>554,22</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	337
Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (оруж. геркулесовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	190/10	7,39	8,49	32,49	236,72	898
Бутерброд с сыром и маслом (сар. Российский, масло сл, хлеб шпекс код: 17/10/90)	57	7,35	12,5	13,66	196,57	893
Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>597</b>	<b>9,31</b>	<b>14,11</b>	<b>34,8</b>	<b>603,02</b>	

Возрастная категория: 7-11 лет

Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша болонн. лук репч., морковь, масло раст., соль йодир.)	25/200	3,81	5,8	10,71	110,33	694/98
Котлета Нежная (говядина, свинина, молоко, хлеб пш.круп., лук репч., яйцо, чеснок пшчир., масло раст. соль йодир.)	90	12,5	18,15	13,7	268,15	225/390
Фаршир каша гречневая рассыпчатая (оруж. гречиха, масло сливочное, соль йод.)	150	6,2	4,74	37,98	219,36	632
Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	0,21	0,03	3,23	19,39	667
Хлеб пшеничный водированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	
Мангарин	110	0,88	0,22	8,25	38,5	
<b>Итого за обед:</b>	<b>815</b>	<b>26,42</b>	<b>29,38</b>	<b>92,01</b>	<b>743,45</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша болонн. лук репч., морковь, масло раст., соль йодир.)	30/250	4,77	7,11	13,36	137,3	694/98
Котлета Нежная (говядина, свинина, молоко, хлеб пш.круп., лук репч., яйцо, чеснок пшчир., масло раст. соль йодир.)	100	12,5	18,15	13,7	268,15	225/390
Фаршир каша гречневая рассыпчатая (оруж. гречиха, масло сливочное, соль йод.)	180	7,43	5,68	45,88	263,23	632
Напиток из шиповника без сахара (шиповник, лимон)	200	0,21	0,03	3,23	19,39	667
Хлеб пшеничный водированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	

Обед

Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Мандарины	121	0,96	0,24	9,07	42,35	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>921</b>	<b>28,39</b>	<b>31,75</b>	<b>103,06</b>	<b>818,14</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Биточки руленные из курдюка с маслом (факт курдюк, хлеб, сахар, соль, вад, масло раст., масло сл.) 90/10	100	17,27	11,38	14,81	230,74	973/370
	Перловка отварная (буль перловый, вода, соль, кол., масло сливочное)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
	Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,05	1,33	1009
	Хлеб ржаной	31	2,05	0,37	12,28	60,64	-
	Банан	241	2,16	0,72	30,76	136,65	-
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>722</b>	<b>25,95</b>	<b>16,34</b>	<b>87,05</b>	<b>599,15</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Биточки руленные из курдюка с маслом (факт курдюк, хлеб, сахар, соль, кол., масло раст., масло сл.) 90/10	100	17,27	11,38	14,81	230,74	973/370
	Перловка отварная (буль перловый, вода, соль, кол., масло сливочное)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Хлеб ржаной	31	2,05	0,37	12,28	60,64	-
	Банан	268	2,4	0,79	33,77	151,96	-
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>779</b>	<b>27,04</b>	<b>17,17</b>	<b>96,37</b>	<b>648,41</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Обед</b>	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, свекла, морковь, лук реп., томат паста, масло раст., соль) 90/10	20/200	3,97	5,77	30,81	111,07	165/998
	Котлета Мечта с маслом (мясо свинья, манка, хлеб пш., колбаса, лук реп., сахар капри, масло раст., масло сл.) 90/5	95	14,2	14,37	9,4	222,47	1318
	Пюре картофельное/сварфел, молоко 3,2%, масло слив. соль, кол.)	180	5,71	5,36	24,12	159,59	371
	Компот из кураги с витамином С без сахара (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,99	0,96	18,16	87,3	669
	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>	Бюлко свежее	177	0,7	0,7	17,34	78,59	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>932</b>	<b>27,8</b>	<b>26,78</b>	<b>107,21</b>	<b>760,6</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**



<b>Обед</b>	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем</b> <small>(говядина, картофель, капуста, свекла, морковь, лук репчатый, томаты, щавель, майонез, растительное масло)</small>	30/250	5,05	7,34	13,36	141,36	165,998
	<b>Котлета Мечта с маслом</b> (кнелп, свиная котлета, хлеб пшеничный, лук репчатый, сыр твердый, майонез растительное масло) <b>90/5</b>	100	14,95	14,98	9,89	234,18	251,1
	<b>Пюре картофельное</b> (картофель, молоко 1,2%, сливочное масло, соль)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	<b>Компот из кураги с витамином С без сахара</b> (курага, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,99	0,06	18,36	57,3	669
	<b>Хлеб пшеничный яодированный</b>	30	2,33	0,3	15,3	72,9	-
<b>Хлеб ржаной</b>	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-	
<b>Яблоко свежее</b>	175	0,7	0,7	17,15	77,7	-	
<b>Итого за обед:</b>		<b>995</b>	<b>29,63</b>	<b>29,1</b>	<b>110,46</b>	<b>801,71</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	<b>Запеканка творожная с рисом</b> (творог 5%, сахар-песок, мука рисовая, яйцо, масло растительное, сыр твердый, сметана)	200	23,01	11,4	45,24	383,64	187
	<b>Кофейный напиток злаковый без сахара</b> (кофейный напиток, молоко)	200	1,51	1,13	3,53	30,33	1066
	<b>Хлеб ржаной</b>	31	2,05	0,37	12,28	60,64	-
	<b>Яблоко свежее</b>	188	0,75	0,75	18,42	81,47	-
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>619</b>	<b>27,32</b>	<b>13,65</b>	<b>79,47</b>	<b>558,08</b>

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	<b>Запеканка творожная с рисом</b> (творог 5%, сахар-песок, мука рисовая, яйцо, масло растительное, сыр твердый, сметана)	230	23,01	11,4	45,24	383,64	187
	<b>Кофейный напиток злаковый без сахара</b> (кофейный напиток, молоко)	200	1,51	1,13	3,53	30,33	1066
	<b>Хлеб ржаной</b>	31	2,05	0,37	12,28	60,64	-
	<b>Яблоко свежее</b>	228	0,91	0,91	22,74	101,23	-
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>653</b>	<b>27,48</b>	<b>13,81</b>	<b>83,39</b>	<b>575,84</b>

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Обед</b>	<b>Закуска порционная (помидоры свежие)</b>	70	0,77	0,14	2,66	14,98	982
	<b>Суп картофельный с фрикадельками</b> (картофель, морковь, лук репчатый, майонез растительное масло)	20/200	6,55	8,53	14,54	161,15	698/1067
	<b>Плов из индейки с овощами</b> (филе индейки, рис, морковь, лук репчатый, майонез растительное масло)	55/210	27,11	22,9	52,35	523,91	1041

Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С)	200	0,57	0		9,57	43,08	611a
Хлеб пшеничный гидроованный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	-
Хлеб ржаной	21	1,38	0,25	8,3	41,07	-	-

Итого за обед:

	806	38,63	32,12	102,72	857,09	-	-
--	-----	-------	-------	--------	--------	---	---

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завушка порционная (помидоры свежие)	110	1,27	0,23	4,38	24,71	98,2	
Суп картофельный с фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль, вода)	20/250	8,03	10,47	17,85	197,77	698/1067	
Плов из индейки с овощами (фасоля нарезка, рис, морковь, лук репч., масло раст., толст. соль, вода)	60/220	28,64	24,19	55,31	553,56	1041	
Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С)	200	0,57	0	9,57	43,08	611a	
Хлеб пшеничный гидроованный	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>924</b>	<b>43,04</b>	<b>13,81</b>	<b>116,33</b>	<b>960,42</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Возрастная категория: 7-11 лет

Колобки «Приморье» (сдобная, крупа рисовая, лук репч., масло раст., соль, сахар)	90	15,66	9,9	5,98	175,68	256	
Картофель отварной (картофель, масло слив., соль, вода)	160	3,3	4,72	21,44	151,31	371	
Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-	-
Груша свежая	158	0,61	0,47	16,27	71,89	-	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>638</b>	<b>21,76</b>	<b>15,54</b>	<b>55,6</b>	<b>458,89</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Возрастная категория: 12 лет и старше

Колобки «Приморье» (сдобная, крупа рисовая, лук репч., масло раст., соль, сахар)	100	15,17	10,57	6,7	195,55	256	
Картофель отварной (картофель, масло слив., соль, вода)	180	3,71	5,36	24,12	190,22	371	
Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,88	-	-

Завтрак

Группа свежая	144	0,57	0,43	14,83	69,52	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>654</b>	<b>21,62</b>	<b>16,76</b>	<b>57,56</b>	<b>516,5</b>	

Возрастная категория: 7-11 лет							
<b>Обед</b>	Пи из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат паста, майонез раст., соль)	10/200	3,63	5,41	6,7	90,0	197998
	Шницель мясной (якно говядина, свинина, хлеб пшени., соль, кот., специи паприка, яйцо, майонез раст.)	90	12,65	20,07	11,81	278,47	1035
	Перловая отварная (герца перловая, майонез раст., соль, вода)	150	4,28	3,87	29,57	169,79	585
	Компот из изюма с витамином С без сахара (изюм, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,1	0,43	17,5	57,3	435
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,34	7,92	39,12	-
	Банан	252	2,27	0,76	31,88	142,88	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>952</b>	<b>26,5</b>	<b>31,14</b>	<b>120,68</b>	<b>851,36</b>		

Возрастная категория: 12 лет и старше							
<b>Обед</b>	Пи из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат паста, майонез раст., соль)	20/250	4,86	7,08	8,62	116,87	107998
	Шницель мясной (якно говядина, свинина, хлеб пшени., соль, кот., специи паприка, яйцо, майонез раст.)	100	13,36	21,62	13,62	302,5	1035
	Перловая отварная (герца перловая, майонез раст., соль, вода)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Компот из изюма с витамином С без сахара (изюм, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	0,1	0,43	17,5	57,3	435
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,34	7,92	39,12	-
	Банан	244	2,2	0,73	30,74	138,35	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>1034</b>	<b>28,27</b>	<b>34,89</b>	<b>124,08</b>	<b>906,48</b>		

Возрастная категория: 7-11 лет						
Закуска порционная (отруды свежие)	70	0,48	0,96	1,5	8,46	982
Котлета Неэзайка (пшеница, молоко, яйцо курица, лук репчат., яйцо, специи паприка, майонез раст., соль, вода)	100	12,3	18,15	13,7	268,13	225070

<b>Завтрак</b>	Рис отварной (фасф. рисовый, мука, масло слив., соль вод.)	180	4,33	5,74		41,73	243,88	552
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С)	200	0,57	0		9,57	43,08	611а
	Хлеб ржаной	27	1,78	0,32		10,69	52,31	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>577</b>	<b>19,66</b>	<b>24,27</b>		<b>79,19</b>	<b>616,38</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

<b>Завтрак</b>	Закуска порционная (огуры свежие)	100	0,8	0,1		2,5	14,1	982
	Копченая курица (говядина, молоко, хлеб пш.выпеч., лук репч., яйцо, сухари пшпр., масло подсолн. рапс.)	100	12,5	18,15		13,7	268,15	2246,770
	Рис отварной (фасф. рисовый, мука, масло слив., соль вод.)	180	4,33	5,74		43,73	243,88	552
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (сухофрукты, витамин С)	200	0,57	0		9,57	43,08	611а
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3		9,9	48,9	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>605</b>	<b>19,85</b>	<b>24,29</b>		<b>79,4</b>	<b>618,11</b>	

Возрастная категория: 7-11 лет

<b>Обед</b>	Закуска порционная (огуры свежие)	60	0,48	0,06		1,5	8,46	982
	Суп картофельный с бобовыми и с фаршем (фарш гов., картошка, морковь, лук репч., соль водич., масло растит.)	20/200	8,64	7,45		14,61	160,08	157998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсолн., толок. мука пшч., соль водич.) 50/70	120	14,26	16,68		5,46	228,95	675
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (фасф. гречневая, масло сливочное, соль вод.)	150	6,2	4,74		37,98	215,36	632
	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	0,22	0,05		0,14	1,94	661а
	Хлеб пшеничный выпеченный	28	2,1	0,38		14,28	68,04	-
	<b>Итого за обед:</b>		<b>782</b>	<b>31,9</b>	<b>29,26</b>		<b>73,99</b>	<b>682,83</b>

Возрастная категория: 12 лет и старше

<b>Обед</b>	Закуска порционная (огуры свежие)	100	0,8	0,1		2,5	14,1	982
	Суп картофельный с бобовыми и с фаршем (фарш гов., картошка, морковь, лук репч., соль водич., масло растит.)	25/250	10,8	9,31		18,28	210,1	157998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсолн., толок. мука пшч., соль водич.) 50/70	120	14,26	16,68		5,46	228,95	675
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (фасф. гречневая, масло сливочное, соль вод.)	180	7,43	5,68		43,38	265,23	632
	Чай с лимоном без сахара (чай, лимон)	200/4	0,22	0,05		0,14	1,94	661а
	Хлеб пшеничный выпеченный	24	1,87	0,34		12,71	58,32	-
	<b>Итого за обед:</b>		<b>950</b>	<b>35,38</b>	<b>32,06</b>		<b>84,67</b>	<b>778,64</b>

Среднее значение за период по завтракам 7-11 лет

19,766	16,019	63,99	483,007
--------	--------	-------	---------

Среднее значение за период по обедам 7-11 лет	24,993	24,8081	89,607	668,036	
Среднее значение за период по завтракам 12 лет и старше	18,572	15,524	63,077	537,465	
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше	28,21888889	27,875	91,604	806,2733333	