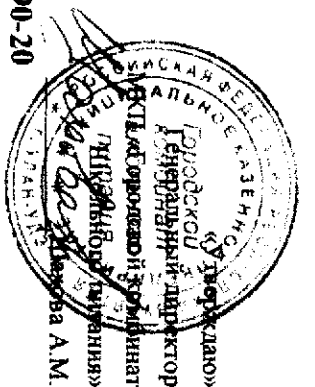


Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20



Прем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль калипр.)	200/200	4,17	6,12	11,46	117,58	1000-998
	Котлета домашняя с соусом (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сушари, соль мол., масло раст., масло слив.) 90/30	120	12,32	20,51	11,16	279,31	2466
	Пюре овощное (картофель, морковь, морковь, масло слив., соль мол.)	180	3,38	7,04	22,36	167,12	567
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный калибровальный	25	1,88	0,23	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	10,3	50,86	-
	Убтожо свежее	169	0,68	0,68	16,36	75,04	-
Итого за обед:	940	24,76	34,98	81,16	729,61		
Полдник	Бисквит лимонный (мука, яйцо, масло слив., сахар, соль мол., молоко)	100	5,21	11,88	51,2	288,21	328
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0	0	9,08	36,32	663
	1 штука свежая	172	0,69	0,32	12,72	78,26	368
Итого за полдник:	472	5,9	12,4	78	402,79		
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль калипр.)	300/250	5,31	7,79	14,99	149,65	1000-998	

Обед	Котлета домашняя с соусом (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйца, сухари, соль йод., масло раст., масло слив.) 90/30	120	12,52	20,51	11,16	279,31	2464
	Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	200	3,97	7,83	24,84	185,69	867
	Напиток из лимонника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	0,21	0,07	13,13	59,99	667
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Блок с хлебом свежес	183	0,73	0,73	17,93	81,25	-
Итого за обед:		1043	26,97	37,59	108,83	881,47	
Полдник	Бисквит лимонный (мука, яйцо, масло слив., сахар, соль йод., молоко)	120	5,21	11,88	51,2	345,85	328
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Группа свежая	165	0,66	0,5	17	75,08	368
Итого за полдник:		485	5,87	12,38	77,28	457,25	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	25/200	4,47	8,2	13,3	144,83	17
	Терфели вариант с соусом крас. основой (говядина, лук, хлеб, мука, соль, масло подсолн., вода) 85/30.	115	8,2	10,01	11,54	169,1	193
	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	170	5,25	4,78	40,3	225,24	310
	Компот из кураги с витамином С (курага, вода, сахар, лимонная к-та, аскорбиновая к-та)	200	0,99	0,06	18,36	71,94	669
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	

	Хлеб ржаной	28	1,85	0,34	11,09	54,77	-
Итого за обед:		828	23,49	23,75	111,39	753,24	
	Кухляк с мясо-капустным фаршем (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, фарш мясо-капустный)	100	12,08	11,8	29,18	271,24	790
Полдник	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Мандарины	150	1,2	0,3	11,25	52,5	-
Итого за полдник:		450	14,64	13,51	42,57	350,43	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Уха Рыбцага (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сахар)	30/250	5,56	10,2	16,55	180,24	17
Обед	Терпегги I вариант с соусом крас. основн (говядина, лук, хлеб, мука, соль, масло подсолн., вода) 85/30.	115	8,2	10,01	11,54	169,1	193
	Гарнир Забана (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	190	5,86	5,35	45,04	251,74	310
	Напиток с витаминизи «Витолка» (смесь сухая (Витолка, вода.)	200	0	0	19,4	77,6	1014
	Хлеб пшеничный подорожанный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
Итого за обед:		940	24,32	26,26	120,23	814,58	
	Кухляк с мясо-капустным фаршем (мука, сахар-песок, масло сл., яйцо, дрожжи, фарш мясо-капустный)	100	12,08	11,8	29,18	271,24	790
Полдник	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Мандарины	195	1,56	0,39	14,63	68,25	-
Итого за полдник:		495	15	13,6	45,95	366,18	
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Закуска порционированная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982

Обед	Рассолник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн. отщипы, соев. соль, вод.)	15/200	4,09	5,79	13,31	121,69	167,998
	Гуляш мясной (говядина, соль, масло) 50/50	100	11,7	12,47	3,59	173,43	550
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
	Компот из яблок с витамином С (яблок, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода.)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный выпеченный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	27	1,78	0,32	10,69	52,81	-
Итого за обед:	782	26	23,5	98,03	707,63		
Полдник	Рогалик Сахарный (мука пш., яйца, сахар, масло сл., соль кон.)	80	9,27	11,77	25,11	243,45	103
	Молоко питьевое в плу	1/200	0,19	0,04	0,03	1,33	100,9
Итого за полдник:	280	9,46	11,81	25,14	244,78		
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Закуска нормированная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Рассолник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн., отщипы соев. соль, вод.)	20/250	5,13	7,27	16,72	152,82	167,998
	Гуляш мясной (говядина, соль, масло) 50/50	100	11,7	12,47	3,59	173,43	550
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307
	Компот из яблок с витамином С (яблок, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода.)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный выпеченный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
Итого за обед:	897	27,88	25,76	105,02	763,42		
Полдник	Рогалик Сахарный (мука пш., яйца, сахар, масло сл., соль кон.)	100	7,73	23,33	55,65	463,55	385

Молоко питьевое в г/л	1/200	6	6,4	9,4	120	
Итого за полдник:	300	13,73	29,73	65,05	583,55	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционная (отруди свежие)	70	0,56	0,07	1,75	9,87	982
	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., томатина)	20/200	8,64	7,45	14,63	160,08	157/998
	Кюфта по-Московски с соусом красным (говядина, лук, яйцо, крупа рисовая, вода, мука, соль, томатная паста.) 75/30	105	14,86	15,83	8,35	235,31	209
	Перловая отварная (крупа перловая, масло слив., соль, колдр.)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота, аскорб. кислоты)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	Хлеб пшеничный водороданный	31	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Итого за обед:	806	33,22	27,85	101,54	789,54	
	Ромовая баба (БХП)	100	5,5	9	60	340	
	Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
Лук репч. свежая	150	0,6	0,45	15,45	68,25	368	
Итого за полдник:	450	6,29	9,49	75,48	409,58		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Закуска порционная (отруди свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., говядина)	30/250	10,99	9,48	18,61	203,74	157/998
	Кюфта по-Московски с соусом красным (говядина, лук, яйцо, крупа рисовая, вода, мука, соль, томатная паста.) 75/30	105	14,86	15,83	8,35	235,31	209
Перловая отварная (крупа перловая, вода, соль, масло сливочное.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585	

	Компот из сухофруктов с вкл. С. (смесь сухофруктов, сахар, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а	
	Хлеб пшеничный колдованный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-	
Итого за обед:		885	33,85	30,2	94,69	785,97		
	Роковая баба (БХП)	100	5,5	9	60	340		
	Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009	
	Груша свежая	185	0,74	0,56	19,06	84,18	-	
Итого за полдник:		485	6,43	9,6	79,09	425,51		
Возрастная категория: 7-11 лет								
Возрастная категория: 7-11 лет								
	ЦУЛО - уваренка из свежей капусты с фаршем (фарш гов., капуста перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн. солт. йодиро. растит. жиром)	15/200	4,63	6,26	5,46	96,67	154/998	
	Хлебцы рыбные с соусом белым (горбуша, хлеб пшен, молоко, соль йодир., яйцо, масло раст., соус.) 80/20	100	13,2	7,79	6,07	147,19	743/979	
	Рис отварной (рис, вода, соль йод.)	150	3,6	4,78	36,44	203,23	552	
Обед	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663	
	Хлеб пшеничный колдованный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-	
	Груша свежая	141	0,56	0,42	14,52	64,16	368	
Итого за обед:		866	26,22	19,91	98,75	679,15	-	
	Козарок (кварацх) (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл.)	70	6,75	9,73	38,74	269,51	696	
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
	Банан	224	2,02	0,67	28,22	127,01		
Итого за полдник:		494	8,35	11,55	42,37	423,21		
Возрастная категория: 12 лет и старше								

Обед	Пиццо - уральский из свежей капусты с фаршем (фарш гов., крупа перловая, лук репч., морковь, капуста св., масло подсолн., соль йодир., томат. паста)	20/250	5,82	7,86	6,86	121,4	154/998	
	Хлебцы рыбные с соусом белым (горбуша, хлеб пшен, молоко, соль йодир., яйцо, масло раст., соус.) 90/20	110	14,52	8,57	6,68	161,91	743/979	
	Рис отварной (рис, вода, соль йодир.)	180	4,33	5,74	43,73	243,88	552	
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663	
	Хлеб пшеничный водированный	36	2,7	0,36	18,36	87,48	-	
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	68,46	-	
	Груша свежая	140	0,56	0,42	14,42	63,7	368	
	Итого за обед:	971	30,24	23,37	112,99	783,15	-	
	Поддник	Кокорек «Мальши» (мука, сахар-песок, дрожжи, яйцо, масло сл.)	70	6,75	9,73	38,74	269,51	696
		Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Банан		259	2,33	0,78	32,63	146,85	-	
Итого за поддник:		529	10,44	11,92	73,51	443,05	-	
Возрастная категория: 7-11 лет								
Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, свекла, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/200	1,97	5,77	10,81	111,07	165/998	
	Котлета Мясная с маслом (индейка, свинина, манка, хлеб пш, молоко, лук репч., сырари пашп., масло раст., масло сл.) 90/5	95	14,2	14,23	9,4	222,47	2514	
	Пюре картофельное (картофель, молоко 1,2%, масло слив, соль, йод.)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371	
	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	6694	
	Хлеб пшеничный водированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-	
	Яблоко свежее	167	0,67	0,67	16,37	74,15	-	
Итого за обед:	843	27,77	26,75	106,24	698,86	-		

Полдник	Булочка с повидлом обсыпанная (мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. соль йодир., повидло)	75	5,05	8,93	42,04	268,73	340
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Банан	250	2,25	0,75	31,5	141,75	-
Итого за полдник:		526	8,66	11,09	75,68	437,17	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, свекла, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	30/250	5,05	7,34	13,76	141,36	165/998
	Котлета Мечта с маслом (минтай, свинина, манка, хлеб пш. молоко, лук репч., сухари панир., масло раст., масло слив.) 90/10	100	14,95	14,98	9,89	234,18	251а
	Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло слив., соль йод.)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	Компот из кураги с виг С (курага, сахар, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669а
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,88	-
	Йогурт свежий	165	0,66	0,66	16,17	73,26	-
Итого за обед:		1000	29,59	29,06	109,48	817,91	

Полдник	Булочка с повидлом обсыпанная (мука, сахар-песок, дрожжи, масло сл. соль йодир., повидло)	75	5,05	8,93	42,04	268,73	340
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Банан	285	2,57	0,86	35,91	161,6	-
Итого за полдник:		560	8,98	11,2	80,09	457,02	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционная (помидоры свежие)	70	0,77	0,14	2,66	14,98	982
	Суп картофельный с фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль йод.)	20/200	6,55	8,53	14,54	161,15	698/1067
	Плов из индейки с овощами (филе индейки, рис, морковь, лук репч., масло раст., томат. соль йод.)	55/210	27,11	22,9	52,35	523,91	1041
	Компот из сухофруктов с виг С (сахар, сухофрукты, сахар, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611в
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
Хлеб ржаной	19	1,25	0,23	7,52	37,16	-	
Итого за обед:		814	37,75	32	106,82	866,28	

Полдник	Пирожки печеные с мясом, луком (мука, сахар-песок, масло сл. яйцо, говядина - лук репчат., масло раст., соль, йогурт)	100	13,8	12,16	36,89	312,21	60
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	-
	Мандарины	150	1,2	0,3	11,25	52,5	-
Итого за полдник:		330	15,04	12,46	57,33	401,63	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Закуска порционная (помидоры свежие)	105	1,1	0,2	3,8	21,4	982
	Суп картофельный с фрикадельками (фрикадельки мясные, картофель, морковь, лук репчат., масло раст., соль йод.)	20/250	5,05	7,34	13,76	141,36	165/998
	Пилов из индейки с овощами (филе индейки, рис, морковь, лук реп., масло раст., томат, соль йод.)	60/220	11,6	17,92	13,92	263,34	1042/370
	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар, лимон, кислота, агар-агар, кислота)	200	7,43	5,69	45,58	263,23	632
	Хлеб пшеничный йодированный	34	0,57	0	19,55	80,48	6114
	Хлеб ржаной	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-

Итого за обед:

		910	28	31,45	111,91	842,71	
--	--	------------	-----------	--------------	---------------	---------------	--

Полдник	Пирожки печеные с маслом, луком (мука, сахар-песок, масло сл. яйцо, говядина, лук репчат., масло раст., соль йогурт)	100	13,8	12,16	36,89	312,21	60
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	-
	Мандарины	195	1,56	0,39	14,63	68,25	-
Итого за полдник:		350	15,4	12,55	60,71	417,38	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат паста, масло раст., соль йод.)	10/200	3,63	5,51	6,7	90,9	197/998	
	Шницель мясной с соусом красным (мясо говядина, свинина, хлеб пшенич., соль йод., соус репчат. яйцо, масло раст., соус красный осл.) 90/30	120	12,91	21,19	13,58	296,67	1055	
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йогурт)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585	
	Компот из яблок с вит С (яблоко, сахар, аскорбиновая кислота, лимонная кислота)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
	Банан	236	2,12	0,71	29,74	133,81	-	
	Итого за обед:		889	26,61	32,21	123,87	891,7	

Полдник	Роталик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	60	5,8	17,5	41,74	347,66	385
	Молоко питьевое	180	4,81	4,32	8,46	91,94	106
	Яблоко	133	0,53	0,53	13,09	59,05	
Итого за полдник:		356	11,14	22,35	63,23	498,65	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Пи из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат паста, масло раст., соль код.)	20/250	4,66	7,08	8,62	116,87	197/998
	Пшеница мясной с соусом красным (мясо говядины, свинина, хлеб пшени., соль код., сахар пшени. дробл., масло раст., соус красный орег.) 90/30	120	12,91	21,19	13,58	296,67	1055
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль кодир.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Компот из кизила с вит С (кизил, сахар, аскорбиновая кислота, лимонная кислота)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный модифицированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Банан	258	2,32	0,77	32,51	146,29	
	Итого за обед:	1001	27,94	34,5	129,37	939,8	

Полдник	Роталик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	60	5,8	17,5	41,74	347,66	385
	Молоко питьевое	200	5,34	4,8	9,4	102,16	106
	Яблоко	167	0,67	0,67	16,37	74,15	
Итого за полдник:		406	11,81	22,97	67,51	523,97	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8,46	982
	Суп картофельный с бобовыми и с фаршем (фарш гов., картофель, горох, морковь, лук репчат., соль кодир., масло раст.)	20/200	8,64	7,45	14,63	160,08	137/998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репчат., масло подсолн., томат. мука пшенич., соль кодир.) 50/70	120	14,26	16,68	5,46	228,95	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль код.)	160	5,78	4,34	33,92	197,81	307
	Чай с лимонном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431

	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	23	1,52	0,28	9,11	44,99	-
Итого за обед:		804	32,97	29,11	89,11	750,11	
	Лепешка индийской (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат. паста, филе индейки, капуста, лук репчат.)	80	12,68	8,88	24,39	228,2	92
Полдник							
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Мандарины	170	1,36	0,34	12,75	59,5	-
Итого за полдник:		450	14,04	9,22	46,22	324,02	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Закуска порционная (отруцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп картофельный с бобовыми и с фаршем (фарш гов., картошка, горох, морковь, лук репчат., соль йодир., масло растит.)	25/250	10,8	9,31	18,28	200,1	157998
	Мясоед тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репчат., масло подсол., томат. мякоть пшеч., соль йодир.) 50/70	120	14,26	16,68	5,46	228,95	675
Обед							
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	200	7,22	5,42	42,4	247,26	307
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
Итого за обед:		917	36,72	32,07	100,99	839,41	
	Лепешка индийской (мука, сахар-песок, масло подсол., яйцо, дрожжи, сыр Российский, сметана, томат. паста, филе индейки, капуста, лук репчат.)	100	15,85	11,1	30,49	285,25	92
Полдник							
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Мандарины	170	1,1	0,28	10,35	48,3	-
Итого за полдник:		470	16,95	11,38	49,92	369,87	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Суп ячневый-домашняя с фаршем (говядина, лепешка болтон., лук репчат., морковь, масло растит., соль йодир.)	25/200	3,81	5,8	10,73	110,33	694998

Обед	Котлета Нежарка с соусом крас. осн (говядина, свиная, молоко, хлеб пш.белозр., лук репч., яйцо, сушари панир., масло подсол. соль йодир.) 80/30	110	12,5	18,15	13,7	268,15	2254,370	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	6,2	4,74	37,98	219,36	632	
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667	
	Хлеб пшеничный водированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
	Мандарин	131	1,05	0,26	9,83	45,85	-	
Итого за обед:	848	26,59	29,46	103,49	785,4	-		
Полдник	Паночка "Эстонская" с сырком (песто сливочное дрожжевое, сыр, масло слив.)	65	7,49	10,23	24,43	219,72	328	
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663	
	Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	-	
	Итого за полдник:	365	8,35	11,55	42,37	336,24	-	
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Обед	Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Ролтон., лук репч., морковь, масло растит. соль йодир.)	30/250	4,47	7,21	13,36	137,3	694/998	
	Котлета Нежарка с соусом крас. осн (говядина, свиная, молоко, хлеб пш.белозр., лук репч., яйцо, сушари панир., масло подсол. соль йодир.) 80/30	110	12,5	18,15	13,7	268,15	2254,370	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	200	8,26	6,32	50,64	292,48	632	
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667	
	Хлеб пшеничный водированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Хлеб ржаной	30	2,05	0,37	12,28	60,64	-	
	Мандарин	158	1,26	0,32	11,85	55,3	-	
	Итого за обед:	949	31	32,74	130,26	940,76	-	
	Полдник	Паночка "Эстонская" с сырком (песто сливочное дрожжевое, сыр, масло слив.)	80	9,22	12,59	30,07	270,42	328
		Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
Десерт фруктовый		1/100	0,6	0,2	19	80,2	-	
Итого за полдник:	380	9,82	12,79	58,15	386,94	-		
Среднее значение за период по обедам 7-11 лет								
Среднее значение за период по полдникам 7-11 лет		551,7	18,127	17,617	68,9	497,962	-	
Среднее значение за период по полдникам 7-11 лет		304	5,785	7,323	34,736	238,142	-	

Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше	678,9	20,382	21,378	80,474	595,942	
Среднее значение за период по полдникам 12 лет и ста	419	10,632	13,698	61,638	413,452	