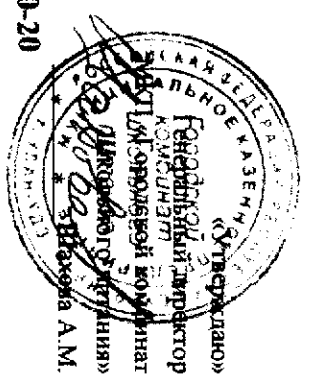


**Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20**



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

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Фрикаделька из индейки с соусом красным (филе индейки, хлеб пш. дук речы, соль, кол. молоко, соус кр.) 80/30	110	16,2	2,61	9,88	127,81	978
	Паровар каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль кол.)	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 пшеничный rollsированный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>577</b>	<b>27,61</b>	<b>19,43</b>	<b>94,84</b>	<b>602,73</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Блюдо	192	0,77	0,77	18,82	85,25	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>192</b>	<b>0,77</b>	<b>0,77</b>	<b>18,82</b>	<b>85,25</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Фрикаделька из индейки с соусом красным (филе индейки, хлеб пш. дук речы, соль кол. молоко, соус кр.) 80/30	110	16,2	2,61	9,88	127,81	978
	Паровар каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль кол.)	200	4,52	5,48	27,56	177,64	676
	Чай с молоком (чай, молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Хлеб пшеничный rollsированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>630</b>	<b>28,79</b>	<b>21,58</b>	<b>100,98</b>	<b>668,95</b>	<b>328</b>

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	30/250	5,31	7,79	14,59	149,65	1000/998
Котлета домашняя с соусом. (говядина, свинина, хлеб, лук реп., яйцо, сухари, соль йод., масло раст., масло слив) 90/30	120	12,52	20,51	11,16	279,31	246а
Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль йод.)	200	3,97	7,83	24,84	185,69	867
Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Яблоко свежее	170	0,68	0,68	16,66	75,48	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>1030</b>	<b>26,92</b>	<b>37,54</b>	<b>107,56</b>	<b>875,7</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко, сахар, соль йод., масло слив.)	100/10	3,61	4,57	18,85	130,95	898а
Пудинг из творога со ступенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, яйцо, масло слив., сметана, крупа манная, соль йодир., молоко ступ.)	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 заменный (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
Макарон	125	1	0,25	9,38	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: 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 пшеница с маслом (крупа пшеница, молоко, сахар, соль вод., масло слив.)	120/10	4,27	5,4	22,27	154,76	898а
Пудинг из творога со сухим молоком (творог, сахар-песок, ваниль, яйцо, масло слив., сметана, крупа манная, соль водир., молоко ступ.)	90/30	16,11	11,98	34,39	309,85	183
Кофейный напиток злаковый (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	-
Макарон	164	1,31	0,33	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: 12 лет и старше**

Закуска порционная (отурда свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
Уха Рыбачка (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	30/250	5,56	10,2	16,55	180,24	17
Тфрегли I вариант с соусом крас. основы (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 вод.)	190	5,86	5,35	45,04	251,74	310
Напиток с витаминами «Витолка» (смесь сухая «Витолка, вода)	200	0	0	19,4	77,6	1014
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>940</b>	<b>24,32</b>	<b>26,26</b>	<b>120,23</b>	<b>814,58</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Биточки рыбные по-домашнему с маслом (филе минтая, крупа рисовая, лук, сухарь панировочный, яйцо, соль, масло сливочное.)90/10	100	15,83	8,38	9,01	174,73	1046
--	-----	-------	------	------	--------	------

<b>Завтрак</b>	Пюре картофеля (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	150	3,09	4,47	20,1	132,99	371
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный подорожаный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Груша свежая	149	0,6	0,45	15,35	67,8	368
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>624</b>	<b>21,61</b>	<b>13,62</b>	<b>70,34</b>	<b>490,26</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Мандарины	171	1,1	0,28	10,35	48,3	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>171</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>	Биточки рыбные по-домашнему с маслом (филе минтая, крупа рисовая, лук, сахар, панировочный, яйцо, соль, масло сливочное.) 90/10	100	15,83	8,38	9,01	174,73	1046
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон, вода)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667
	Хлеб пшеничный подорожаный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Груша свежая	167	0,67	0,5	17,2	75,99	368
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>743</b>	<b>22,67</b>	<b>14,61</b>	<b>78,76</b>	<b>537,2</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Завсужа 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 пасто, масло подсолн., отруби соевые, соль, вода)	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 (ябло, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода.)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435

	Хлеб пшеничный колдованный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>897</b>	<b>27,88</b>	<b>25,76</b>	<b>105,02</b>	<b>763,42</b>	
<b>Итого за обед:</b>		<b>940</b>	<b>54,66</b>	<b>51,32</b>	<b>206,24</b>	<b>1505,44</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
	Закуска порционированная (помидоры свежие)	90	4,64	5,3	0	69,66	982
	Фрикадельки Удские с соусом красным (говядина, масло растит., лук репч., молоко, соль колор., яйцо, соус кр ови) 75/30	105	13,65	20,4	8,35	261,6	209
<b>Завтрак</b>	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль витаминизированная, масло сливочное, вода)	150	3,62	4,38	22,05	131,11	676
	Кисель детский «Витощка» (вода, кисель, Витощка.)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный колдованный	25	2,33	0,31	14,81	65,33	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>570</b>	<b>19,7</b>	<b>25,52</b>	<b>66,27</b>	<b>616,21</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Второй завтрак</b>	Яблоко	192	0,82	0,82	20,19	91,46	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>192</b>	<b>0,82</b>	<b>0,82</b>	<b>20,19</b>	<b>91,46</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
	Закуска порционированная (помидоры свежие)	110	1,21	0,22	4,18	23,54	982
	Фрикадельки Удские с соусом красным (говядина, масло растит., лук репч., молоко, соль колор., яйцо, соус кр ови) 75/30	105	13,88	11,76	7,06	189,6	1038
<b>Завтрак</b>	Гарнир пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль витаминизированная, масло сливочное, вода)	180	4,72	5,27	26,23	171,23	843
	Кисель детский «Витощка» (вода, кисель, Витощка.)	200	0	0	21,39	85,56	902
	Хлеб пшеничный колдованный	27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
<b>Итого за завтрак</b>		<b>622</b>	<b>20,63</b>	<b>17,3</b>	<b>68,45</b>	<b>535,54</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							

<b>Обед</b>	Закуска порционная (отрушка свежее)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп картофельный с бобовыми, с фаршем (картофель, горох, морковь, лук репчат., масло раст., говядина)	30/250	10,99	9,48	18,61	203,74	1577998
	Каша пш.-Мюслиевская с соусом апельсиновым (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 ниг С. (смесь сухофруктов, сахар, лимон кислота, ароматизатор)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>885</b>	<b>33,85</b>	<b>30,2</b>	<b>94,69</b>	<b>785,97</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	5,31	4,48	35,01	201,58	623
	Бутерброд с сыром (хлеб, сыр.)	15/31	5,26	3,75	17,6	125,04	868
	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
Банан	263	2,37	0,79	33,14	149,12	-	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>704</b>	<b>19,84</b>	<b>15,29</b>	<b>99,25</b>	<b>613,77</b>	-	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Груша свежая	138	0,55	0,41	14,21	62,79	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>138</b>	<b>0,55</b>	<b>0,41</b>	<b>14,21</b>	<b>62,79</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Второй завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша молочная кукурузная с маслом (крупа кукурузная, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	190/10	6,85	5,78	45,18	260,1	623

<b>Завтрак</b>	Бутерброд с сыром (хлеб, сыр.)	15/30	5,14	3,66	17,21	122,32	868
	Какао-напиток (какао порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Банан	253	2,28	0,76	31,88	143,45	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>738</b>	<b>21,17</b>	<b>16,47</b>	<b>107,77</b>	<b>663,9</b>	<b>-</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Ци по - Уральски 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
	Хлебца рыбные с соусом белым (тунбуца, хлеб пшени, 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 поджаренный	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
<b>Итого за обед:</b>	<b>971</b>	<b>30,24</b>	<b>23,37</b>	<b>112,99</b>	<b>783,15</b>	<b>-</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Виточки рубленные из курицы с маслом (филе куриное, хлеб, сыр, соль, вод, масло раст., масло сл.) 90/10	100	17,27	11,38	14,81	230,74	973/370
	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 поджаренный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Банан	238	2,14	0,71	29,99	124,95	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>685</b>	<b>25,19</b>	<b>16,12</b>	<b>93,65</b>	<b>610,4</b>	<b>-</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Второй завтрак</b>	Яблоко	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>	<b>-</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Биточки рубленые из курицы с маслом (филе куриное, хлеб, сухари, соль, жол. масло раст., масло сл.) 90/10	100	17,27	11,38	14,81	230,74	973,970
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль, колдр.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Банан	265	2,39	0,8	33,39	150,26	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>748</b>	<b>26,29</b>	<b>16,97</b>	<b>102,96</b>	<b>669,66</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Борщ из свежей капусты с картофелем, с фаршем (говядина, картофель, капуста, свекла, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль, кол.)	30/250	5,05	7,34	13,76	141,36	165,998
	Котлета Мечта с маслом (минтай, свиная мякоть, хлеб пш., молоко, лук репч., сухари панир., масло растит., масло сл.) 90/10	100	14,95	14,98	9,89	234,18	251a
	Пюре картофельное(картофель,молоко 3,2%,масло слив,соль,кол.)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон кислота, ваниль, ингибитор)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669a
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	Яблоко свежее	165	0,66	0,66	16,17	73,26	-
	<b>Итого за обед:</b>	<b>1000</b>	<b>29,59</b>	<b>29,06</b>	<b>109,48</b>	<b>817,91</b>	

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Запеканка творожная с рисом со ступченным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа рисовая, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметана, ступченое молоко)	160/30	22,06	10,61	53,29	396,88	187
	Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Яблоко свежее	188	0,75	0,75	18,42	83,47	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>524</b>	<b>26,27</b>	<b>12,75</b>	<b>97,58</b>	<b>610,18</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>30</b>	<b>1,4</b>	<b>0,4</b>	<b>22,8</b>	<b>100,4</b>		



**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Запеканка творожная с рисом со ступенным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа рисовая, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметана, ступенное молоко)	180/30	7,9	20,28	36,26	359,16	172
	Кофейный напиток злаковый (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Яблоко свежее	182	2,7	0,36	18,86	87,48	-
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>564</b>	<b>13,48</b>	<b>24,75</b>	<b>68,61</b>	<b>549,11</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	105	1,16	0,21	3,99	22,47	982
	Суп картофельный с фрикадельками (фрикадельки говяж., картофель, морковь, лук реп., масло раст., соль-кпл.)	20/250	8,03	10,47	17,85	197,77	698/1067
	Плов из индейки с овощами (филе индейки, рис, морковь, лук реп., масло раст., томат, соль-кпл.)	60/220	28,64	24,19	55,31	553,56	1041
	Компот из сухофруктов с янт С (смесь сухофруктов, сахар, лимонкислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	6118
	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>910</b>	<b>42,93</b>	<b>35,57</b>	<b>125,92</b>	<b>995,58</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Колобки «Приморье» с соусом белым (горбуша, крупа рисовая, лук реп., масло раст., соль-кпл., соус белый) 80/30	110	14,51	10,11	6,41	174,61	256
	Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло слив.солн.кпл.)	150	1,09	4,47	20,1	132,99	371
	Чай черный (чай, вода)	200	0,19	0,04	0,03	1,33	1009
	Хлеб пшеничный йодированный	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-
	Рогалик сахарный (яйца, масло слив., яйцо сахар-песок, сода, соль-кпл.)	60	5,8	17,5	41,74	247,66	385
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>568</b>	<b>25,39</b>	<b>32,36</b>	<b>80,52</b>	<b>614,91</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Второй завтрак</b>	Яблоко	206	0,82	0,82	20,19	91,46	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>171</b>	<b>0,82</b>	<b>0,82</b>	<b>20,19</b>	<b>91,46</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

*075 - 2011*

<b>Завтрак</b>	Колобки «Приморье» с соусом белым (горбуша, крупа рисовая, лук, перец, масло раст. соль йодид, соевый белок) 80/30	115	15,57	13,37	10,92	226,32	2518
	Пюре картофельное (картофель, молоко 1,2%, масло слив. сол. йод.)	180	4,74	6,85	30,82	203,92	371
	Чай черный (чай, вода)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	6694
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,8	0,24	12,24	58,32	-
	Рогалик сахарный (мука, масло сл., яйцо, сахар-песок, сода, соль йод.)	60	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>	Ши из свежей капусты с картофелем и фаршем (говядина, лук, морковь, чеснок, майонез) 80/30	20/250	4,66	7,08	8,62	116,87	197/98
	Шницель мясной с соусом красным (мясо говядина, свинина, хлеб пшени., соль йод., сахар пшенир., яйцо, масло раст. соевый белок, лук) 90/30	120	12,91	21,19	13,58	296,67	1055
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодид)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585
	Компот из яблок с вит С (яблоко, сахар декорированная кислота, лимонная кислота)	200	0,1	0,43	21,06	88,51	435
	Хлеб пшеничный йодированный	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	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>1001</b>	<b>27,94</b>	<b>34,5</b>	<b>129,37</b>	<b>939,8</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Завтрак</b>	Пудинг из говядины с соусом красным основ. (говядина, яйцо, молоко, соль йод., масло слив. соевый белок) 75/30	105	16,2	16,78	2,45	211,31	804/370
	Рис отварной (крупа рисовая, крупа, масло слив., соль йод.)	200	4,81	6,38	48,59	270,98	552
	Компот из сухофруктов с вит С (ягоды сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	6114
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>650</b>	<b>7,41</b>	<b>6,65</b>	<b>81,91</b>	<b>616,29</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Второй завтрак</b>	Мармелад желтый	30	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**

	Пудинг из говядины с соусом красным основ. (говядина, яйцо, молоко, соль, йод., масло слив, соус кресс.) 80/40	120	18,28	4,74	14,09	172,16	973,870
	Рис отварной (крупа рисовая, крупа, масло слив., соль йод.)	200	4,52	5,48	27,56	177,64	676
	Компот из сухофруктов с вит С (ягоды сухофруктов, сахар, лимонная кислота, аскорб. кислота)	200	0	0	19,4	77,6	1014
<b>Завтрак</b>	Хлеб пшеничный поджаренный	31	2,33	0,31	13,81	75,33	-
<b>Итого за завтрак</b>		<b>719</b>	<b>6,85</b>	<b>5,79</b>	<b>62,77</b>	<b>502,73</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
	Завука порционная (огурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп картофельный с бобовыми и с фаршем (фарш гов., картофель, горошек/морковь, лук репч., соль йодир., овощи растит.)	25/250	10,8	9,31	18,28	200,1	157/998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репч., масло подсол., томат, мука пшеч., соль йодир.) 50/70	120	14,26	16,68	5,46	228,95	675
<b>Обед</b>	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 поджаренный	26	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>917</b>	<b>36,72</b>	<b>32,07</b>	<b>100,99</b>	<b>839,41</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
	Ябло вареное перепелное	1 шт.	1,64	1,47	0,09	20,15	776/01
	Каша молочная овсяная Гречулис с маслом (крупа гречулисовая, молоко, сахар-песок., соль йод., масло слив.)	150/5	5,88	6,58	25,18	183,46	898a
<b>Завтрак</b>	Брускетт с сыром и маслом (сыр Российский, масло сл, хлеб пшен. йод.)	17/10/30	7,35	12,5	13,66	196,57	893
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Десерт фруктовый	1/100	0,6	0,2	19	80,2	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>676</b>	<b>17,29</b>	<b>22,42</b>	<b>71,15</b>	<b>555,57</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<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>	

Возрастная категория: 12 лет и старше									
		1 шт.	1,64	1,47	0,09	20,15	776/01		
Яйцо вареное перепелиное									
Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок, соль вод., масло слив.)		190/10	7,59	8,49	32,49	236,72	898a		
Бутерброд с сыром и маслом (сыр Российский, масло сл, хлеб пшени. мол)		16,10,1931	7,35	12,5	13,66	196,57	893		
Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)		200	1,82	1,67	13,22	75,19	986		
Десерт фруктовый		1/100	0,6	0,2	19	80,2			
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>715</b>	<b>19</b>	<b>24,33</b>	<b>78,46</b>	<b>608,83</b>	<b>-</b>		
Возрастная категория: 12 лет и старше									
Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Ролтон, лук репч., морковь, масло растит., соль кипир)		30/250	4,47	7,21	13,36	137,3	694/998		
Котлета Нежная с соусом крас. осн (говядина, свинина, молоко, хлеб пш. кипир., лук репч., яйцо, сушен. панир, масло подсолн. кипир.) 80/30		110	12,5	18,15	13,7	268,15	225a/370		
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль вод.)		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 йодированный		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	-		
<b>Итого за обед:</b>		<b>949</b>	<b>31</b>	<b>32,74</b>	<b>130,26</b>	<b>940,76</b>	<b>-</b>		
<b>Среднее значение за период по завтракам 7-11 лет</b>		<b>#ЗНАЧ</b>	<b>12,601</b>	<b>10,706</b>	<b>52,171</b>	<b>342,49</b>			
<b>Среднее значение за период по вторым завтракам 7-11 лет</b>		<b>#ЗНАЧ</b>	<b>0,795</b>	<b>0,478</b>	<b>15,203</b>	<b>68,307</b>			
<b>Среднее значение за период по завтракам 12 лет и старше</b>		<b>369,1</b>	<b>11,529</b>	<b>9,931</b>	<b>48,653</b>	<b>327,807</b>			
<b>Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше</b>		<b>779,7</b>	<b>28,582</b>	<b>28,372</b>	<b>102,883</b>	<b>781,317</b>			