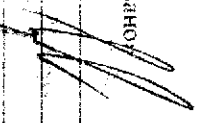


«Степанович»  
 Директор



06 февраля 2023 г.

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

«Утверждено»  
 Генеральный директор  
 МКБ «Оролеводкомпания»  
 «Ильинское отделение»  
 Шахова А.М.

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

**Возрастная категория: 7-11 лет**

	(Учтены: Кочиния с фаршем (фарш гов. - 100г, морковь репчатая, лук репчатый, майонез, раст. и слив. масло)	15,206	3,64	5,31	10,26	113,42	692,08
	Виточки рыбные с соусом белым густым (рыба филе, морковь, лук репчатый, сметана, раст. масло)	110	13,32	3,38	13,7	127,05	476,979
<b>Обед</b>	Пюре картофельное (картофель, морковь, лук репчатый, сметана)	180	3,09	4,47	20,1	111,99	371
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200,4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный бездрожжевой	20	1,4	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	21	1,39	0,25	8,12	41,08	-
	Булочка	218	1,06	0,65	27,47	123,61	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>938</b>	<b>27,19</b>	<b>16,46</b>	<b>101,24</b>	<b>671,85</b>	
	Каша гречневая с маслом сливочным (каша гречневая, масло сливочное, сахар, соль)	65	8,05	10,2	21,76	210,99	103
<b>Полдник</b>	Чай черничный	200	0,29	0,04	6,03	1,31	1099
	Десерт фруктовый	100	0,6	0,2	9	30,2	-
<b>Итого за полдник:</b>		<b>279</b>	<b>8,82</b>	<b>10,44</b>	<b>40,79</b>	<b>292,52</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
	(Учтены: Кочиния с фаршем (фарш гов. - 100г, морковь репчатая, лук репчатый, майонез, раст. и слив. масло)	20,250	4,59	6,95	12,88	143,39	694,904

<b>Обед</b>	Виточки рыбные с соусом белым (английск., крупа манная, сахар панировочный, соль, соус белый) 90/30	120	16,99	5,84	17,13	188,98	626/979
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
	Хлеб пшеничный поджаренный	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>981</b>	<b>31,77</b>	<b>19,55</b>	<b>121,75</b>	<b>790,08</b>		
<b>Полдник</b>	Кокроки с мясо-картофельным фаршем (мука, 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	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>279</b>	<b>10,06</b>	<b>12,01</b>	<b>44,14</b>	<b>324,98</b>	
<b>Итого за день 1. Возрастная категория: 7-11 лет</b>	<b>1217</b>	<b>36,01</b>	<b>26,9</b>	<b>142,03</b>	<b>964,37</b>		
<b>Итого за день 1. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>	<b>1260</b>	<b>41,83</b>	<b>31,56</b>	<b>165,89</b>	<b>1115,06</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Обед</b>	Закуска порционированная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Рассольник «Ленинградский» с фаршем (картофель, крупа перловая, морковь, лук реп., огурцы консерв., масло подсолн., соль йод.)	25/200	4,27	6,06	13,93	127,35	167/998
	Фрикаделька из индейки с соусом красным (филе индейки, лук реп., морковь, соль йод.)	110	16,2	2,61	9,88	127,81	978
	Гарнир Забава (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	170	5,25	4,78	40,3	225,24	310
	Компот из смеси сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, витамин С)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
<b>Итого за обед:</b>	<b>823</b>	<b>31,05</b>	<b>14,21</b>	<b>112,33</b>	<b>701,39</b>		
<b>Витрушка сладкая с творогом (мука, дрожжи, сахар, яйцо, соль, ванилин, творог, ванилин)</b>							
		100	13,89	6,85	40,27	278,32	322

<b>Полдник</b>	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Груша	178	0,71	0,53	18,33	80,99	

<b>Итого за полдник:</b>		<b>275</b>	<b>15,96</b>	<b>8,79</b>	<b>60,74</b>	<b>386</b>	
--------------------------	--	------------	--------------	-------------	--------------	------------	--

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	<b>Закуска порционированная (помидоры свежие)</b>	115	1,27	0,23	4,37	24,61	982
	<b>Рассольник «Ленинградский» с фаршем</b> мясной фарш, картофель, крупа перловая, морковь, лук репч., отруби коноч., ягель подел., соль йод. I	25/250	5,23	7,4	17,03	155,65	167/9982
	<b>Фрикаделька из индейки с соусом красным</b> (филе индейки, хлеб пш., лук репч., соль йод., молоко, соус кра.)	110	16,2	2,61	9,88	127,81	978
	<b>Гарнир Забава</b> (крупа гречневая, крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	200	6,17	5,63	47,41	264,99	310
	<b>Компот из смеси сухофруктов с вит С</b> (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота, аскорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	<b>Хлеб пшеничный йодированный</b>	40	3	0,4	20,4	97,2	-
	<b>Хлеб ржаной</b>	37	2,44	0,44	14,65	72,37	

<b>Итого за обед:</b>		<b>977</b>	<b>34,88</b>	<b>16,71</b>	<b>133,29</b>	<b>823,11</b>	
-----------------------	--	------------	--------------	--------------	---------------	---------------	--

<b>Полдник</b>	Вагрушка сладкая с творогом (смет., дрожжи, сахар, яйцо, соль йод., творог, ванилин)	100	13,89	6,85	40,27	278,32	
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	Груша	231	0,85	0,64	21,94	96,92	

<b>Итого за полдник:</b>		<b>275</b>	<b>16,1</b>	<b>8,9</b>	<b>64,35</b>	<b>401,93</b>	
--------------------------	--	------------	-------------	------------	--------------	---------------	--

<b>Итого за день 2. Возрастная категория: 7-11 лет</b>		<b>1098</b>	<b>47,01</b>	<b>23</b>	<b>179,07</b>	<b>1087,39</b>	
--	--	-------------	--------------	-----------	---------------	----------------	--

<b>Итого за день 2. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>		<b>1252</b>	<b>50,98</b>	<b>25,61</b>	<b>197,64</b>	<b>1225,04</b>	
---	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	--

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Полдник</b>	Уха Рыбалка (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	10/200	4,17	7,65	12,41	135,18	17
	Бефстроганов (говяжья, лук репч., масло растит., мука пш., томат, сметана, соль йодир.)	90	13,66	19,44	4,99	249,55	551
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йодир.)	150	4,28	3,83	29,57	169,79	585

<b>Узел</b>	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
	Мандарин	149	1,19	0,3	11,18	52,15	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>839</b>	<b>26,33</b>	<b>31,73</b>	<b>89,4</b>	<b>748,38</b>			
<b>Полдник</b>	Печенье «Байкальское» (печенье, какао-порошок)	80	5,44	19,26	50,38	397,5	328	
	Напиток с витаминами «Витопка» (сметана, сахар, ванилин, вода)	200	0	0	19,4	77,6	1014	
	Яблоко свежее	151	0,6	0,6	14,8	67,04	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>279</b>	<b>6,04</b>	<b>19,96</b>	<b>84,58</b>	<b>542,14</b>			
<b>Итого за полдник:</b>	<b>419</b>	<b>12,08</b>	<b>39,92</b>	<b>169,16</b>	<b>1084,28</b>			
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
<b>Обед</b>	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, саур)	15/250	5,26	9,66	15,66	170,58	17	
	Бефстроганов говяжий, лук репчатый, масло растит., мука пш., томат, сметана, соль, колдр) 50/50	100	15,18	21,6	5,54	277,28	551	
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль, колдр.)	180	5,13	4,59	35,48	203,74	585	
	Напиток из шиповника (шиповник, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	667	
	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,01	0,27	13,77	65,61	-	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
	Мандарин	152	1,22	0,3	11,4	53,2	-	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>983</b>	<b>30,35</b>	<b>36,73</b>	<b>102,9</b>	<b>863,52</b>		
	<b>Полдник</b>	Печенье «Байкальское» (печенье, какао-порошок)	100	6,8	24,2	62,97	496,88	328
		Напиток с витаминами «Витопка» (сметана, сахар, ванилин, вода)	200	0	0	19,4	77,6	1014
Яблоко свежее		123	0,49	0,49	12,05	54,61	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>279</b>	<b>7,29</b>	<b>24,69</b>	<b>94,42</b>	<b>629,09</b>			
<b>Итого за день: 3. Возрастная категория: 7-11 лет</b>		<b>1258</b>	<b>38,41</b>	<b>71,65</b>	<b>258,56</b>	<b>1832,66</b>		

Итого за день 3. Возрастная категория: 12 лет и старше

1262

37,64

61,42

197,32

1492,61

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет

<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, фрикадельки Удинские с соусом красным)	15/200	3,71	5,64	6,86	93,06	197,998
	ОСНОВ: Фаририр пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль)	105	13,88	11,76	7,06	189,6	1038
	ОСНОВ: Фаририр пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль)	150	3,93	4,4	21,86	142,7	843
	Кисель детский «Витошка» (вода, кисель, Витошка)	200	0	0	21,39	85,56	902
<b>Полдник</b>	Хлеб пшеничный йодированный	22	1,65	0,22	11,22	53,46	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
	Яблоко	160	0,64	0,64	15,68	71,04	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>872</b>	<b>25,13</b>	<b>22,9</b>	<b>91,99</b>	<b>674,54</b>	<b>277,03</b>
	Салса «Детская» (пшено, сметана, говядина, лук репчатый, масло подсолнечное, мука, яйца, соевый соус)	75	9,91	18,35	18,06	277,03	18
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Мандарины	100	0,8	0,2	7,5	35	-
<b>Итого за полдник:</b>		<b>275</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,58</b>	<b>348,35</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, помидоры, масло растительное, соль йод)	25/250	4,75	7,21	8,78	119,03	197,998
	Фрикадельки Удинские с соусом красным	105	13,88	11,76	7,06	189,6	1038
	ОСНОВ: (говядина, молоко, лук репчатый, яйца, соус)	75/30					
	Гаририр пшено отварное вязкое (крупа пшено, соль, йодированная, масло сливочное/вода)	180	4,72	5,27	26,23	171,23	843
	Кисель детский «Витошка» (вода, кисель, Витошка)	200	0	0	21,39	85,56	902
	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,63	0,35	17,85	85,05	-
<b>Полдник</b>	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	68,46	-
	Яблоко	164	0,66	0,66	16,07	72,82	-

<b>Итого за обед:</b>		<b>994</b>	<b>28,95</b>	<b>25,67</b>	<b>111,24</b>	<b>791,75</b>	
<b>Полдник</b>	Самса «Детская» (песто сливочное, помидоры, лук репчат., масло подсол., мука, яйцо, соль мол.)	75	9,91	18,15	18,06	277,05	18
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663
	Мацарини	142	1,14	0,28	10,65	49,7	-
<b>Итого за полдник:</b>		<b>275</b>	<b>11,05</b>	<b>18,63</b>	<b>37,79</b>	<b>363,05</b>	
<b>Итого за день 4. Возрастная категория: 7-11 лет</b>		<b>1022</b>	<b>29,06</b>	<b>27,3</b>	<b>113,85</b>	<b>817,24</b>	
<b>Итого за день 4. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>		<b>439</b>	<b>11,71</b>	<b>19,29</b>	<b>52,86</b>	<b>435,87</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Обед</b>							
<b>Итого за обед:</b>	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репчат., морковь, лук, паста, чеснок, соль, болгар.)	25/200	4,26	6,26	11,72	120,26	1000/998
	Шницель мясной с соусом красным основ. (говядина, свинина, хлеб пшениц., 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 слив., соль, болгар)	150	5,42	4,07	31,8	185,45	307
	Напиток с витаминами «Витоплика» (сметан. суп (витоплика, 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	-
<b>Итого за обед:</b>	Мандарины	140	1,12	0,28	10,5	49	
		<b>880</b>	<b>27,36</b>	<b>32,72</b>	<b>107,71</b>	<b>834,68</b>	<b>-</b>
	Пшоплика "Эстонская" с сыром (песто сливочное дрожжевое, сыр, масло слив.)	75	8,64	11,8	28,19	253,52	328
<b>Полдник</b>	Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>275</b>	<b>8,35</b>	<b>11,55</b>	<b>42,37</b>	<b>373,52</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Итого за обед:</b>	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репчат., морковь, лук, паста, чеснок, соль, болгар.)	30/250	5,31	7,79	14,59	149,65	1000/998
	Шницель мясной с соусом красным основ. (говядина, свинина, хлеб пшениц., 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 слив., соль, болгар)	200	7,22	5,42	42,4	247,26	307

<b>Обед</b>	Напиток с витаминными «Витгошка» (схем: сирца «Витгошка, вода.)	200	0	0	19,4	77,6	1014	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-	
	Мандарины	187	1,5	0,37	14,03	65,45	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>1047</b>	<b>31,62</b>	<b>35,86</b>	<b>131,22</b>	<b>974,04</b>	<b>-</b>	<b>328</b>	
<b>Полдник</b>	Плюшка "Эстонская" с сыром (тесто: слабоз. дрожжевое, сир., масло слив.)	90	10,37	14,16	33,83	304,22	328	
	Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>275</b>	<b>8,35</b>	<b>11,55</b>	<b>42,37</b>	<b>424,22</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	
<b>Итого за день: 5. Возрастная категория: 7-11 лет</b>	<b>880</b>	<b>27,36</b>	<b>32,72</b>	<b>107,71</b>	<b>834,68</b>	<b>-</b>	<b>157998</b>	
<b>Итого за день: 5. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>	<b>462</b>	<b>9,85</b>	<b>11,92</b>	<b>56,4</b>	<b>489,67</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>								
<b>Обед</b>	Суп картофельный с бобовыми и с фаршем (фарш гов., картофель, лук, морковь, лук репч., соль, болгар., масло растит.)	20/200	8,64	7,45	14,63	160,08	1074	
	Жаркое из курицы (филе куриное, картофель, лук репч., масло растит., томат, соль, майон.)	305	26,26	12,54	31,7	344,68	669н	
	Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимонная кислота, ваниль, желатин)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	-	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-	
	Хлеб ржаной	21	1,39	0,25	8,32	41,08	-	
	Яблоко	146	0,58	0,58	14,31	64,82	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>912</b>	<b>39,36</b>	<b>21,08</b>	<b>97,52</b>	<b>737,2</b>	<b>385</b>		
<b>Полдник</b>	Рогалик Сахарный (сирца слив., яйца, сахар, масло слив., соль, ванил.)	60	4,64	14	33,39	278,13	603	
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	-	
	Булочка	215	1,94	0,65	27,09	121,91	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>475</b>	<b>7,94</b>	<b>16,06</b>	<b>62,62</b>	<b>426,73</b>	<b>-</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
Суп картофельный с бобовыми и с фаршем (фарш гов., картофель, лук, морковь, лук репч., соль, болгар., масло растит.)		30/250	10,99	9,48	18,61	203,74	157998	

<b>Обед</b>	Жаркое из курицы (филе куриное, картофель, лук репчат., масло растит., томат, соль, перец) 75/230	320	27,55	13,15	33,26	361,63	1074	
	Компот из кураги с виш С (курага, сахар, лимон кислота, аскорб. кислота)	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	133	0,53	0,53	13,03	59,05	-	
<b>Итого за обед:</b>	<b>993</b>	<b>44,29</b>	<b>23,88</b>	<b>110,44</b>	<b>833,94</b>			
<b>Полдник</b>	Роталик Сахарный (мука пш. мягкая, сахар, масло сл., соль вод.)	75	5,8	17,5	41,74	347,66	385	
	Чай с молоком (слад, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
	Банан	218	1,96	0,65	27,47	123,61	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>493</b>	<b>9,12</b>	<b>19,56</b>	<b>71,35</b>	<b>497,96</b>			
<b>Итого за день 6. Возрастная категория: 7-11 лет</b>								
		<b>1387</b>	<b>47,3</b>	<b>37,14</b>	<b>160,14</b>	<b>1163,93</b>		
<b>Итого за день 6. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
		<b>1486</b>	<b>53,41</b>	<b>43,44</b>	<b>181,79</b>	<b>1331,9</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>								
<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	70	0,77	0,14	2,66	14,98	982	
	Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., свежая томат паста, масло раст., соль вод.)	25/200	4,06	5,9	11,06	113,58	165/998	
	Зразы лепные мясные с соусом Красным повидлом, хлеб, молоко, лук репчат., 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)	150	6,2	4,34	37,98	219,36	632	
	Компот из сухофруктов с виш С (сахар, сухофрукты, 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	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>815</b>	<b>26,77</b>	<b>29,24</b>	<b>108,39</b>	<b>803,76</b>		
	<b>Полдник</b>	Кефир Фараон БХП	70	3,5	20,3	35	329	-
		Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	-
Мандарин		146	1,17	0,29	10,95	51,1	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>420</b>	<b>4,71</b>	<b>20,59</b>	<b>55,14</b>	<b>417,02</b>			
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
Закуска порционная (помидоры свежие)		100	1,1	0,2	3,8	21,4	982	



<b>Обед</b>	Борщ с капустой, картофелем и фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репчат., свекла, томат паста, масло раст., соль йод.)	30/250	5,05	7,34	13,76	141,36	165/998
	Зразы лепивые мясные с соусом красным (говядина, хлеб, молоко, лук репчат., яйцо, сахар пудра, соль йод, масло раст., соус) 90/30	120	11,6	17,92	13,92	263,34	1042/370
	Паршир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	7,43	5,69	45,58	263,23	632
	Компот из сухофруктов с вишней (сахар, сухофрукты, сахар, лимон желатин, декор, ягоды)	200	0,57	0	19,55	80,48	611,8
	Хлеб пшеничный йодированный	35	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
	<b>Итого за обед:</b>	<b>910</b>	<b>30,03</b>	<b>31,8</b>	<b>124,36</b>	<b>903,76</b>	
	Кеке Фаравон БХП	70	3,5	20,3	35	329	-
	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	-
	Мандарин	191	1,53	0,38	14,33	66,55	-
<b>Итого за полдник:</b>	<b>465</b>	<b>5,07</b>	<b>20,68</b>	<b>58,52</b>	<b>432,77</b>		
<b>Итого за день 7. Возрастная категория: 7-11 лет</b>	<b>1335</b>	<b>31,88</b>	<b>49,83</b>	<b>163,53</b>	<b>1220,78</b>		
<b>Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>	<b>1375</b>	<b>35,1</b>	<b>52,48</b>	<b>182,88</b>	<b>1336,53</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Обед</b>	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репчат., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	15/200	4,09	5,79	13,31	121,69	167/998
	Мисо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репчат., масло подсолн., томат, мука пшениц., соль йодир.) 45/70	115	13,66	15,98	5,23	219,43	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йод.)	160	5,78	4,34	33,92	197,81	307
	Напиток из шиповника (шиповник, 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	55,5	-
	<b>Итого за обед:</b>	<b>889</b>	<b>28,44</b>	<b>27,01</b>	<b>99,55</b>	<b>754,99</b>	
	Коржик Молочный (конд.цех)	75	5,79	8,53	53,36	236,37	193
	Молоко питьевое	180	4,81	4,32	8,46	91,94	106
Йогурт	101	0,4	0,4	9,9	44,84	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>356</b>	<b>11</b>	<b>13,25</b>	<b>71,72</b>	<b>373,15</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							

<b>Обед</b>	Рассольник Ленинградский с фаршем (говядина, крупа перловая, картофель, морковь, лук репчатый, томат паста, масло поджареное, отруби соевые, соль (фид.)	20/250	5,13	7,27	16,72	152,83	167,998
	Мясо тушеное с морковью и луком (говядина, морковь, лук репчатый, масло поджареное, томат, мука пшеничная) 50/70	120	14,26	16,68	5,46	228,95	675
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль) 50/70	200	7,22	5,42	4,24	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	-
	Маншари	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>	
	<b>Полдник</b>						
	Коржик Молочный (конд пех)	75	5,79	8,53	53,36	236,37	193
Молоко питьевое	200	5,34	4,8	9,4	102,16	106	
Яблоко	132	0,53	0,53	12,94	58,61	-	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>406</b>	<b>11,66</b>	<b>13,86</b>	<b>75,7</b>	<b>397,14</b>		
<b>Итого за день 8. Возрастная категория: 7-11 лет</b>	<b>1245</b>	<b>39,44</b>	<b>40,26</b>	<b>171,27</b>	<b>1128,14</b>		
<b>Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>	<b>1407</b>	<b>48,51</b>	<b>44,2</b>	<b>189,67</b>	<b>1253,36</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	80	0,88	0,16	3,04	17,12	982
	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло поджаренное, масло сливочное, сайра)	25/200	4,47	8,2	13,3	141,83	17
	Котлета мясная с соусом красным основ. (говядина, саймидна, свиная, хлеб пшеничный, соль йод., сушеный паприк, яйцо, масло раст., соус красный ост.) 90/20	90	12,65	20,07	11,81	273,47	1055
	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло раст., помидоры, чеснок, соль, слив., соль йодир.)	150	4,34	14,12	29,15	260,96	309
	Компот из яблок с витамином С(яблоко, сахар, лимон, витамин С)	190	0,1	0,41	20,01	84,08	435
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	47,6	-
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	7,13	35,12	-
	<b>Итого за обед:</b>	<b>733</b>	<b>25,13</b>	<b>43,38</b>	<b>94,64</b>	<b>860,18</b>	
	<b>Полдник</b>						
	Пирожки печенные с мясом, луком (тесто слоёное, фарш мясной с луком, яйцо, масло раст.)	100	12,27	11,44	37,59	302,37	60
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663	

	Груша свежая	154	0,62	0,46	15,86	70,07		
<b>Итого за полдник:</b>		<b>454</b>	<b>12,89</b>	<b>11,9</b>	<b>62,53</b>	<b>408,76</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	110	1,21	0,22	4,18	23,54	982	
	Хлеб Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, майонез)	30/250	5,56	10,2	16,55	180,24	17	
	Котлета мясная с соусом красным остов. (говядина, свиная, хлеб пшениц., соль бел., сахар панир., яйцо, масло раст. соус красный ост. 1 90/20)	110	12,25	19,82	12,49	277,29	1055	
	Перловка с овощами (крупа перловая, морковь, лук репч., масло растит., томатная, масло слив., соль, болгар.)	180	5,2	16,94	34,97	313,15	307	
	Компот из яблок с витамином (С)ябло, сахар-песок, витамин С)	180	0,09	0,39	18,95	79,66	435	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	10,2	47,6	-	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-	
<b>Итого за обед:</b>		<b>900</b>	<b>27,13</b>	<b>48,01</b>	<b>105,26</b>	<b>960,6</b>		
<b>Полдник</b>	Пирожки печеные с мясом, луком (тесто слоб., фарш мясной с луком, яйцо, масло раст.)	100	12,27	11,44	37,69	302,37	60	
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0	0	9,08	36,32	663	
	Груша свежая	188	0,75	0,56	19,36	85,54	-	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>488</b>	<b>13,02</b>	<b>12</b>	<b>66,03</b>	<b>424,23</b>		
<b>Итого за день 9. Возрастная категория: 7-11 лет</b>		<b>883</b>	<b>29,47</b>	<b>57,5</b>	<b>123,79</b>	<b>1121,14</b>		
<b>Итого за день 9. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>		<b>508</b>	<b>14,34</b>	<b>12,24</b>	<b>73,95</b>	<b>463,35</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>								
<b>Обед</b>	Суп лапша-домашняя с фаршем (овладия, лапша Ролтон, лук репч., морковь, масло растит., соль белая)	15/200	3,64	5,54	10,26	105,42	694/998	
	Фрикадельки рыбные с маслом (поррича ва., хлеб пшец., лук репч., яйца соев. бел., 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 бел.))	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	2,35	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	-	
	<b>Итого за обед:</b>		<b>848</b>	<b>25,57</b>	<b>28,9</b>	<b>84,7</b>	<b>701,07</b>	
	<b>Полдник</b>							
		Плюшка "Эстонский" с сыром (тесто сладкое дрожжевое, сыр, яйцо (слив.))	80	9,22	12,59	30,07	270,42	328

Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120		
<b>Итого за полдник:</b>	<b>285</b>	<b>8,35</b>	<b>11,55</b>	<b>42,37</b>	<b>390,42</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Суп лапша-домашняя с фаршем (говядина, лапша Роттон, лук репч., морковь, масло растит., соль йодир)	20/250	4,57	6,95	12,88	132,39	694/998	
Фрикадельки рыбные с МаслоМ (говядина св., хлеб пшен., лук репч., яйца соль йод., масло сл.) 90/10	100	13,83	7,81	8,03	157,71	651	
Рис с овощами без томата (крупя рисовая, морковь, лук репч., масло слив., соль, йод)	180	4,1	16,9	37,35	317,93	639	
Чай с молоком (сви молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
Хлеб пшеничный гидролизованный	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>		
Плюшка "Эстонская" с сыром (сыр мягкое, дрожжевое, сыр, масло слив)	95	10,94	14,95	35,71	321,13	328	
Молоко питьевое в п/у	1/200	6	6,4	9,4	120		
<b>Итого за полдник:</b>	<b>300</b>	<b>16,94</b>	<b>21,35</b>	<b>45,11</b>	<b>441,13</b>		
Итого за день: 10. Возрастная категория: 7-11 лет	848	25,57	28,9	84,7	701,07		
Итого за день: 10. Возрастная категория: 12 лет и старше	1249	5,23	4,3	24,37	93,07		
<b>Среднее значение за период по обедам 7-11 лет</b>	<b>311,6</b>	<b>9,924</b>	<b>11,162</b>	<b>41,711</b>	<b>307,965</b>		
<b>Среднее значение за период по полдникам 7-11 лет</b>	<b>290,6</b>	<b>6,614</b>	<b>8,856</b>	<b>30,92</b>	<b>228,898</b>		
<b>Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше</b>	<b>96,8</b>	<b>2,188</b>	<b>2,111</b>	<b>18,332</b>	<b>101,067</b>		
<b>Среднее значение за период по полдникам 12 лет и ста</b>	<b>#ИМЯ?</b>	<b>6,586</b>	<b>9,307</b>	<b>32,737</b>	<b>245,19</b>		