

«Согласовано»
Директор *Солн. А. А.*
Муромцева А. А.
13 октября 2025 г.

«Утверждено»
Директор
МАУ "Городской комбинат школьного питания"
Шахова А. М.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3								
День 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Тфтели куриные в соусе (Филе куриное, свиная, лук репч., крупа рисовая, яйцо, соль йод., масло подсолн.)	80/30	47,92	16,34	10,82	7,64	193,30	1 129,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая) (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	12,07	5,67	5,29	34,70	209,12	632,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	15,09	0,15		14,61	59,04	693,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	114	21,48	0,46	0,46	11,17	50,62	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		654	100,00	24,87	16,87	83,43	584,98	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Тфтели куриные в соусе (Филе куриное, свиная, лук репч., крупа рисовая, яйцо, соль йод., масло подсолн.)	80/30	47,92	16,34	10,82	7,64	193,30	1 129,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая) (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	12,07	5,67	5,29	34,70	209,12	632,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	15,09	0,15		14,61	59,04	693,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	114	21,48	0,46	0,46	11,17	50,62	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		654	100,00	24,87	16,87	83,43	584,98	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	27,39	1,10	0,20	3,80	51,4	982,00
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (новая) (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсолн., соль йод.)	240/10	15,56	1,61	4,84	6,74	126,91	197,00
	Сеченики Посольские из минтая с соусом белым (Минтай, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук репч., яйцо, масло)	70/40	50,39	15,38	9,51	9,08	243,43	1 062,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	30,05	3,71	5,36	24,12	209,59	371,00
	Напиток из кураги с вит С (Курага, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	7,48	1,09	0,06	19,29	82,06	1 143,00
Итого за обед 7-11 лет:		876	135,00	25,58	20,33	81,39	800,87	-

Напиток из кураги с вит С (курага, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	7,48	1,09	0,06	19,29	82,06	1 143,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	4,13	2,70	0,36	18,36	87,48	-
Итого за обед 7-11 лет:	876	135,00	25,58	20,33	81,39	800,87	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	27,39	1,10	0,20	3,80	51,4	982,00
Обед 12 лет и старше	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (новая)	240/10	15,56	1,61	4,84	6,74	126,91	197,00
	(Купуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсол., соль йод.,							
	Сеченики Посольские из мятной с соусом белым	70/40	50,39	15,38	9,51	9,08	243,43	1 062,00
	(Мятай, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук репч., яйцо,							
	Пюре картофельное	180	30,05	3,71	5,36	24,12	209,59	371,00
	(Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)							
	Напиток из кураги с вит С	200	7,48	1,09	0,06	19,29	82,06	1 143,00
	(Курага, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)							
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	4,13	2,70	0,36	18,36	87,48	-
		876	135,00	25,58	20,33	81,39	800,87	
Итого за обед 12 лет и старше:								

Итого за день 1 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Итого за день 1 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

День 2

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Дополнительная информация									
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (новая) (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	9,80	5,96	2,15	31,82	170,47	515,00	
	Шоколадная "Королевская" вапрушка (Мука пш.в/с, якакo, сахар-песок, масло сл., сода, творог, сметана, яйцо, крахмал)	115	76,58	18,23	17,96	48,92	310,26	1 142,00	
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00	
	Батон БХП	38	6,84	2,85	1,10	19,53	99,45	-	

Итого за завтрак 7-11 лет:

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (новая) (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	9,80	5,96	2,15	31,82	170,47	515,00
	Шоколадная "Королевская" ватрушка (Мука пш.в/с, какао, сахар-песок, масло сл., сода, творог, сметана, яйцо, крахмал)	115	76,58	18,23	17,96	48,92	310,26	1 142,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	38	6,84	2,85	1,10	19,53	99,45	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	553	100,00	28,40	22,63	102,41	606,87	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

[illegible]

Обед 7-11 лет	(Фрикадельки мясные, картофель, морковь, отруби соев., лук репч., крупа перловая, масло подсол., соль йод.)	20/230	30,59	6,71	11,62	10,63	273,9	167,00
	Блины-конверты с сыром (Блин-конверт с сыром, масло слив.)	130	74,94	8,44	11,80	23,86	335,4	-
	Чай с сахаром с лимоном (новая) (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	26,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	21	2,41	1,58	0,21	10,71	51,03	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	23,81	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 7-11 лет:		805	135,00	18,16	24,03	74,47	786,77	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Расходник Ленинградский с фрикадельками мясными (Н (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, отруби соев., лук репч., крупа перловая, масло подсол., соль йод.)	20/230	30,59	6,71	11,62	10,63	273,9	167,00
	Блины-конверты с сыром (Блин-конверт с сыром, масло слив.)	130	74,94	8,44	11,80	23,86	335,4	-
	Чай с сахаром с лимоном (новая) (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	26,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	21	2,41	1,58	0,21	10,71	51,03	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	23,81	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 12 лет и старше:		805	135,00	18,16	24,03	74,47	786,77	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
День 3								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (отруби свежие)	40	9,13	0,32	0,04	1,00	5,64	982,00
	Стрипы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль йод, соус белый соус.)	90/30	49,56	17,03	14,28	11,40	242,24	1 073,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	180	32,69	3,58	7,04	22,36	167,12	867,00
	Напиток из шиповника (новая) (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,75	0,17	0,06	10,88	44,74	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,87	1,88	0,25	12,75	60,75	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		565	100,00	22,97	21,67	58,39	520,49	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (отруби свежие)	40	9,13	0,32	0,04	1,00	5,64	982,00
	Стрипы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль йод, соус белый соус.)	90/30	49,56	17,03	14,28	11,40	242,24	1 073,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	180	32,69	3,58	7,04	22,36	167,12	867,00
	Напиток из шиповника (новая) (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,75	0,17	0,06	10,88	44,74	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,87	1,88	0,25	12,75	60,75	-

Итого за завтрак 12 лет и старше:		565	100,00	22,97	21,67	58,39	520,49	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	27,39	1,10	0,20	3,80	21,40	982,00
	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками мясным	20/220/10	30,00	9,84	11,45	20,80	225,58	157,00
	(Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)							
	Гуляш из свинины	60/60	49,70	10,34	25,10	4,31	254,53	1 132,00
	(Свинина, лук репч., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)							
Обед 7-11 лет	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	232,36	632,00
	(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)							
	Чай с ягодой протертой (смородина)	200	11,29	0,14	0,06	13,00	53,10	1 114,00
	(Чай, сахар, вода, смородина протертая)							
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	3,21	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Итого за обед 7-11 лет:		898	135,00	29,82	42,97	94,75	855,02	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Закуска порционированная (помидоры свежие)	100	27,39	1,10	0,20	3,80	21,40	982,00
	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками мясным	20/220/10	30,00	9,84	11,45	20,80	225,58	157,00
	(Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)							
	Гуляш из свинины	60/60	49,70	10,34	25,10	4,31	254,53	1 132,00
	(Свинина, лук репч., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)							
Обед 12 лет и старше	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	232,36	632,00
	(Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)							
	Чай с ягодой протертой (смородина)	200	11,29	0,14	0,06	13,00	53,10	1 114,00
	(Чай, сахар, вода, смородина протертая)							
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	3,21	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Итого за обед 12 лет и старше:		898	135,00	29,82	42,97	94,75	855,02	
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				52,79	64,65	153,13	1 405,51	
День 4								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Яйцо вареное	40	21,00	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная "Улыбка" (новая)	200	14,32	5,81	3,51	33,77	189,91	53,00
	(Хлопья 1 зерулис, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)							
	Бутерброд с маслом на батоне	15/40	26,32	4,24	11,62	30,29	222,67	1 116,00
	(Масло сл., батон в/с БХП)							
Завтрак 7-11 лет	Какао-напиток (новая)	200	11,21	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
	(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
	Яблоко свежее	144	27,15	0,58	0,58	14,11	63,94	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		600	100,00	17,52	21,97	89,87	607,31	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								

Завтрак 12 лет и старше	Йогур вареное	40	21,00	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная "Улыбка" (новая) (Хлопы Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	14,32	5,81	3,51	33,77	189,91	53,00
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/40	26,32	4,24	11,62	30,29	222,67	1 116,00
	Какао-напиток (новая) (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	11,21	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
	Йогурок свежее	144	27,15	0,58	0,58	14,11	63,94	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		600	100,00	17,52	21,97	89,87	607,31	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой и картофелем (новая) (Свеж. картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсол., сахар-песок, зелень сухая, соль йод.)	250	12,17	1,56	4,85	9,08	86,21	165,00
	Плов из говядины с овощами 50/160 (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсол., томат.паста, соль йод.)	210	94,63	19,16	28,83	41,49	532,09	523,00
	Чай с сахаром (новая) (Чай, сахар, вода)	200	1,49	0	0	6,36	25,44	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Йогурок свежее	120	22,69	0,48	0,48	11,76	53,28	-
Итого за обед 7-11 лет:		815	135,00	23,83	34,51	86,54	782,07	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой и картофелем (новая) (Свеж. картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсол., сахар-песок, зелень сухая, соль йод.)	250	12,17	1,56	4,85	9,08	86,21	165,00
	Плов из говядины с овощами 50/160 (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсол., томат.паста, соль йод.)	210	94,63	19,16	28,83	41,49	532,09	523,00
	Чай с сахаром (новая) (Чай, сахар, вода)	200	1,49	0	0	6,36	25,44	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Йогурок свежее	120	22,69	0,48	0,48	11,76	53,28	-
Итого за обед 12 лет и старше:		815	135,00	23,83	34,51	86,54	782,07	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
День 5								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Сыр в индивидуальной упаковке	18	26,25	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом (новая) (Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	22,96	5,85	5,44	30,62	194,91	515,00
	Напиток из цикория (Цикорий растовор, сахар, молоко, вода)	200	13,05	1,35	1,14	13,71	70,50	1 202,00
Батон БХП		33	5,94	2,48	0,96	16,96	86,36	-

Напиток овсяный в п/у		200	31,80	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		651	100,00	13,05	16,92	81,18	527,59	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Сыр в индивидуальной упаковке	18	26,25	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом (новое)	190/10	22,96	5,85	5,44	30,62	194,91	515,00
	(Крупа пшениная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)							
	Напиток из цикория	200	13,05	1,35	1,14	13,71	70,50	1 202,00
	(Цикорий растровор, сахар, молоко, вода)							
	Батон БХП	33	5,94	2,48	0,96	16,96	86,36	-
	Напиток овсяный в п/у	200	31,80	2,00	6,40	19,00	140,00	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	651	100,00	13,05	16,92	81,18	527,59	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками куриными (новое)	20/230	21,61	8,29	10,15	13,75	179,54	1 112,00
	(Фрикадельки куриные, лапша домашняя Шурэн, морковь, лук репч., масло подсолн.)							
	Котлета "Трио" с соусом красным	80/30	45,57	12,97	15,83	10,94	238,11	1 149,00
	(Филе куриное, свинина, говядина, лук репч., батон, чеснок суш., вода, яйцо, Булгур припущенный)							
	Булгур припущенный	190	27,71	7,24	5,00	41,17	238,62	1 133,00
	(Кр.пшеничная Булгур, масло сл., соль йод.)							
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром	200	9,53	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	(Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)							
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Пюре фруктовое	125	26,56			13,75	55,00	-
	Итого за обед 7-11 лет:	910	135,00	31,31	32,12	113,28	867,44	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп-лапша с фрикадельками куриными (новое)	20/230	21,61	8,29	10,15	13,75	179,54	1 112,00
	(Фрикадельки куриные, лапша домашняя Шурэн, морковь, лук репч., масло подсолн.)							
	Котлета "Трио" с соусом красным	80/30	45,57	12,97	15,83	10,94	238,11	1 149,00
	(Филе куриное, свинина, говядина, лук репч., батон, чеснок суш., вода, яйцо, Булгур припущенный)							
	Булгур припущенный	190	27,71	7,24	5,00	41,17	238,62	1 133,00
	(Кр.пшеничная Булгур, масло сл., соль йод.)							
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром	200	9,53	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	(Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)							
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Пюре фруктовое	125	26,56			13,75	55,00	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	910	135,00	31,31	32,12	113,28	867,44	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				44,36	49,04	194,46	1 395,02	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				44,36	49,04	194,46	1 395,02	
Неделя 4				44,36	49,04	194,46	1 395,02	
День 6				44,36	49,04	194,46	1 395,02	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.										
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (помидоры свежие)	80	21,82	0,88	0,16	3,04	17,12	982,00		
	Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль йод., соус	70/30	51,80	11,80	15,79	6,75	216,30	1 126,00		
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	232,36	632,00		
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,53	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-		
Итого за завтрак 7-11 лет:		610	100,00	21,41	22,92	79,47	609,79			
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.										
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (помидоры свежие)	80	21,82	0,88	0,16	3,04	17,12	982,00		
	Фрикадельки "Удинские" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа манная, молоко, яйцо, лук репч., соль йод., соус	70/30	51,80	11,80	15,79	6,75	216,30	1 126,00		
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	232,36	632,00		
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,53	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-		
Итого за завтрак 12 лет и старше:		610	100,00	21,41	22,92	79,47	609,79			
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.										
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с перловой крупой (с сайрой) (новая) (Сайра консерв., картофель, морковь, лук репч., крупа перловая, масло подсолнечное, зелень укропа, соль йод.)	25/225	36,41	4,76	7,79	12,73	140,08	522,00		
	Мясо тушеное с морковью и луком (свинина) (Свинина, морковь, лук репч., масло подсолнечное, мука, томат-паста, соль йод.)	50/75	47,18	11,66	29,39	5,69	333,91	1 148,00		
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	200	36,33	3,97	7,83	24,84	185,69	867,00		
	Чай с ягодой протертой (смородина) (Чай, сахар, вода, смородина протертая)	200	11,29	0,14	0,06	13,00	53,10	1 114,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,79	2,48	0,33	16,83	80,19	-		
Итого за обед 7-11 лет:		808	135,00	23,01	45,40	73,09	792,98			
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.										
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с перловой крупой (с сайрой) (новая) (Сайра консерв., картофель, морковь, лук репч., крупа перловая, масло подсолнечное, зелень укропа, соль йод.)	25/225	36,41	4,76	7,79	12,73	140,08	522,00		
	Мясо тушеное с морковью и луком (свинина) (Свинина, морковь, лук репч., масло подсолнечное, мука, томат-паста, соль йод.)	50/75	47,18	11,66	29,39	5,69	333,91	1 148,00		
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	200	36,33	3,97	7,83	24,84	185,69	867,00		
	Чай с ягодой протертой (смородина) (Чай, сахар, вода, смородина протертая)	200	36,33	3,97	7,83	24,84	185,69	867,00		
	Чай с ягодой протертой (смородина) (Чай с ягодой протертой (смородина))	200	36,33	3,97	7,83	24,84	185,69	867,00		

		2000	11,427	0,114	0,000	12,500	22,110	1114,000
Итого за обед 12 лет и старше:		808	135,00	23,01	45,40	73,09	792,98	-
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				44,42	68,32	152,55	1 402,77	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				44,42	68,32	152,55	1 402,77	
День 7								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная "Дружба" (новая) (Крупа пшено, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	13,96	5,40	2,97	31,75	175,35	47,00
	Сырники из творога 75 со ступенным молоком (Творог, мука, крупа манная, яйцо, сахар-песок, разрыхлитель, ванилин, соль йод., масло подж., молоко стуч.)	75/20	58,61	12,92	9,40	25,46	238,12	186,00
	Чай с сахаром (новая) (Чай, сахар, вода)	200	1,49			6,36	25,44	663,00
	Батон БХП	25	4,50	1,87	0,72	12,85	65,42	-
	Яблоко свежее	114	21,44	0,46	0,46	11,17	50,62	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		634	100,00	20,65	13,55	87,59	554,95	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная "Дружба" (новая) (Крупа пшено, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	13,96	5,40	2,97	31,75	175,35	47,00
	Сырники из творога 75 со ступенным молоком (Творог, мука, крупа манная, яйцо, сахар-песок, разрыхлитель, ванилин, соль йод., масло подж., молоко стуч.)	75/20	58,61	12,92	9,40	25,46	238,12	186,00
	Чай с сахаром (новая) (Чай, сахар, вода)	200	1,49			6,36	25,44	663,00
	Батон БХП	25	4,50	1,87	0,72	12,85	65,42	-
	Яблоко свежее	114	21,44	0,46	0,46	11,17	50,62	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		634	100,00	20,65	13,55	87,59	554,95	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками мясными (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч.,	20/230	29,65	6,68	11,53	8,52	164,53	165,00
	Быточники рыбные (минтай) с соусом белым (Минтай, крупа манная, сухарь панир., масло подж., соль йод., соус белый)	80/30	54,94	13,91	5,21	14,36	159,97	626,00
	Рис с овощами без томата (Крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло сл., соль йод.)	200	30,76	4,56	18,78	41,50	353,26	629,00
	Чай с вареньем (Чай, варенье, вода)	200/20	13,86	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-
Итого за обед 7-11 лет:		836	135,00	29,17	36,15	103,44	855,81	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками мясными								

Обед 12 лет и старше	(Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, мука, масло подсол., сахар-песок, зелень, сухая, соль йод.)	20/2,50	29,65	6,68	11,53	8,52	164,53	165,00
	Биточки рыбные (минтай) с соусом белым	80/30	54,94	13,91	5,21	14,36	159,97	626,00
	(Минтай, крупа манная, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соус белый)							
	Рис с овощами без томата	200	30,76	4,56	18,78	41,50	353,26	629,00
	(Крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло сл., соль йод.)							
	Чай с вареньем	200/20	13,86	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
	(Чай, варенье, вода)	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,35	1,72	0,31	10,30	50,86	-
	Хлеб ржаной БХП	836	135,00	29,17	36,15	103,44	855,81	-
	Итого за обед 12 лет и старше:							
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
День 8								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (отурцы свежие)	80	18,36	0,64	0,08	2,00	11,28	982,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным	70/40	44,32	10,69	14,88	8,44	240,44	222,00
	(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус красный)							
	Пюре картофельное	180	30,05	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	(Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)							
	Чай с сахаром с лимоном (новая)	200/4	3,25	0,04	6,47	26,04	432,00	
	(Чай, сахар, лимон, вода)	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	609	100,00	17,70	20,67	58,88	522,4	
	Итого за завтрак 7-11 лет:							
	Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.							
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (отурцы свежие)	80	18,36	0,64	0,08	2,00	11,28	982,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным	70/40	44,32	10,69	14,88	8,44	240,44	222,00
	(Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус красный)							
	Пюре картофельное	180	30,05	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
	(Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)							
	Чай с сахаром с лимоном (новая)	200/4	3,25	0,04	6,47	26,04	432,00	
	(Чай, сахар, лимон, вода)	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	609	100,00	17,70	20,67	58,88	522,4	
	Итого за завтрак 12 лет и старше:							
	Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.							
Обед 7-11 лет	Супт Кудравый (новая)	250	17,02	3,95	4,05	15,91	115,89	824,00
	(Картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсол., соль йод.)							
	Голень куриная запеченная	110	71,41	25,50	14,74	0,69	247,42	1125,00
	(Голень куриная, сметана, чеснок суш., паприка, масло подсол., соль йод.)							
Перловка отварная		180	10,90	5,13	4,59	35,48	203,74	585,00

Итого за обед 7-11 лет:	(Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)									
	Компот из изюма с витамином С. (Изюм, сахар-песок, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	9,80	0,10	0,43	21,06	88,51	435,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-		
	Яблоко свежее	119	22,43	0,48	0,48	11,66	52,84	-		
		889	135,00	37,40	24,59	100,10	781,3			
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.										
Обед 12 лет и старше	Суп Кудрявый (новая) (Картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсол., соль йод.)	250	17,02	3,95	4,05	15,91	115,89	824,00		
	Голень куриная запеченная (Голень куриная, сметана, чеснок суш., паприка, масло подсол., соль йод.)	110	71,41	25,50	14,74	0,69	247,42	1 125,00		
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	180	10,90	5,13	4,59	35,48	203,74	585,00		
	Компот из изюма с витамином С. (Изюм, сахар-песок, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	9,80	0,10	0,43	21,06	88,51	435,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-		
Итого за обед 12 лет и старше:		119	22,43	0,48	0,48	11,66	52,84	-		
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.										
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				53,83	40,93	210,98	1 427,56			
День 9										
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.										
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (новая) (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	22,17	5,31	4,76	30,23	185,01	898,00		
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубника) (Блин-конверт с клубникой, масло слив.)	65	31,10	2,12	4,50	17,53	119,10	1 097,00		
	Какао-напиток (новая) (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	180	10,09	1,64	1,50	10,27	61,16	986,00		
	Батон БХП	27	4,84	2,03	0,78	13,88	70,66	-		
	Напиток овсяный в п/у	200	31,80	2,00	6,40	19,00	140,00	-		
Итого за завтрак 7-11 лет:		672	100,00	13,09	17,95	90,91	575,93			
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.										
Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (новая) (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	22,17	5,31	4,76	30,23	185,01	898,00		
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (клубника) (Блин-конверт с клубникой, масло слив.)	65	31,10	2,12	4,50	17,53	119,10	1 097,00		
	Какао-напиток (новая) (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	180	10,09	1,64	1,50	10,27	61,16	986,00		
	Батон БХП	27	4,84	2,03	0,78	13,88	70,66	-		
	Напиток овсяный в п/у	200	31,80	2,00	6,40	19,00	140,00	-		

Итого за завтрак 12 лет и старше:		672	100,00	13,09	17,95	90,91	575,93	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками куриными (Фрикадельки куриные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)	30/220	31,45	10,15	10,44	16,03	198,65	157,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсол., соль йод.)	50/75	78,76	14,63	15,59	4,49	216,79	550,00
	Гарнир "Забава" (Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль, йод.)	200	16,08	6,17	5,63	47,41	264,99	310,00
	Напиток из шиповника (новая) (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,75	0,17	0,06	10,88	44,74	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,96	1,95	0,26	13,26	63,18	-
Итого за обед 7-11 лет:		801	135,00	33,08	31,97	92,07	788,35	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками куриными (Фрикадельки куриные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)	30/220	31,45	10,15	10,44	16,03	198,65	157,00
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат.паста, масло подсол., соль йод.)	50/75	78,76	14,63	15,59	4,49	216,79	550,00
	Гарнир "Забава" (Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	16,08	6,17	5,63	47,41	264,99	310,00
	Напиток из шиповника (новая) (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,75	0,17	0,06	10,88	44,74	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,96	1,95	0,26	13,26	63,18	-
Итого за обед 12 лет и старше:		801	135,00	33,08	31,97	92,07	788,35	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				46,17	49,92	182,98	1 364,28	
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				46,17	49,92	182,98	1 364,28	
День 10								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Яйцо перепелиное вареное	15	10,19	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
	Каша манная молочная жидкая с маслом (новая) (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	195/5	17,86	4,84	4,84	27,74	183,85	850,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	20/35	33,65	7,92	6,88	26,77	200,62	1 115,00
	Напиток из цикория (Цикорий растовор, сахар, молоко, вода)	180	11,74	1,22	1,03	12,34	63,45	1 202,00
	Пюре фруктовое	125	26,56			13,75	55,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		575	100,00	15,61	14,21	80,68	523,08	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и	Яйцо перепелиное вареное	15	10,19	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
	Каша манная молочная жидкая с маслом (новая) (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	195/5	17,86	4,84	4,84	27,74	183,85	850,00
	Бутерброд с сыром на батоне	20/35	33,65	7,92	6,88	26,77	200,62	1 115,00

старше	(Сыр, батон в/с БХП)								
	Напиток из цикория (лимонный раствор, сахар, молоко, вода)	180	11,74	1,22	1,03	12,34	63,45	1 202,00	
	Пюре фруктовое	125	26,56			13,75	55,00	-	
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	575	100,00	15,61	14,21	80,68	523,08		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Обед 7-11 лет	Ши по-уральски (пшено) с фрикадельками мясными (нов) (фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, томат паста, макаронные изделия, вода, масло слив., соль йод.)	20/230	25,49	6,62	11,57	5,77	133,68	8,00	
	Стрипысы из птицы (курица) с соусом белым (филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соус белый ост.)	90/30	49,56	17,03	14,28	11,40	212,24	1 073,00	
	Макаронные изделия отварные (новая) (Макаронные изделия, вода, масло слив., масло подсол., соль йод.)	180	12,70	7,60	5,90	44,86	232,94	307,00	
	Напиток из кураги с вит С (Курага, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	7,48	1,09	0,06	19,29	82,06	1 143,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,77	2,48	0,33	16,83	80,19	-	
	Батончик-мюсли	35	36,00	1,25	1,25	16,00	80,25	-	
Итого за обед 7-11 лет:	808	135,00	36,06	33,40	114,14	821,36			
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Обед 12 лет и старше	Ши по-уральски (пшено) с фрикадельками мясными (нов) (фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, томат паста, макаронные изделия, вода, масло слив., соль йод.)	20/230	25,49	6,62	11,57	5,77	133,68	8,00	
	Стрипысы из птицы (курица) с соусом белым (филе куриное, свинина, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соус белый ост.)	90/30	49,56	17,03	14,28	11,40	212,24	1 073,00	
	Макаронные изделия отварные (новая) (Макаронные изделия, вода, масло слив., масло подсол., соль йод.)	180	12,70	7,60	5,90	44,86	232,94	307,00	
	Напиток из кураги с вит С (Курага, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	7,48	1,09	0,06	19,29	82,06	1 143,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,77	2,48	0,33	16,83	80,19	-	
	Батончик-мюсли	35	36,00	1,25	1,25	16,00	80,25	-	
Итого за обед 12 лет и старше:	808	135,00	36,06	33,40	114,14	821,36			
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Среднее значение за период Завтрак 7-11 лет.									
Среднее значение за период Обед 7-11 лет.									
Среднее значение за период Обед 12 лет и старше.									
Среднее значение за период Завтрак 12 лет и старше.									