

4

HAOy Coll-4

My wife's #1

29 сентября 2025 г.

МАУ "Городской комбинат школьного питания"

«УТВЕРЖДАЮ:»

Директор

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 1								
День 1								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (помидоры свежие)	50	13,62	0,55	0,10	1,90	10,70	982,00
	Терфели куриные в соусе (Филе куриное, свинина, лук репчатый, крупа рисовая, яйцо, соль по вкусу, масло)	80/20	47,26	14,85	9,84	6,95	175,73	1 129,00
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, вода, масло подсолнечное, соль по вкусу)	150	10,59	6,33	4,92	37,38	219,12	307,00
	Чай с медом (Чай медовый, 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	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		550,00	90,00	24,13	15,16	76,14	537,49	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (помидоры свежие)	70	19,15	0,77	0,14	2,66	14,98	982,00
	Терфели куриные в соусе (Филе куриное, свинина, лук репчатый, крупа рисовая, яйцо, соль по вкусу, масло)	80/30	47,74	16,34	10,82	7,64	193,30	1 129,00
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, вода, масло подсолнечное, соль по вкусу)	200	14,12	8,44	6,56	49,84	292,16	307,00
	Чай с медом (Чай медовый, вода)	200/20	15,09	0,15		14,61	59,04	693,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,90	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		634,00	100,00	28,25	17,86	92,09	642,10	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Ворш с капустой, картофелем и фрикадельками мясными		70/700	78,18	5,88	10,14	7,50	774,78	165,00

Обед 7-11 лет	Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч.,	20,200	20,10	2,00	10,14	1,20	227,10	102,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,75	0,17	0,06	10,88	44,74	667,00
	Котлета "Мечта" со свиной из минтая с соусом бел (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сахар панир,	80/30	51,63	13,97	12,44	9,83	267,19	1 061,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	170	30,88	3,38	6,65	21,11	177,84	867,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,56	2,33	0,31	15,81	75,33	-
Итого за обед 7-11 лет:		731,00	120,00	25,72	29,61	65,13	789,88	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками мясные (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч.,	30/250	39,84	7,48	12,91	9,54	244,27	165,00
	Котлета "Мечта" со свиной из минтая с соусом бел (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сахар панир,	80/30	51,63	12,75	11,68	9,28	267,19	1 061,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	190	34,45	3,77	7,44	23,60	206,41	867,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	5,75	0,17	0,06	10,88	44,74	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,33	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за обед 12 лет и старше:		809,00	135,00	26,35	32,38	68,09	833,08	
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.								
Завтрак 7-11 лет	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом (Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	160/5	15,02	4,83	4,49	25,27	160,80	515,00
	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
	Напиток из цикория (Цикорий растров, сахар, молоко, вода)	180	11,74	1,22	1,03	12,34	63,45	1 202,00
	Батон БХП	31	5,58	2,32	0,90	15,93	81,13	-
	Пюре фруктовое в п/у	1/125	26,56			13,75	55,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		566,00	90,00	10,49	10,92	84,82	479,48	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом (Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло подсол.)	190/10	22,99	5,85	5,44	30,62	194,91	515,00
	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
	Напиток из цикория (Цикорий растовор, сахар, молоко, вода)	200	13,05	1,35	1,14	13,71	70,50	1 202,00
	Батон БХП	35	6,30	2,63	1,02	17,99	91,60	-
	Пюре фруктовое в п/у	1/125	26,56			13,75	55,00	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	625,00	100,00	11,95	12,10	93,60	531,10	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками куриными (Фрикадельки куриные, картофель, горох, лук репчат., морковь, масло подсол., соль йод.)	20/200	23,42	8,93	9,19	14,10	174,81	157,00
	Гуляш из свинины (Свинина, лук репчат., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)	50/50	41,41	8,62	20,92	3,59	187,11	1 132,00
	Рис припущенный (Крупа рисовая, вода, масло сли., соль йод.)	160	15,08	4,25	4,14	43,16	196,89	552,00
	Напиток из ягод (брусника), протертой с сахаром (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	180	12,76	0,12	0,08	14,24	58,15	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	3,21	2,10	0,28	14,28	68,04	-
	Печенье в инд.уп	1/50	24,12	3,75	4,90	37,20	147,9	-
Итого за обед 7-11 лет:		738	120,00	27,77	39,50	126,58	832,9	

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 репчат., морковь, масло подсол., соль йод.)	20/230	24,82	10,15	10,44	16,03	198,65	157,00
	Гуляш из свинины (Свинина, лук репчат., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)	60/60	49,70	10,34	25,10	4,31	234,53	1 132,00
	Рис припущенный (Крупа рисовая, вода, масло сли., соль йод.)	200	18,85	5,32	5,17	53,95	223,61	552,00
	Напиток из ягод (брусника), протертой с сахаром (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	14,18	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,33	2,18	0,29	14,79	70,47	-
	Печенье в инд.уп	1/50	24,12	3,75	4,90	37,20	147,9	-

Итого за обед 12 лет и старше:		849	135,00	31,86	45,99	142,10	939,77	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				38,26	50,42	211,39	1312,38	
Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				43,81	58,09	235,71	1470,87	
День 3								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (огурцы свежие)	70	16,00	0,56	0,07	1,75	9,87	982,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод, соус красный)	70/30	43,57	9,72	13,53	7,67	221,31	222,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	33,39	4,12	5,96	26,80	197,32	371,00
	Чай с сахаром с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	26,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,79	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		607,00	100,00	16,91	19,89	59,52	534,73	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (огурцы свежие)	70	16,00	0,56	0,07	1,75	9,87	982,00
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод, соус красный)	70/30	43,57	9,72	13,53	7,67	221,31	222,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	33,39	4,12	5,96	26,80	197,32	371,00
	Чай с сахаром с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	26,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,79	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		607,00	100,00	16,91	19,89	59,52	534,73	
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
	Рассолыник Ленинградский с фрикадельками мясным (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа)	30/220	39,26	6,71	11,62	10,63	153,9	167,00
	Бедрышки куриные запеченные (Бедра куриные, сметана, масло подсол., соль йод.)	110	44,27	24,60	32,64	0,14	252,69	1105,00
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, вода, масло сл., масло подсол., соль йод.)	180	12,70	7,60	5,90	44,86	232,94	307,00
	Напиток из кураги с вит С	700	7,18	1,00	0,06	10,70	67,06	1142,00

	(Курата, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	1,40	1,07	1,07	0,34	17,34	82,62	1 142,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,90	2,55	0,34	17,34	82,62	-	
Итого за обед 7-11 лет:		874,00	135,00	43,64	50,76	96,06	825,61		
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	
	Рассольник Ленинградский с фрикадельками мясным (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крута	30/220	39,26	6,71	11,62	10,63	153,9	167,00	
	Бедрышки куриные запеченные (Бедра куриные, сметана, масло подсол., соль йод.)	110	44,27	24,60	32,64	0,14	252,69	1 105,00	
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, вода, масло сл., 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	34	3,90	2,55	0,34	17,34	82,62	-	
	Итого за обед 12 лет и старше:	874,00	135,00	43,64	50,76	96,06	825,61		
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.			60,55	70,64	155,59	1360,34			
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			60,55	70,64	155,59	1360,34			
День 4									
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Завтрак 7-11 лет	Яйцо вареное	1/40	21,00	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00	
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	9,80	5,96	2,15	31,82	170,47	515,00	
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	23/37	38,21	8,64	7,50	29,20	218,86	1 115,00	
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,39	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00	
	Сок фруктовый в пу 125	1/125	18,60	0,88	0,25	14,25	62,77	-	
Итого за завтрак 7-11 лет:		625	100,00	22,07	15,63	88,16	581,59		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и	Яйцо вареное	1/40	21,00	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00	
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	9,80	5,96	2,15	31,82	170,47	515,00	
Завтрак 12 лет и		Бутерброд с сыром на батоне	23/27	38,21	8,64	7,50	29,20	218,86	1 115,00

старше		2017	2018	2019	2020	2021	2022
(Сыр, батон в/с БХП)							
Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,39	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
Сок фруктовый в пл/у 125	1/125	18,60	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	625	100,00	22,07	15,63	88,16	581,59	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Суп картофельный с овсяными хлопьями с куриными (фрикадельки куриные, картофель, морковь, лук репч., хлопья Геркулес,	30/220	31,75	6,45	6,72	14,65	144,91	581,01
	Виточки мясные с соусом красным (говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль	70/30	44,37	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Булгур припущенный (крупяничная Булгур, масло сл., соль вод.)	180	26,25	6,86	4,73	39,01	226,06	1 133,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	180	8,58	0,16	0,71	14,24	64,00	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	109	20,61	0,44	0,44	10,68	48,40	-
Итого за обед 7-11 лет:		849,00	135,00	26,98	31,15	105,69	811,05	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с овсяными хлопьями с куриными (Фрикадельки куриные, картофель, морковь, лук репч., хлопья Геркулес,	30/220	31,75	6,45	6,72	14,65	144,91	581,01
	Биточки мясные с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, Масло подсол., соль	70/30	44,37	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Булгур припущенный (Крупяничная Булгур, масло сл., соль йод)	180	26,25	6,86	4,73	39,01	226,06	1 133,00
	Напиток из ягод (Облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	180	8,58	0,16	0,71	14,24	64,00	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,44	2,25	0,30	15,30	72,90	-
Яблоко свежее	109	20,61	0,44	0,44	10,68	48,40	-	
Итого за обед 12 лет и старше:		849,00	135,00	26,98	31,15	105,69	811,05	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				49,05	46,78	193,85	1 392,64	
Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				49,05	46,78	193,85	1 392,64	
День 5								

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Сыр в индивидуальной упаковке	1/18	26,25	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая молочная из риса с маслом (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., Масло сл.)	190/10	24,98	4,21	4,64	33,28	191,77	898,00
	Какао-напиток (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	11,21	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
	Батон БХП	32	5,76	2,40	0,93	16,45	94,21	-
	Напиток овсяный в п/у	1/200	31,80	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		650	100,00	11,80	16,62	81,02	529,75	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Сыр в индивидуальной упаковке	1/18	26,25	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша вязкая молочная из риса с маслом (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., Масло сл.)	190/10	24,98	4,21	4,64	33,28	191,77	898,00
	Какао-напиток (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	11,21	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
	Батон БХП	32	5,76	2,40	0,93	16,45	94,21	-
	Напиток овсяный в п/у	1/200	31,80	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		650	100,00	11,80	16,62	81,02	529,75	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками мясными (Фрикадельки мясные, лапша домашняя Чульн, морковь, лук репч., Масло	30/220	34,90	7,30	11,57	13,34	156,71	1 112,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, батон, лук репч., яйцо, сухарь панир., Масло	70/40	46,24	11,53	18,05	12,58	208,89	246,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	212,36	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	3,67	2,40	0,32	16,32	70,47	-
Десерт шоколадный (Чю-Рю)		1/30	30,00	1,05	9,00	17,40	156,00	-
Итого за обед 7-11 лет:		822	135,00	29,94	46,23	100,34	831,12	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
	Суп-лапша с фрикадельками мясными (Фрикадельки мясные, лапша домашняя Чульн, морковь, лук репч., Масло	30/220	34,90	7,30	11,57	13,34	156,71	1 112,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным	70/40	46,24	11,53	18,05	12,58	208,89	246,00

Обед 12 лет и старше	Г Оладья, свинина, батон, лук репч., яйцо, сахар панир., масло	100,40	40,24	11,33	10,03	12,30	200,07	240,00
	Г арнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	212,36	632,00
	Ч ай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	3,67	2,40	0,32	16,32	70,47	-
	Десерт шоколадный (Чю-Рио)	1/30	30,00	1,05	9,00	17,40	156,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		822	135,00	29,94	46,23	100,34	831,12	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				41,75	62,85	181,36	1360,87	
Итого за день 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				41,75	62,85	181,36	1360,87	
Неделя 2								
День 6								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (оладьи свежие)	70	16,07	0,56	0,07	1,75	9,87	982,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Г оладья, свинина, батон, вода, лук репч., яйцо, сахар панир., масло	70/40	46,20	11,53	18,05	12,58	238,89	246,00
	Рис припущенный (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	18,85	5,32	5,17	53,95	223,61	552,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	15,09	0,15	14,61	59,04	693,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,79	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		633,00	100,00	20,03	23,62	99,72	611,6	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (оладьи свежие)	70	16,07	0,56	0,07	1,75	9,87	982,00
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Г оладья, свинина, батон, вода, лук репч., яйцо, сахар панир., масло	70/40	46,20	11,53	18,05	12,58	238,89	246,00
	Рис припущенный (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	18,85	5,32	5,17	53,95	223,61	552,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	15,09	0,15	14,61	59,04	693,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	3,79	2,48	0,33	16,83	80,19	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		633,00	100,00	20,03	23,62	99,72	611,6	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								

Обед 7-11 лет	Бульон с куриными фрикадельками и гречками (Фрикадельки куриные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод.)	20/220/10	18,19	5,49	4,00	7,70	118,77	1 147,00
	Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом бе (Минтай, крупа рисовая, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль	80/30	61,58	14,12	6,72	9,49	234,89	272,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	30,05	3,71	5,36	24,12	259,59	371,00
	Чай с сахаром с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	32,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,33	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за обед 7-11 лет:		898	135,00	26,42	16,62	76,82	778,53	-
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Бульон с куриными фрикадельками и гречками (Фрикадельки куриные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод.)	20/220/10	18,19	5,49	4,00	7,70	118,77	1 147,00
	Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом бе (Минтай, крупа рисовая, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль	80/30	61,58	14,12	6,72	9,49	234,89	272,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	30,05	3,71	5,36	24,12	259,59	371,00
	Чай с сахаром с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	32,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	3,33	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за обед 12 лет и старше:		898	135,00	26,42	16,62	76,82	778,53	-
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				45,82	53,75	165,12	1 327,53	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				45,82	53,75	165,12	1 327,53	
День 7								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша манная молочная жидкая (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	11,78	4,91	2,24	28,36	123,24	850,00
	Блинчики "С пылу с жару" со стуженым молоком (Блинчики, молоко стуж.)	90/35	55,14	5,58	7,29	39,35	245,29	1 172,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00

	Батон БХП	43	7,70	3,22	1,25	22,10	112,53	-
	Пастигла фруктовая в и/у	2/15	18,60	1,20		29,50	122,80	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	598	100,00	16,27	12,19	121,45	600,55	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша Манная Молочная Жидкая (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	11,78	4,91	2,24	28,36	123,24	850,00
	Блинчики "С пылу с жару" со стуженным молоком (Блинчики, молоко стуж.)	90/35	55,14	5,58	7,29	39,35	245,29	1 172,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	43	7,70	3,22	1,25	22,10	112,53	-
	Пастигла фруктовая в и/у	2/15	18,60	1,20		29,50	122,80	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	598	100,00	16,27	12,19	121,45	600,55	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками мясными (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч.,	20/220/10	34,82	6,66	12,10	8,53	169,69	165,00
	Биточки мясные с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль	70/30	44,37	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	232,36	632,00
	Напиток из ягод (брусника), протертой с сахаром (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	14,18	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	128	24,20	0,51	0,51	12,54	56,83	-
Итого за обед 7-11 лет:		913,00	135,00	27,04	37,19	105,13	863,32	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками мясными (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч.,	20/220/10	34,82	6,66	12,10	8,53	169,69	165,00
	Биточки мясные с соусом красным (Говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль	70/30	44,37	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	232,36	632,00

	Напиток из ягоды (брусника), протертой с сахаром (Брусника протерта с сахаром, сахар-песок, вода)	200	14,18	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,02	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	128	24,20	0,51	0,51	12,54	56,83	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	913,00	135,00	27,04	37,19	105,13	863,32	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				43,31	49,37	226,57	1 523,87	
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				43,31	49,37	226,57	1 523,87	
День 8								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Закуска порционированная (помидоры свежие)	50	13,61	0,55	0,10	1,90	10,70	982,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репчат., вода, яйцо, сухарь панир.,	70/30	47,35	11,40	16,97	12,87	249,85	1 025,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	180	32,69	3,58	7,04	22,36	167,12	867,00
	Чай с сахаром с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	26,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	3,10	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		561,00	100,00	17,59	24,39	57,37	519,32	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (помидоры свежие)	50	13,61	0,55	0,10	1,90	10,70	982,00
	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репчат., вода, яйцо, сухарь панир.,	70/30	47,35	11,40	16,97	12,87	249,85	1 025,00
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	180	32,69	3,58	7,04	22,36	167,12	867,00
	Чай с сахаром с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,25	0,04		6,47	26,04	432,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:		561,00	100,00	17,59	24,39	57,37	519,32	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
	Уха "Рыбцацкая" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репчат., масло подсол., соль йод., масло сл.)	10/240	27,71	4,96	9,11	14,77	160,93	17,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (свиная) (Свинина, морковь, лук репчат., масло подсол., мука, томат паста, соль йод.)	50/75	47,18	11,66	29,39	5,69	303,91	1 148,00 *

Обед 7-11 лет	Бульер припущенный (Кр.пшеничная Бульер, масло сл., соль йод.)	180	26,25	6,86	4,73	39,01	226,06	1 133,00
	Чай с ягодой протертой (смородина) (Чай, сахар, вода, смородина протертая)	180	10,16	0,13	0,05	11,70	47,79	1 114,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,90	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Мандарин.	100	19,80	0,80	0,20	7,50	35,00	-
	Итого за обед 7-11 лет:	869,00	135,00	26,96	43,83	96,01	856,31	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Обед 12 лет и старше	Уха "Рыбцак" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод, масло сл.)	10/240	27,71	4,96	9,11	14,77	160,93	17,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (свинина) (Свинина, морковь, лук репч., масло подсол., мука, томат паста, соль йод.)	50/75	47,18	11,66	29,39	5,69	333,91	1 148,00
	Бульер припущенный (Кр.пшеничная Бульер, масло сл., соль йод.)	180	26,25	6,86	4,73	39,01	226,06	1 133,00
	Чай с ягодой протертой (смородина) (Чай, сахар, вода, смородина протертая)	180	10,16	0,13	0,05	11,70	47,79	1 114,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,90	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Мандарин.	100	19,80	0,80	0,20	7,50	35,00	-
	Итого за обед 12 лет и старше:	869,00	135,00	26,96	43,83	96,01	856,31	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
День 9								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Завтрак 7-11 лет	Каша кукурузная молочная вязкая (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	13,87	5,22	2,18	36,83	187,82	623,00
	Бульеробод с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/40	26,17	4,24	11,62	30,29	222,67	1 116,00
	Напиток из цикория (Цикорий растров., сахар, молоко, вода)	200	13,05	1,35	1,14	13,71	70,50	1 202,00
	Банан.	230	46,91	2,07	0,69	28,98	130,41	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	685,00	100,00	12,88	15,63	109,81	611,4	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Каша кукурузная молочная вязкая		200	13,87	5,22	2,18	36,83	187,82	623,00

Завтрак 12 лет и старше	(Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	12,01	2,22	2,10	23,02	101,02	022,00
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/40	26,17	4,24	11,62	30,29	242,67	1 116,00
	Напиток из цикории (Цикорий растовор, сахар, молоко, вода)	200	13,05	1,35	1,14	13,71	70,50	1 202,00
	Банан.	230	46,91	2,07	0,69	28,98	130,41	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	685,00	100,00	12,88	15,63	109,81	611,4	
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 и грибами (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод., грибы)	240/10	12,52	5,36	5,14	22,72	128,58	157,00
	Плов из свинины с овощами (Свинина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсол., (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	50/150	57,67	14,39	38,02	39,51	347,78	523,00
	Напиток из ягоды (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 Печенье в инд.уп	33 1/50	3,77 24,12	2,48 3,75	0,33 4,90	16,83 37,20	80,19 207,90	- -
Итого за обед 7-11 лет:	807	135,00	27,25	49,38	135,88	856,96		
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 и грибами (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод., грибы)	240/10	12,52	5,36	5,14	22,72	128,58	157,00
	Плов из свинины с овощами (Свинина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсол., (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	50/150	57,67	14,39	38,02	39,51	347,78	523,00
	Напиток из ягоды (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 Печенье в инд.уп	33 1/50	3,77 24,12	2,48 3,75	0,33 4,90	16,83 37,20	80,19 207,90	- -
Итого за обед 12 лет и старше:	807	135,00	27,25	49,38	135,88	856,96		
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
День 10								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								

Завтрак 7-11 лет	Яйцо перепелиное вареное	1/18	10,19	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	22,17	5,31	4,76	30,23	195,01	898,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	20/30	32,91	7,20	6,25	24,33	182,38	1 115,00
	Какао-напиток (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	11,21	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
	Яблоко свежее	125	23,52	0,50	0,50	12,25	55,50	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		590	100,00	16,47	14,65	78,32	521	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Завтрак 12 лет и старше	Яйцо перепелиное вареное	1/18	10,19	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/10	22,17	5,31	4,76	30,23	195,01	898,00
	Бутерброд с сыром на батоне (Сыр, батон в/с БХП)	20/30	32,91	7,20	6,25	24,33	182,38	1 115,00
	Какао-напиток (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	11,21	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
	Яблоко свежее	125	23,52	0,50	0,50	12,25	55,50	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		590	100,00	16,47	14,65	78,32	521	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Обед 7-11 лет	Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками мясными (Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено,	30/220	34,40	6,62	11,57	5,77	153,68	8,00
	Тефтели куриные в соусе (Филе куриное, свинина, лук репч., крупа рисовая, яйцо, соль йод., масло	80/40	48,39	17,83	11,80	8,33	210,87	1 129,00
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, вода, масло сл., масло подж., соль йод.)	200	14,12	8,44	6,56	49,84	292,16	307,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	42	4,75	3,15	0,42	21,42	102,06	-
Итого за обед 7-11 лет:		1/125	26,56			13,75	55,00	-
		937,00	135,00	37,39	31,77	101,25	840,46	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками мясными		20/220	34,40	6,62	11,57	5,77	153,68	8,00

Обед 12 лет и старше	(Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено,	20,220	24,40	0,02	11,37	2,17	1,22,00	0,00
	Тефтели куриные в соусе (Филе куриное, свинина, лук репч., крупа рисовая, яйцо, соль йод, масло	80/40	48,39	17,83	11,80	8,33	210,87	1 129,00
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, вода, масло сл., масло подсол., соль йод.)	200	14,12	8,44	6,56	49,84	292,16	307,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,78	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	42	4,75	3,15	0,42	21,42	102,06	-
	Пюре фруктовое в п/у	1/125	26,56			13,75	55,00	-
Итого за обед 12 лет и старше:		937,00	135,00	37,39	31,77	101,25	840,46	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				53,86	46,42	179,57	1 351,46	
Итого за день 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				53,86	46,42	179,57	1 351,46	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				109,72	132,63	464,81	3 491,48	
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.				226,03	288,42	590,68	5 863,04	
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.				234,35	302,51	614,68	6 119,15	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.				114,07	136,99	487,03	3 636,99	