



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

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

Присл. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>								
<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
Завтрак 7-11 лет	Мilkio вадерене	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная кукурузная с маслом без сахара (Крупа кукурузная, молоко, вода, соль, вкл., масло сл.)	170/10	26,10	6,16	5,20	35,87	214,91	623,00
	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	25/10/43	38,28	10,06	17,11	18,70	269,00	893,00
Итого за завтрак 7-11 лет:	Кофейный напиток злаковый (без сахара) (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода)	200	9,12	1,51	1,13	3,53	30,33	1 066,01
	<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>500</b>	<b>90,00</b>	<b>22,81</b>	<b>28,04</b>	<b>58,38</b>	<b>577,08</b>	
<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
Завтрак 12 лет и старше	Длинно варенное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная кукурузная с маслом без сахара (Крупа кукурузная, молоко, вода, соль, вкл., масло сл.)	230/10	31,22	8,22	6,93	47,82	286,55	623,00
	Бутерброд с сыром и маслом (Сыр, масло сл., хлеб пш.)	30/10/46	43,16	11,09	18,86	20,62	296,59	893,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:	Кофейный напиток злаковый (без сахара) (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода)	200	9,12	1,51	1,13	3,53	30,33	1 066,01
	<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>566</b>	<b>100,00</b>	<b>25,90</b>	<b>31,52</b>	<b>72,25</b>	<b>676,30</b>	
<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
Обед 7-11 лет	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, лапша Ролитон, морковь, лук репч., масло подсол., соль)	20/200	23,07	5,36	8,78	10,21	141,34	694,00
	Биточки мясные с соусом красным (Повидло, сынива, батон, вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль, вкл., специи, растительный)	80/30	44,68	11,90	20,08	13,00	280,26	1 055,00
	Парнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль, вкл.)	170	12,80	7,02	5,37	43,04	248,61	632,00
Итого за обед 7-11 лет:	Чай с медом (Чай мед., вода)	200/20	14,47	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Итого за обед 7-11 лет:	Хлеб фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-
	<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>877</b>	<b>120,00</b>	<b>26,83</b>	<b>34,55</b>	<b>110,93</b>	<b>862,01</b>	
<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
Суп-лапша домашняя с фрикадельками (Г+С)		30/270	33,65	7,31	11,98	13,92	182,73	694,00

Пюре фруктовое	125	22,32	26,83	34,55	13,75	55,00	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>877</b>	<b>120,00</b>	<b>26,83</b>	<b>34,55</b>	<b>110,93</b>	<b>862,01</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Суп-лапша домашняя с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, лапша домашн., молоко, лук, сельд., масло подсол., соль)	30/270	33,65	7,31	11,98	13,92	182,73	694,00
Биточки мясные с соусом красным (1 свиная, свиная, батон, вода, яйцо, сахар панир., масло подсол., соль йод., соус красной основной)	80/40	45,41	12,98	21,90	14,18	305,74	1 055,00
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	220	16,57	9,09	6,95	55,70	321,73	632,00
Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,47	0,15		14,61	59,04	977,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП (Чай, мёд, вода)	31	2,58	2,33	0,31	15,81	75,33	-
Пюре фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>1016</b>	<b>135,00</b>	<b>31,85</b>	<b>41,14</b>	<b>127,98</b>	<b>999,57</b>	

**Итого за обед 7-11 лет и старше:**

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Запеканка творожная с рисом (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подсол., сметана, ванилин, сахар панир.)	200	62,38	25,02	11,40	45,24	383,64	187,00
Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	3,24	2,93	0,39	19,89	94,77	-
Яблоко свежее	140	17,52	0,56	0,56	13,72	62,16	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>579</b>	<b>90,00</b>	<b>29,87</b>	<b>13,76</b>	<b>80,99</b>	<b>567,26</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Запеканка творожная с рисом (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подсол., сметана, ванилин, сахар панир.)	230	71,74	28,77	13,11	52,03	441,19	187,00
Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Яблоко свежее	148	18,57	0,59	0,59	14,50	65,71	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>612</b>	<b>100,00</b>	<b>33,28</b>	<b>15,45</b>	<b>86,01</b>	<b>616,21</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Суп картофельный с бобовыми (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод.)	250	9,47	5,13	5,29	17,96	139,97	157,00
Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	200/5	85,62	19,16	48,30	58,64	745,94	1 084,00
Напиток из шиповника с лимоном без сахара (Шиповник, вода, лимон)	200	5,18	0,21	0,07	2,23	10,39	667,02
Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	3,58	3,23	0,43	21,93	104,49	-

Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>898</b>	<b>120,00</b>	<b>29,13</b>	<b>54,49</b>	<b>123,56</b>	<b>1 101,19</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Суп картофельный с бобовыми (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод.)	290	10,98	5,95	6,14	20,83	152,37	157,00
Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль йод., масло сл.)	220/10	99,36	21,50	54,19	65,79	636,9	1 084,00
Напиток из лимонника с лимоном без сахара (Шиповник, вода, лимон)	200	5,18	0,21	0,07	2,23	10,39	667,02
Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	3,33	3,00	0,40	20,40	97,20	-
Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>960</b>	<b>135,00</b>	<b>32,06</b>	<b>61,20</b>	<b>132,06</b>	<b>997,02</b>	

**Итого за день 2 Возрастная категория: Сахарный диабет**

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Закуска порционированная (огурцы свежие)	40	11,93	0,32	0,04	1,00	5,64	982,00
Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сахар панир., масло подсол., соль йод., соус красный основной)	80/20	47,03	11,40	16,97	12,87	249,85	225,00
Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	180	28,35	3,71	5,36	24,12	159,59	371,00
Чай черный (Чай, вода)	200	0,61	0,19	0,04	0,03	1,33	1 009,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>545</b>	<b>90,00</b>	<b>17,49</b>	<b>22,67</b>	<b>50,77</b>	<b>477,15</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Закуска порционированная (огурцы свежие)	60	17,90	0,48	0,06	1,50	8,46	982,00
Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сахар панир., масло подсол., соль йод., соус красный основной)	80/20	47,03	11,40	16,97	12,87	249,85	225,00
Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	31,55	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
Чай черный (Чай, вода)	200	0,61	0,19	0,04	0,03	1,33	1 009,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>595</b>	<b>100,00</b>	<b>18,81</b>	<b>23,38</b>	<b>59,05</b>	<b>522,01</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Пи из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (1) (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсол., соль йод., сметана)	20/200/15	29,76	3,46	7,59	7,67	142,8	197,00
Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)	50/50	69,75	11,70	12,47	3,59	223,43	550,00

<b>Обед 7-11 лет</b>	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	160	11,23	5,78	4,34	33,92	197,81	307,00
	Компот из кураги с витамином С без сахара (Курага, лимон, кислота, аскорб. кислоты)	200	6,52	0,99	0,06	9,28	41,62	669,01
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>728</b>	<b>120,00</b>	<b>24,40</b>	<b>24,79</b>	<b>71,29</b>	<b>685,85</b>	

<b>Обед 12 лет и старше</b>	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
	Пи из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсол., соль йод, сметана)	30/250/15	39,59	4,34	9,53	9,63	153,6	197,00	
	Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)	50/70	70,90	14,04	14,97	4,31	238,12	550,00	
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	210	14,75	7,58	5,69	44,52	259,62	307,00	
	Компот из кураги с витамином С без сахара (Курага, лимон, кислота, аскорб. кислоты)	200	6,52	0,99	0,06	9,28	41,62	669,01	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	3,24	2,93	0,39	19,89	94,77	-	
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>864</b>	<b>135,00</b>	<b>29,88</b>	<b>30,63</b>	<b>87,63</b>	<b>787,73</b>		

<b>Итого за день 3 Возрастных категории: Сахарный диабет</b>								
<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Сыр поршинами	20	18,48	4,64	5,90	71,66	-	
	Каша молочная пшеница с маслом без сахара (Крупа пшено, молоко, вода, соль йод., масло слив.)	160/8	21,53	6,61	5,64	28,22	190,03	515,00
	Кофейный напиток злаковый (без сахара) (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода)	200	9,12	1,51	1,13	3,53	30,33	1 066,01
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	Напиток овсяный в пу	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
		620	90,00	17,16	19,39	67,07	509,78	
	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Сыр поршинами	22	20,33	5,10	6,49	78,83	-	
	Каша молочная пшеница с маслом без сахара (Крупа пшено, молоко, вода, соль йод., масло слив.)	230/10	29,26	9,44	8,05	40,31	271,47	515,00
	Кофейный напиток злаковый (без сахара) (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода)	200	9,12	1,51	1,13	3,53	30,33	1 066,01
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	37	3,08	2,78	0,37	18,87	89,91	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	Напиток овсяный в пу	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
		699	100,00	20,83	22,44	81,71	610,54	
	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>60</b>	<b>17,90</b>	<b>0,48</b>	<b>0,06</b>	<b>1,50</b>	<b>8,46</b>	<b>982,00</b>

Супл картофельный со свежими помидорами, с фрикадель

Обед 7-11 лет	Фрикадельки мясные, картофель, помидор св., морковь, лук репч., масло сл., соль йод.)	30/210	40,08	3,11	2,10	9,09	110,81	792,00
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом белым (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сахар панир., масло подсол., соль йод., соус белый)	80/20	37,47	12,97	11,15	9,10	188,60	1 061,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	170	18,09	4,09	5,42	41,30	230,33	552,00
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (Смесь сухофруктов, лимон кислоты, аскорб. кислота)	200	3,22	0,57	0,39	10,47	44,13	611,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	3,24	2,93	0,39	19,89	94,77	-
	Итого за обед 7-11 лет:	809	120,00	24,20	22,78	91,35	677,17	

Обед 12 лет и старше	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>									
	Закуска порционированная (отурцы свежие)	110	32,83	0,88	0,11	2,75	15,51	982,00		
	Суп картофельный со свежими помидорами, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, помидор св., морковь, лук репч., масло сл., соль йод.)	20/280	37,28	3,96	7,20	11,37	176,09	792,00		
	Котлета "Мечта" (со свиной) из минтая с соусом белым (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сахар панир., масло подсол., соль йод., соус белый)	80/20	37,47	12,97	11,15	9,10	188,60	1 061,00		
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	200	21,29	4,81	6,38	48,59	277,98	552,00		
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С без сахара (Смесь сухофруктов, лимон кислоты, аскорб. кислота)	200	3,22	0,57	0,35	10,47	44,13	611,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-		
	Итого за обед 12 лет и старше:	945	135,00	25,81	25,18	100,12	777,65			
	Итого за обед 12 лет и старше:	87,98	89,79	340,25	2 517,84					

Неделя 3	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>									
	Дйидо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00		
	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом без сахара (Хлопья Геркулес, молоко, вода, соль йод., масло слив.)	180/10	25,26	7,25	7,28	26,05	198,77	898,00		
	Бутерброд с сыром.	22/32	22,97	6,17	4,39	20,66	146,79	868,00		
	Кофейный напиток злаковый (без сахара) (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода)	200	9,12	1,51	1,13	3,53	30,33	1 066,01		
	Соки фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-		
	Итого за завтрак 7-11 лет:	684	90,00	21,41	17,80	73,32	539,12			

Завтрак 12 лет и старше	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>									
	Дйидо вареное	40	16,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00		
	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом без сахара (Хлопья Геркулес, молоко, вода, соль йод., масло слив.)	240/10	29,82	9,54	9,59	34,28	261,54	898,00		
Итого за завтрак 12 лет и старше:	27/17	78,11	7,88	4,61	76,30	187,56	948,00			

старше	(Сыр, хлеб пш.)	2,1772	20,771	1,000	2,001	20,007	10,000	000,000
	Кофейный напиток злаковый (без сахара) (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода)	200	9,12	1,51	1,13	3,53	30,33	1 066,01
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>759</b>	<b>100,00</b>	<b>25,41</b>	<b>21,32</b>	<b>87,28</b>	<b>642,67</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Обед 7-11 лет	Бульон с мясными фрикадельками (Г+С) и тренками (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., тренки)	10/200/10	10,07	4,26	4,34	6,54	82,24	1 079,00
	Шницель мясной с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соус красный основной)	80/20	43,93	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир "Забавка" (Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	12,54	4,63	4,22	35,56	198,74	310,00
	Напиток из ягод (брусника), протертой без сахара (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	13,28	0,13	0,09	11,28	46,45	1 083,01
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	13/34	17,86	2,90	7,20	19,31	153,61	778,00
	Пиоре фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-
	<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>842</b>	<b>120,00</b>	<b>22,73</b>	<b>34,10</b>	<b>98,25</b>	<b>790,83</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Обед 12 лет и старше	Бульон с мясными фрикадельками (Г+С) и тренками (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., тренки)	30/220/10	26,36	5,04	5,13	7,73	97,19	1 079,00
	Шницель мясной с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соус красный основной)	80/20	43,93	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир "Забавка" (Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	180	15,05	5,56	5,06	42,67	238,49	310,00
	Напиток из ягод (брусника), протертой без сахара (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	13,28	0,13	0,09	11,28	46,45	1 083,01
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	10/30	14,06	2,46	6,13	16,43	130,74	778,00
	Пиоре фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-
	<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>905</b>	<b>135,00</b>	<b>24,00</b>	<b>34,66</b>	<b>103,68</b>	<b>822,65</b>	

**Итого за обед 5 возрастных категорий: Сахарный диабет**

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Завтрак 7-11 лет	Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (Крупа пшеничная, молоко, вода, соль йод., масло сл.)	160/10	23,23	6,68	4,98	29,08	187,85	515,00
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	10/30	14,09	2,46	6,13	16,43	130,74	778,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,47	0,15		14,61	59,04	977,00
	<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>							

Итого за завтрак 7-11 лет:	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Напиток овсяный в п/у	630	90,00	11,30	17,50	79,12	517,62	-

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Итого за завтрак 12 лет и старше:	240/10	29,09	9,83	7,32	42,77	276,24	515,00
Каша молочная пшеничная с маслом без сахара (Крупа пшеничная, молоко, вода, соль йод., масло сл.)	13/38	18,23	3,14	7,81	20,95	166,69	778,00
Завтрак 12 лет и старше	200/20	14,47	0,15		14,61	59,04	977,00
Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	721	100,00	15,12	21,53	97,33	641,97	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:							
Напиток овсяный в п/у							

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Итого за обед 7-11 лет:	20/200	28,70	3,54	6,57	13,75	148,24	167,00
Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло подсол., соль йод.)	80/20	38,59	12,82	5,27	8,44	159,43	272,00
Обед 7-11 лет	170	26,79	3,50	5,07	22,78	150,72	371,00
Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Хлеб пшеничный йодированный ВХП	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 7-11 лет:	925	120,00	25,24	19,06	87,76	669,53	-

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Итого за обед 12 лет и старше:	30/230	38,70	4,18	7,76	16,25	191,56	167,00
Рассольник "Ленинградский" с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло подсол., соль йод.)	80/20	38,59	12,82	5,27	8,44	152,43	272,00
Обед 12 лет и старше	200	31,54	4,12	5,96	26,80	187,32	371,00
Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	38	3,16	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Хлеб пшеничный йодированный ВХП	200	16,15	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 12 лет и старше:	998	135,00	26,73	21,18	95,81	775,74	-

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Итого за обед 12 лет и старше:	78,39	79,27	360,02	7,463,87			
Запеканка творожная с рисом							

Завтрак 7-11 лет	(Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подсол., сметана, ванилин, сахар (панир))	200	02,33	23,02	11,40	43,24	383,04	187,00
	Чай с молоком. (чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	39	3,24	2,93	0,39	19,89	94,77	-
	Яблоко свежее	140	17,57	0,56	0,56	13,72	62,16	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>579</b>	<b>90,00</b>	<b>29,87</b>	<b>13,76</b>	<b>80,99</b>	<b>567,26</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Завтрак 12 лет и старше	Запеканка творожная с рисом (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар-песок, масло подсол., сметана, ванилин, сахар (панир))	230	71,74	28,77	13,11	52,03	441,19	187,00
	Чай с молоком. (чай, молоко, вода)	200	6,86	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Яблоко свежее	148	18,57	0,59	0,59	14,50	65,71	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>612</b>	<b>100,00</b>	<b>33,28</b>	<b>15,45</b>	<b>86,01</b>	<b>616,21</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Г+С) и фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репчат., морковь, масло подсол., соль (вод. тренки)	20/220/10	25,74	10,52	11,52	21,58	232,03	157,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репчат., масло подсол., мука, томат паста, соль йод.)	50/60	70,37	13,07	15,29	5,01	209,87	675,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	14,04	7,22	5,42	42,40	247,26	307,00
	Компот из кураги с витамином С без сахара (Курага, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	6,52	0,99	0,06	9,28	41,62	669,01
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	3,33	3,00	0,40	20,40	97,20	-
	<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>800</b>	<b>120,00</b>	<b>34,79</b>	<b>32,68</b>	<b>98,66</b>	<b>827,98</b>	

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Г+С) и фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репчат., морковь, масло подсол., соль (вод. тренки)	20/250/10	26,87	11,78	12,90	24,17	259,87	157,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репчат., масло подсол., мука, томат паста, соль йод.)	60/60	83,74	14,26	16,68	5,46	228,95	675,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	210	14,71	7,58	5,69	44,52	259,62	307,00
	Компот из кураги с витамином С без сахара (Курага, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	6,52	0,99	0,06	9,28	41,62	669,01
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,16	2,85	0,38	19,38	92,34	-
	<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>848</b>	<b>135,00</b>	<b>37,46</b>	<b>35,71</b>	<b>102,81</b>	<b>882,40</b>	

**Итого за день 7 Возрастная категория: Сахарный диабет**

**Возрастная категория: Сахарный диабет**

	<b>135,39</b>	<b>97,60</b>	<b>368,47</b>	<b>2 893,85</b>
--	---------------	--------------	---------------	-----------------



<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Закуска порционированная (огурцы свежие)	45	13,43	0,36	0,05	1,13	6,35	982,00	
	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль мол., соус красный основной)	80/20	43,55	9,72	13,53	7,67	201,31	222,00	
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль мол.)	170	28,42	3,38	6,65	21,11	157,84	867,00	
	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	1,94	0,04		0,11	0,60	431,02	
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	Хлеб пшеничный йодированный БХП (Чай, лимон, вода)	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-	
	<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>551</b>	<b>90,00</b>	<b>15,90</b>	<b>20,54</b>	<b>46,34</b>	<b>446,85</b>		
	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
	Закуска порционированная (огурцы свежие)	60	17,90	0,48	0,06	1,50	8,46	982,00	
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Ёжики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль мол., соус красный основной)	80/30	44,24	10,69	14,88	8,44	219,44	222,00	
	Пюре овощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль мол.)	200	33,51	3,97	7,83	24,84	205,69	867,00	
	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	1,94	0,04		0,11	0,60	431,02	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП (Чай, лимон, вода)	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-	
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>603</b>	<b>100,00</b>	<b>17,36</b>	<b>23,06</b>	<b>49,68</b>	<b>516,66</b>		
	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
	Суп Кудрявый с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсолнечное)	20/200	35,52	10,10	10,44	24,17	231,07	824,00	
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир, масло подсолнечное, соль мол., соус красный основной)	80/30	44,02	11,73	17,92	12,28	257,35	246,00	
<b>Обед 7-11 лет</b>	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль мол.)	150	11,30	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00	
	Напиток из шиповника с лимоном без сахара (Шиповник, вода, лимон)	200	5,18	0,21	0,07	2,23	10,39	667,02	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	20	1,66	1,50	0,20	10,20	48,60	-	
	Пюре фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-	
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>825</b>	<b>120,00</b>	<b>29,74</b>	<b>33,37</b>	<b>100,61</b>	<b>821,77</b>		
	<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>								
	Суп Кудрявый с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсолнечное)	30/230	46,51	11,94	12,34	28,56	273,08	824,00	
	Котлета "Домашняя" с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир, масло подсолнечное, соль мол., соус красный основной)	80/30	44,02	11,73	17,92	12,28	257,35	246,00	
<b>Обед 12 лет и старше</b>	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль мол.)	190	14,31	7,85	6,00	48,11	277,86	632,00	

Напиток из шиповника с лимоном без сахара (Шиповник, вода, лимон)	200	5,18	0,21	0,07	2,23	10,39	667,02
Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Пюре фруктовое	125	22,32			13,75	55,00	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>917</b>	<b>135,00</b>	<b>34,13</b>	<b>36,66</b>	<b>121,25</b>	<b>951,44</b>	

**Итого за день 8 Возрастная категория: Сахарный диабет**

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Закуска порционированная (помидоры свежие)	40	12,20	0,44	0,08	1,52	8,56	982,00
Макаронные изделия "Карбонара"	200	26,74	11,22	9,48	36,60	276,60	448,00
(Макаронные изд., маслоподжиг, лук репч., томат.паста, масло поджиг., соль йод.)							
Компот из изюма с витамином С без сахара	200	9,52	0,10	0,43	11,98	52,19	435,01
(Изюм, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)							
Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	3,33	3,00	0,40	20,40	97,20	-
Напиток овсяный в пу	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>680</b>	<b>90,00</b>	<b>16,76</b>	<b>16,79</b>	<b>89,50</b>	<b>574,55</b>	

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Закуска порционированная (помидоры свежие)	60	18,36	0,66	0,12	2,28	12,84	982,00
Макаронные изделия "Карбонара"	230	30,75	12,90	10,90	42,09	318,09	448,00
(Макаронные изд., маслоподжиг, лук репч., томат.паста, масло поджиг., соль йод.)							
Компот из изюма с витамином С без сахара	200	9,52	0,10	0,43	11,98	52,19	435,01
(Изюм, сахар-песок, лимон.кислота, аскорб.кислота)							
Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,16	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Напиток овсяный в пу	200	38,21	2,00	6,40	19,00	140,00	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>728</b>	<b>100,00</b>	<b>18,51</b>	<b>18,23</b>	<b>94,73</b>	<b>615,46</b>	

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Борщ с капустой и картофелем.	250	9,15	1,94	4,89	12,78	102,89	165,00
(Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло поджиг., сахар-песок, зелень сухая, соль йод.)							
Плов из говядины с овощами	50/170	88,66	20,08	30,21	43,46	526,00	523,00
(Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло поджиг., томат.паста, соль йод.)							
Чай с лимоном без сахара	200/4	1,94	0,04		0,11	0,60	431,02
(Чай, лимон, вода)							
Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
Яблоко свежее	138	17,26	0,55	0,55	13,52	61,27	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>848</b>	<b>120,00</b>	<b>25,31</b>	<b>36,01</b>	<b>88,24</b>	<b>778,24</b>	

<b>Возрастная категория: Сахарный диабет</b>							
Борщ с капустой и картофелем.	250	9,15	1,94	4,89	12,78	102,89	165,00
(Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат.паста, мука, масло поджиг., сахар-песок, зелень сухая, соль йод.)							
Плов из говядины с овощами							

Обед 12 лет и старше	(Г оладина, крути рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсол., томат паста, соль кол)	бу/180	103,01	21,90	32,92	41,41	213,82	223,00
	Чай с лимоном без сахара (Чай, лимон, вода)	200/4	1,94	0,04		0,11	0,60	431,02
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	2,99	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Йогурт свежий	138	17,31	0,55	0,55	13,52	61,27	-
	<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>868</b>	<b>135,00</b>	<b>27,13</b>	<b>38,75</b>	<b>92,19</b>	<b>826,06</b>	
<b>Итого за обед 9 лет и старше:</b>	<b>Итого за обед 9 лет и старше:</b>			<b>87,71</b>	<b>109,78</b>	<b>364,68</b>	<b>2794,31</b>	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Сахарный диабет				62,55	55,27	172,54	1437,37	
Среднее значение период по Обед 7-11 лет Сахарный диабет				99,82	128,20	282,09	2681,50	
Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Сахарный диабет				111,73	143,62	320,38	3021,02	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Сахарный диабет				72,20	63,18	203,66	1671,60	