



<b>Обед 7-11 лет</b>	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, бекон, вода, яйцо, сухарь панир, Масло подсол., соль йод., соус)	80/20	46,75	10,82	18,25	11,82	254,78	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, Масло сл., соль йод.)	150	13,87	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,55	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,71	1,95	0,26	13,26	63,18	-
	Десерт шоколадный (Чио-Рио)	30	28,80	1,05	9,00	17,40	156,00	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>716</b>	<b>120,00</b>	<b>23,28</b>	<b>37,04</b>	<b>97,33</b>	<b>817,00</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Обед 12 лет и старше</b>	Буллон с мясными фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод.)	30/250	27,35	4,32	5,60	1,47	73,59	1 079,00
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, бекон, вода, яйцо, сухарь панир, Масло подсол., соль йод., соус)	80/30	47,56	11,90	20,08	13,00	280,26	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, Масло сл., соль йод.)	190	17,57	7,85	6,00	48,11	277,86	632,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,55	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	4,17	3,00	0,40	20,40	97,20	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>850</b>	<b>135,00</b>	<b>28,30</b>	<b>41,87</b>	<b>116,20</b>	<b>956,02</b>	

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

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

				37,46	49,95	166,29	1 265,78	
				44,81	57,06	194,86	1 473,49	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Пельмени отварные в бульоне (Пельмени, бульон, соль йод., специи)	180/20	71,62	11,55	27,03	35,41	431,13	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Яблоко свежее	111	13,87	0,44	0,44	10,88	49,28	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>536,00</b>	<b>90,00</b>	<b>13,87</b>	<b>27,73</b>	<b>68,12</b>	<b>577,48</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	<b>ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ В БУЛЬОНЕ</b> (Пельмени: бульон, соль под, веники)	200/40	79,64	13,86	32,44	42,49	517,35	1 084,00
	<b>Чай с сахаром</b> (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	<b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	<b>Яблоко свежее</b>	123	15,33	0,49	0,49	12,05	54,61	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>593,00</b>	<b>100,00</b>	<b>16,60</b>	<b>33,23</b>	<b>78,92</b>	<b>681,19</b>	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Обед 7-11 лет</b>	<b>Пиц из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (Г+С)</b> (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подг., соус)	10/200	18,59	3,01	6,13	6,83	114,52	197,00
	<b>Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом белым</b> (Минтай, крупа рисовая, лук репч., яйцо, сухарь панир, масло подг., соль под., соус)	80/20	39,26	12,82	5,27	8,44	162,43	272,00
	<b>Пюре картофельное</b> (Картофель, молоко, масло сл., соль под.)	150	33,53	3,09	4,47	20,10	159,99	371,00
	<b>Чай с лимоном</b> (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	431,00
	<b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>	28	2,92	2,10	0,28	14,28	68,04	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>727</b>	<b>120,00</b>	<b>21,31</b>	<b>18,60</b>	<b>85,57</b>	<b>671,4</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Обед 12 лет и старше</b>	<b>Пиц из свежей капусты с картофелем, с фрикадельками (Г+С)</b> (Фрикадельки мясные, капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подг., соус)	10/250	21,07	3,73	7,59	8,45	147,03	197,00
	<b>Биточки рыбные по-домашнему (минтай) с соусом белым</b> (Минтай, крупа рисовая, лук репч., яйцо, сухарь панир, масло подг., соль под., соус)	80/30	39,78	14,10	5,79	9,28	195,67	272,00
	<b>Пюре картофельное</b> (Картофель, молоко, масло сл., соль под.)	200	44,70	4,12	5,96	26,80	187,32	371,00
	<b>Чай с лимоном</b> (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04		9,19	36,92	431,00
	<b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>845</b>	<b>135,00</b>	<b>24,94</b>	<b>22,15</b>	<b>98,82</b>	<b>783,92</b>	
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>				<b>35,18</b>	<b>46,32</b>	<b>153,69</b>	<b>1 171,88</b>	
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>				<b>41,55</b>	<b>55,38</b>	<b>177,75</b>	<b>1 375,11</b>	

## Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Сыр в индивидуальной упаковке	18	21,00	1,37	2,98	0,88	35,82	-
Каши вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	190/6	27,75	6,44	8,14	33,58	233,33	898,00
Чай с вареньем (Чай, варенье, вода)	200/20	11,77	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
Батон БХП	43	7,01	3,22	1,25	22,10	112,53	-
Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>512</b>	<b>90,00</b>	<b>11,34</b>	<b>14,84</b>	<b>96,77</b>	<b>565,48</b>	

## Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Сыр в индивидуальной упаковке	18	21,00	1,37	2,98	0,88	35,82	-
Каши вязкая молочная из ячневой крупы с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	230/10	37,75	7,89	9,97	41,12	285,71	898,00
Чай с вареньем (Чай, варенье, вода)	200/20	11,77	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
Батон БХП	43	7,01	3,22	1,25	22,10	112,53	-
Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>556</b>	<b>100,00</b>	<b>12,79</b>	<b>16,66</b>	<b>104,31</b>	<b>617,87</b>	

## Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Суп картофельный с бобовыми, и грибами. (Картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод., грибки)	200/10	11,16	5,06	5,49	19,94	149,42	157,00
Гуляш мясной (Говядина, лук репч., мука, томат-пюре, масло подсол., соль йод.)	45/45	67,15	10,53	11,22	3,23	156,09	550,00
Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	150	18,29	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон. кислота, аскорб. кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-
Яблоко свежее	104	13,04	0,42	0,42	10,19	46,18	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>779,00</b>	<b>120,00</b>	<b>22,48</b>	<b>22,23</b>	<b>100,92</b>	<b>693,61</b>	

## Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Суп картофельный с бобовыми, и грибами.	200/10	12,75	6,76	6,90	24,60	195,00	157,00
---	--------	-------	------	------	-------	--------	--------

Обед 12 лет и старше	Картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, соль йод., специи	400,00	12,12	0,20	0,00	0,00	27,00	100,00	100,00	550,00
	Гуляш мясной (говядина, лук репчатый, мука, томатная паста, масло подсолнечное, соль йод.)	50/50	74,63	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00		
	Рис отварной (крупа рисовая, вода, масло сливочное, соль йод.)	180	21,95	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00		
	Компот из кураги с витамином С. (курага, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-		
	Яблоко свежее	110	13,79	0,44	0,44	10,78	48,84	-		
Итого за обед 12 лет и старше:		880,00	135,00	25,97	25,81	116,45	801,99			
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				33,82	37,06	197,69	1 259,09			
Итого за день 3 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.			36,76	42,47	220,77	1 419,86				

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

Завтрак 7-11 лет	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсолнечное, соль йод., специи)	80/40	48,36	12,98	21,90	14,18	305,74	1 055,00
	Пюре овощное (картофель, молоко, морковь, масло сливочное, соль йод.)	150	35,26	2,98	5,87	18,63	139,27	867,00
	Чай с сахаром (чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
Итого за завтрак 7-11 лет:		513,00	90,00	19,19	28,20	63,82	585,82	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

Завтрак 12 лет и старше	Котлета мясная с соусом красным (говядина, свинина, батон, вода, яйцо, сухарь панир, масло подсолнечное, соль йод., специи)	80/40	48,36	12,98	21,90	14,18	305,74	1 055,00
	Пюре овощное (картофель, молоко, морковь, масло сливочное, соль йод.)	190	44,73	3,77	7,44	23,60	176,41	867,00
	Чай с сахаром (чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
Итого за завтрак 12 лет и старше:		558,00	100,00	20,35	29,82	71,34	635,11	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

Суп Кулдравий	220	28,51	6,00	1,60	26,66	177,00	921,00
---------------	-----	-------	------	------	-------	--------	--------

	(Картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсолнечное, соль йод.)	220	203,00	0,30	7,00	20,00	112,70	027,00	
	<b>Бедрышки куриные запеченные</b> (Бедра куриные, сметана, масло подсолнечное, соль йод.)	100	60,71	22,36	29,67	0,13	256,99	1 105,00	
<b>Обед 7-11 лет</b>	<b>Макаронные изделия отварные:</b> (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	160	21,29	5,78	4,34	33,92	197,81	307,00	
	<b>Компот из смеси сухофруктов с витамином С:</b> (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	4,45	0,57		19,55	80,48	611,00	
	<b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>	28	2,92	2,10	0,28	14,28	68,04	-	
	<b>Хлеб ржаной БХП</b>	25	2,10	1,65	0,30	9,90	48,90	-	
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>733,00</b>	<b>120,00</b>	<b>38,55</b>	<b>39,19</b>	<b>104,44</b>	<b>824,62</b>		
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>									
	<b>Суп Кудрявый</b> (Картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсолнечное, соль йод.)	260	33,68	7,20	5,44	31,50	203,75	824,00	
	<b>Бедрышки куриные запеченные</b> (Бедра куриные, сметана, масло подсолнечное, соль йод.)	110	66,78	24,60	32,64	0,14	292,69	1 105,00	
<b>Обед 12 лет и старше</b>	<b>Макаронные изделия отварные:</b> (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	190	25,28	6,86	5,15	40,28	234,90	307,00	
	<b>Компот из смеси сухофруктов с витамином С:</b> (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон кислота, аскорб. кислота)	200	4,45	0,57		19,55	80,48	611,00	
	<b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>	26	2,71	1,95	0,26	13,26	63,18	-	
	<b>Хлеб ржаной БХП</b>	25	2,10	1,65	0,30	9,90	48,90	-	
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>811,00</b>	<b>135,00</b>	<b>42,82</b>	<b>43,79</b>	<b>114,63</b>	<b>923,9</b>		
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет:</b>		<b>52,44</b>	<b>54,15</b>		<b>199,44</b>		<b>1 494,88</b>		
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше:</b>		<b>58,60</b>	<b>61,05</b>		<b>219,94</b>		<b>1 663,62</b>		
<b>День 5</b>									
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>									
	<b>Каша вязкая молочная из пшенной крупы</b> (Крупа пшеница, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	200	20,49	8,02	4,16	39,81	228,76	515,00	
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	<b>Кефир "Столичный" в капсуле (конд. пех) 75</b> (Кефирный напиток закваской, молоко, вода, сахар)	75	54,30	5,25	15,00	45,00	236	137,00	
	<b>Кофейный напиток закваской</b> (Кофейный напиток закваской, молоко, вода, сахар)	200	12,19	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00	
	<b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>	29	3,02	2,18	0,29	14,79	70,47	-	
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>504</b>	<b>90,00</b>	<b>16,96</b>	<b>20,58</b>	<b>112,21</b>	<b>601,88</b>		

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Капша вязкая молочная из пшениной крупы (Крупа пшеница, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	250	25,68	10,03	5,20	49,76	275,95	515,00
	Кежес "Столичный" в капле (конд. неж) 75	75	54,30	5,25	15,00	45,00	236	137,00
	Кофейный напиток эдаковый (Кофейный напиток эдаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,19	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	Батон БХП	48	7,83	3,60	1,39	24,67	125,62	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>573</b>	<b>100,00</b>	<b>20,39</b>	<b>22,72</b>	<b>132,04</b>	<b>704,22</b>	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Обед 7-11 лет</b>	Уха "Рыбцаккай" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод., масло сл.)	10/210	29,18	4,37	8,02	13,00	141,62	17,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсол., мука, томат. паста, соль йод.)	45/45	67,91	10,69	12,51	4,10	171,71	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	150	10,34	4,28	3,83	29,57	169,79	585,00
	Напиток из шиповника. (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Хлеб ржаной БХП	27	2,27	1,78	0,32	10,69	52,81	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>		<b>722,00</b>	<b>120,00</b>	<b>23,95</b>	<b>25,09</b>	<b>88,33</b>	<b>674,97</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Обед 12 лет и старше</b>	Уха "Рыбцаккай" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод., масло сл.)	10/260	33,78	5,36	9,84	15,95	173,80	17,00
	Мясо тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсол., мука, томат. паста, соль йод.)	50/50	75,46	11,88	13,90	4,55	190,79	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	180	12,41	5,13	4,59	35,48	203,74	585,00
	Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	40	4,17	3,00	0,40	20,40	97,20	-
	Хлеб ржаной БХП	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>		<b>820,00</b>	<b>135,00</b>	<b>27,56</b>	<b>29,15</b>	<b>101,39</b>	<b>778,21</b>	

**Итого за день 5 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>41,58</b>	<b>42,43</b>	<b>204,40</b>	<b>1 365,79</b>	
--------------	--------------	---------------	-----------------	--

Итого за день: 5 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

48,87

47,52

240,29

1584,37

Неделя 1

День 6

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

Завтрак 7-11 лет	Каша молочная "Улыбка". (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	160	21,27	5,62	3,64	31,11	179,68	53,00	
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/38	28,56	3,09	10,76	20,60	191,60	1116,00	
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00	
	Пюре фруктовое	125	26,40			13,75	55,00	-	
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>538,00</b>	<b>90,00</b>	<b>10,53</b>	<b>16,07</b>	<b>78,69</b>	<b>501,47</b>		
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>									
Завтрак 12 лет и старше	Каша молочная "Улыбка". (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод.)	230	30,59	8,08	5,23	44,73	258,29	53,00	
	Бутерброд с маслом на батоне (Масло сл., батон в/с БХП)	15/42	29,24	3,32	11,57	22,16	206,06	1116,00	
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	13,77	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00	
	Пюре фруктовое	125	26,40			13,75	55,00	-	
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>612,00</b>	<b>100,00</b>	<b>13,22</b>	<b>18,47</b>	<b>93,86</b>	<b>594,53</b>		

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, лапша Ралтон, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.)	20/180	24,02	4,87	7,99	9,28	128,49	1112,00
	Шницель мясной с соусом красным (Повидло, свиная, хлеб пш., вода, яйцо, сухарь панир, масло подсол., соль йод., соус)	80/20	46,77	10,82	18,25	11,82	254,78	1055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	13,88	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
Итого за обед 7-11 лет:	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
	<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>721</b>	<b>120,00</b>	<b>26,12</b>	<b>35,19</b>	<b>105,81</b>	<b>843,87</b>	



**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Обед 12 лет и старше</b>	Суп-лапша с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, лапша Редигтон, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.)	30/250	35,33	6,82	11,18	12,99	179,88	1 112,00
	Шницель мясной с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., яйцо, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод., соус)	80/30	47,58	11,90	20,08	13,00	280,26	1 055,00
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	16,66	7,43	5,69	45,58	263,23	632,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-
	Зефир Йогуртовый	35	22,47	0,25	2,45	26,74	129,50	-
	<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>841</b>	<b>135,00</b>	<b>30,47</b>	<b>41,16</b>	<b>118,81</b>	<b>967,05</b>	
	<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>		<b>36,65</b>	<b>51,25</b>	<b>184,50</b>	<b>1 345,34</b>		
	<b>Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>		<b>43,69</b>	<b>59,63</b>	<b>212,66</b>	<b>1 561,58</b>		

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод.)	80/30	51,88	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00	
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	160	31,66	3,30	4,77	21,44	141,86	371,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04	0,31	9,19	36,92	431,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-	
	<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>504</b>	<b>90,00</b>	<b>18,20</b>	<b>23,75</b>	<b>60,60</b>	<b>528,94</b>		
	<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>								
	<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, батон, молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль йод.)	80/40	52,69	13,68	20,37	15,45	299,81	225,00
		Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	200	39,60	4,12	5,96	26,80	177,32	371,00
		Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,23	0,04	0,43	9,19	36,92	431,00
		Хлеб пшеничный йодированный БХП	43	4,48	3,23	0,43	21,93	104,49	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>567,00</b>	<b>100,00</b>	<b>21,07</b>	<b>26,76</b>	<b>73,37</b>	<b>618,54</b>			

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Обед 7-11 лет</b>	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсол., соль под., сметана)	200/10	15,06	1,61	4,87	6,99	78,24	197,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль под., масло сл.)	180/5	84,86	17,29	43,59	52,92	573,16	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,13	2,25	0,30	15,30	72,90	-
	Яблоко свежее	120	15,05	0,48	0,48	11,76	53,28	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>765</b>	<b>120,00</b>	<b>21,63</b>	<b>49,24</b>	<b>96,06</b>	<b>813,9</b>		

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Обед 12 лет и старше</b>	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат.паста, масло подсол., соль под., сметана)	250/10	17,36	1,99	6,03	8,66	96,87	197,00
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль под., масло сл.)	190/10	96,71	18,70	47,12	57,21	627,74	1 084,00
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,90			9,08	36,32	663,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Яблоко свежее	126	15,80	0,50	0,50	12,35	55,94	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>817,00</b>	<b>135,00</b>	<b>23,52</b>	<b>53,97</b>	<b>103,11</b>	<b>892,2</b>		

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

**Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше**

			<b>39,83</b>	<b>72,99</b>	<b>156,66</b>	<b>1 442,84</b>	
			<b>44,58</b>	<b>80,72</b>	<b>176,48</b>	<b>1 610,75</b>	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	30	12,47	0,48	0,12	4,29	20,16	984,00
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изд., мясопродукт, лук репч., томат.паста, масло подсол., соль под.)	200	34,82	11,22	9,48	36,60	276,60	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,53	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Мандарины	127	24,95	1,02	0,25	9,53	44,45	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>608,00</b>	<b>90,00</b>	<b>15,19</b>	<b>10,16</b>	<b>80,84</b>	<b>475,58</b>		

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

Завтрак 12 лет и старше	Закуска порционированная (кукуруза консервированная)	40	16,63	0,64	0,16	5,72	26,88	984,00
	Макаронные изделия "Карбонара" (Макаронные изделия, мясопродукт, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, соль йодированная)	230	40,07	12,90	10,90	42,09	318,09	448,00
	Чай с мёдом (Чай, мёд, вода)	200/20	14,53	0,15		14,61	59,04	977,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Мандарин	130	25,54	1,04	0,26	9,75	45,50	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		651,00	100,00	17,06	11,63	87,98	524,84	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

Обед 7-11 лет	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Г+С) и гречкой (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, соль йодированная)	10/180/10	18,09	8,41	9,21	17,26	185,62	157,00
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым (Филе куриное, батон, вода, лук репчатый, яйцо, сахар пшеничный, масло сливочное, соль йодированная, соус)	80/20	45,71	15,46	6,63	14,23	178,43	1 069,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сливочное, соль йодированная)	150	18,30	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, ягоды, аскорбиновая кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	3,75	2,70	0,36	18,36	87,48	-
Итого за обед 7-11 лет:		811,00	120,00	31,17	21,05	118,41	787,70	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Г+С) и гречкой (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, соль йодированная)	20/230/10	29,10	10,94	11,98	22,44	241,31	157,00
	Биточки рубленые из курицы с соусом белым. (Филе куриное, батон, вода, лук репчатый, яйцо, сахар пшеничный, масло сливочное, соль йодированная, соус)	80/30	46,24	15,52	7,00	14,57	183,36	1 069,00
	Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сливочное, соль йодированная)	180	21,97	4,33	5,74	43,73	243,88	552,00
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, ягоды, аскорбиновая кислота)	200	7,75	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	3,54	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Итого за обед 12 лет и старше:		909,00	135,00	34,32	25,12	130,19	884,10	
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет</b>				46,36	31,21	199,24	1 263,28	

Итого за день: 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

День: 9

51,38

36,75

218,17

1 408,94

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом. (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/7	29,74	6,45	6,65	33,60	220,04	515,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (вишня) (Блин-конверт с вишней, масло слив.)	65	29,24	4,22	5,90	11,93	117,70	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	33	5,38	2,48	0,96	16,96	86,36	-
	Яблоко свежее	131	16,43	0,52	0,52	12,84	58,16	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>616,00</b>	<b>90,00</b>	<b>15,03</b>	<b>15,44</b>	<b>77,47</b>	<b>508,96</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом. (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/9	39,22	8,59	8,85	44,74	293,00	515,00
	Блины-конверты с фруктовой начинкой (вишня) (Блин-конверт с вишней, масло слив.)	65	29,24	4,22	5,90	11,93	117,70	1 097,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,21	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Батон БХП	37	6,03	2,77	1,07	19,02	96,83	-
	Яблоко свежее	130	16,30	0,52	0,52	12,74	57,72	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>681,00</b>	<b>100,00</b>	<b>17,47</b>	<b>17,75</b>	<b>90,57</b>	<b>591,94</b>	

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Обед 7-11 лет</b>	Рассольник "Ленинградский" (Картофель, морковь, огурцы солен., лук реп., крупа перловая, масло подсол., соль йод.)	200	14,01	1,75	4,06	12,89	95,06	167,00
	Ежики мясные (со свиной) с соусом красным (Говядина, свиная, крупа рисовая, вода, лук реп., соль йод., соус красный основной)	80/30	47,39	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	150	19,97	5,42	4,07	31,80	185,45	307,00
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,55	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,61	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной БХП	25	2,10	1,65	0,30	9,90	48,90	-

Мандарин:	124	24,37	0,99	0,25	9,30	43,40	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>834,00</b>	<b>120,00</b>	<b>22,55</b>	<b>24,59</b>	<b>100,90</b>	<b>715,11</b>	

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Обед 12 лет и старше</b>	<b>Рассольник "Ленинградский"</b> (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, масло подсол., соль йод.)	280	19,62	2,45	5,68	18,04	133,09	167,00
	<b>Ўжки мясные (со свиной) с соусом красным</b> (Говядина, свинина, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус красный основной)	80/30	47,39	10,69	14,88	8,44	210,44	222,00
	<b>Макаронные изделия отварные.</b> (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	200	26,63	7,22	5,42	42,40	247,26	307,00
	<b>Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром</b> (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	9,55	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
	<b>Хлеб пшеничный йодированный БХП</b>	31	3,23	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	<b>Хлеб ржаной БХП</b>	30	2,53	1,98	0,36	11,88	58,68	-
	<b>Мандарин.</b>	133	26,05	1,06	0,27	9,98	46,55	-
	<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>984,00</b>	<b>135,00</b>	<b>25,91</b>	<b>27,70</b>	<b>122,37</b>	<b>842,46</b>	

<b>Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>	<b>37,59</b>	<b>40,03</b>	<b>178,37</b>	<b>1 224,07</b>
<b>Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>	<b>43,38</b>	<b>45,46</b>	<b>212,94</b>	<b>1 434,40</b>

<b>День 10</b>								
----------------	--	--	--	--	--	--	--	--

**Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>	<b>Ййдо вареное</b>	40	19,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	<b>Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом</b> (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/5	25,30	7,14	7,68	35,77	204,75	515,00
	<b>Кофейный напиток злаковый</b> (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
	<b>Батон БХП</b>	28	4,56	2,10	0,81	14,39	73,28	-
	<b>Песчинки Байкальские.</b>	50	28,08	3,27	10,67	28,98	205	386,00
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>503</b>	<b>90,00</b>	<b>19,09</b>	<b>24,89</b>	<b>92,03</b>	<b>612,52</b>		

**Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.**

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	<b>Ййдо вареное</b>	40	19,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	<b>Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом</b> (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	240/7	34,15	9,53	10,26	47,75	261,43	515,00
	<b>Кофейный напиток злаковый</b> (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	12,56	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00

Батон БХП	35	5,71	2,63	1,02	17,99	91,60	-
Песочники Байкальские	50	28,08	3,27	10,67	28,98	205	386,00
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>572</b>	<b>100,00</b>	<b>22,01</b>	<b>27,67</b>	<b>107,62</b>	<b>687,52</b>	
<b>Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>							
<b>Обед 7-11 лет</b>							
Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат-паста, мука, масло подсол., сахар-песок)	240	11,80	1,86	4,69	12,27	98,77	165,00
Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репчат., масло подсол., томат-паста, соль йод.)	40/150	76,35	17,34	26,09	37,53	454,27	523,00
Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	3,96	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
<b>Итого за обед 7-11 лет:</b>	<b>793</b>	<b>120,00</b>	<b>23,14</b>	<b>31,48</b>	<b>96,56</b>	<b>762,15</b>	
<b>Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>							
<b>Обед 12 лет и старше</b>							
Борщ с капустой и картофелем. (Свекла, картофель, капуста, морковь, лук репчат., томат-паста, мука, масло подсол., сахар-песок)	250	12,30	1,94	4,89	12,78	102,89	165,00
Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репчат., масло подсол., томат-паста, соль йод.)	50/150	91,16	18,25	27,46	39,51	478,18	523,00
Напиток из шиповника (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,65	0,21	0,07	13,13	53,99	667,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	3,65	2,63	0,35	17,85	85,05	-
Сок фруктовый в п/у 125	125	21,24	0,88	0,25	14,25	62,77	-
<b>Итого за обед 12 лет и старше:</b>	<b>810</b>	<b>135,00</b>	<b>23,91</b>	<b>33,02</b>	<b>97,52</b>	<b>782,88</b>	
<b>Итого за день, 10 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.</b>			<b>42,23</b>	<b>56,37</b>	<b>188,60</b>	<b>1 430,66</b>	
<b>Итого за день, 10 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.</b>			<b>45,91</b>	<b>60,69</b>	<b>205,14</b>	<b>1 550,39</b>	
<b>Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.</b>			73,05	94,08	321,31	2 423,97	
<b>Среднее значение период по Обед 7-11 лет Дети 7 - 11 лет.</b>			156,43	184,45	463,73	4 140,68	
<b>Среднее значение период по Обед 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.</b>			177,68	210,78	535,56	4 750,04	
<b>Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше Дети с 12 лет и старше.</b>			85,01	106,83	377,84	2 812,65	