

«Утверждено»
 Директор _____
 9 февраля 2026 г.



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

Прислать пиши

Вес блюда

Цена

Белки

Жиры

Углеводы

Энергетическая ценность

№ рецептур

Цели 1

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 7-11 лет							
Каша вязкая молочная из риса с маслом (новья)	190/10	27,87	4,21	4,64	33,28	191,77	898,00
(Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль, ваниль, масло слив.)							
Сэндвич с вареной студенькой	55	35,20	3,12	6,82	28,69	188,62	1 109,00
(Сэндвич с вареной студенькой, масло слив.)							
Какао-напиток (новья)	200	13,80	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
Батон БХП	21	4,53	1,73	0,67	11,82	60,19	-
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
Сок фруктовый в п/у 125	125	18,60	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Сок фруктовый в п/у 125	603	100,00	11,76	14,05	99,45	571,30	-
Итого за завтрак 7-11 лет:							

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Каша вязкая молочная из риса с маслом (новья)	190/10	27,87	4,21	4,64	33,28	191,77	898,00
(Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль, ваниль, масло слив.)							
Сэндвич с вареной студенькой	55	35,20	3,12	6,82	28,69	188,62	1 109,00
(Сэндвич с вареной студенькой, масло слив.)							
Какао-напиток (новья)	200	13,80	1,82	1,67	11,41	67,95	986,00
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
Батон БХП	23	4,53	1,73	0,67	11,82	60,19	-
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
Сок фруктовый в п/у 125	125	18,60	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Сок фруктовый в п/у 125	603	100,00	11,76	14,05	99,45	571,30	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:							

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Объем 7-11 лет	Пиш по-уральски (кв. перловая) с фруктовыми мясными	20/230	25,72	6,20	10,79	5,27	143,01	8,00
	Терпели куринные в соусе	80/30	54,44	16,37	10,93	7,80	115,05	1 129,00
	Макаронные изделия отварные (новья)	180	17,00	7,60	5,90	44,86	262,94	307,00
	Напиток из кураи с пик С	200	9,36	1,09	0,06	19,29	82,06	1 145,00
	Хлеб пшеничный подорожный БХП	36	4,67	2,78	0,37	18,87	87,48	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	23,81	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 7-11 лет:		976	135,00	35,43	28,46	118,88	801,61	-

(Крупа гречневая, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	7,200	1,07	0,000	17,47	0,200	117,000
Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	4,67	2,78	0,37	18,87	87,48	-
Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	23,81	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 7-11 лет:	976	135,00	35,43	28,46	118,88	801,61	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Щи по-Уральски (картофель, капуста, морковь, лук репчатый, крупа перловая, томат-паста, масло подсолнечное, соль, вода)	20/230	25,72	6,20	10,79	5,27	143,01	8,00
Тефтели куриные в соусе (Филе куриное, свиная тушечка, крупа рисовая, яйцо, соль, вода, масло подсолнечное, соус бездрожжевой)	80/30	54,44	16,37	10,93	7,80	115,05	1129,00
Макаронные изделия отварные (новое) (Макаронные изделия, вода, масло сливочное, соль, вода)	180	17,00	7,60	5,90	44,86	262,94	307,00
Напиток из кураги с вит С (Курага, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	9,36	1,09	0,06	19,29	82,06	1143,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	4,67	2,78	0,37	18,87	87,48	-
Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	23,81	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 12 лет и старше:	976	135,00	35,43	28,46	118,88	801,61	

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.							
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.							

Возрастная категория: Дети 7-11 лет.

Котлета "Домашняя" с соусом красным (Пшеница, свиная, баранина, лук репчатый, яйцо, сухарь панирный, масло подсолнечное, соль, вода, соус яблочный основный)	70/40	46,94	11,53	18,05	12,58	158,89	246,00
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новое) (Крупа гречневая, вода, масло сливочное, соль, вода)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	222,36	632,00
Чай с лимоном (новое) (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,77	0,04		6,47	26,04	432,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	4,80	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Паста фруктовая в и/у 40 гр.	40	31,08	1,20	0,08	26,00	109,52	-
Итого за завтрак 7-11 лет:	592	100,00	21,92	24,39	102,99	609,15	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Котлета "Домашняя" с соусом красным (Пшеница, свиная, баранина, лук репчатый, яйцо, сухарь панирный, масло подсолнечное, соль, вода, соус яблочный основный)	70/40	46,94	11,53	18,05	12,58	158,89	246,00
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новое) (Крупа гречневая, вода, масло сливочное, соль, вода)	200	13,41	6,30	5,88	38,56	222,36	632,00
Чай с лимоном (новое) (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,77	0,04		6,47	26,04	432,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	38	4,80	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Паста фруктовая в и/у 40 гр.	40	31,08	1,20	0,08	26,00	109,52	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	592	100,00	21,92	24,39	102,99	609,15	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками куриными (новая) (Фрикадельки куриные, лапша домашняя Шурчи, морковь, лук репчат., масло подсолнечное)	20/230	23,31	8,29	10,15	13,75	299,54	1 112,00	
	Жаркое по-домашнему.. (Говядина, картофель, лук репчат., масло подсолнечное, томат паста, соль поваренная)	40/160	81,34	16,35	16,84	19,18	293,68	27,00	
	Напиток из шиповника (новая) (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,73	0,17	0,06	0,06	10,88	44,74	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,42	2,63	0,35	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	126	19,20	0,50	0,50	0,50	12,35	55,94	-
Итого за обед 7-11 лет:	811,00	135,00	27,94	27,91	27,91	74,01	778,96		

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Суп-лапша с фрикадельками куриными (новая) (Фрикадельки куриные, лапша домашняя Шурчи, морковь, лук репчат., масло подсолнечное)	20/230	23,31	8,29	10,15	13,75	279,54	1 112,00	
	Жаркое по-домашнему.. (Говядина, картофель, лук репчат., масло подсолнечное, томат паста, соль поваренная)	40/160	81,34	16,35	16,84	19,18	293,68	27,00	
	Напиток из шиповника (новая) (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,73	0,17	0,06	0,06	10,88	44,74	667,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,42	2,63	0,35	0,35	17,85	85,05	-
	Яблоко свежее	126	19,20	0,50	0,50	0,50	12,35	55,94	-
Итого за обед 12 лет и старше:	811,00	135,00	27,94	27,91	27,91	74,01	658,96		

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	Каша манная молочная жидкая с маслом (новая) (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль поваренная, масло сливочное)	195/5	21,41	4,84	4,84	27,74	173,85	850,00
	Пудинг творожный (Творог, крупа манная, яйцо куриное, сахар-песок, масло сливочное, ванилин, сметана, сахар-песок, мацолокочун.)	115	68,51	15,10	14,66	21,88	279,83	1 210,00
	Чай с сахаром (новая) (Чай, сахар, вода)	200	1,84			6,36	25,44	663,00
	Батон БХП	42	8,24	3,15	1,22	21,59	109,91	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	557,00	100,00	23,08	20,72	77,57	589,04	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Завтрак 12 лет и старше	Каша манная молочная жидкая с маслом (новая) (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль поваренная, масло сливочное)	195/5	21,41	4,84	4,84	27,74	173,85	850,00
	Пудинг творожный (Творог, крупа манная, яйцо куриное, сахар-песок, масло сливочное, ванилин, сметана, сахар-песок, мацолокочун.)	115	68,51	15,10	14,66	21,88	279,83	1 210,00
	Чай с сахаром (новая) (Чай, сахар, вода)	200	1,84			6,36	25,44	663,00

Батон БХП	42	8,24	3,15	1,22	21,59	109,91	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	557,00	100,00	23,08	20,72	77,57	589,04	

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., томат паста, уксус, масло подсолнечное, сметана, сахар-песок, зелень сухая, соль йод.)	20/230	30,65	6,68	11,53	8,52	164,53	165,00
	Сеченики Посольские из мянтая с соусом красным (Мянтая, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук репч., яйцо, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йод, соус красный ост.)	80/40	58,47	16,83	10,37	10,46	202,55	1 062,00
	Рис с овощами без томата (Крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло сл., соль йод.)	200	31,07	4,56	18,78	41,50	253,26	629,00
	Компот из изюма с витамином С. (Изюм, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	10,77	0,10	0,43	21,06	88,51	435,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	4,04	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Итого за обед 7-11 лет:		802,00	135,00	30,57	41,43	97,86	786,61	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Обед 12 лет и старше	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками мясными (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, уксус, масло подсолнечное, сметана, сахар-песок, зелень сухая, соль йод.)	20/230	30,65	6,68	11,53	8,52	164,53	165,00
	Сеченики Посольские из мянтая с соусом красным (Мянтая, омлет из сухого яичного желтка, крупа манная, лук репч., яйцо, сахар, пшеница, масло подсолнечное, соль йод, соус красный ост.)	80/40	58,47	16,83	10,37	10,46	202,55	1 062,00
	Рис с овощами без томата (Крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло сл., соль йод.)	200	31,07	4,56	18,78	41,50	253,26	629,00
	Компот из изюма с витамином С. (Изюм, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	10,77	0,10	0,43	21,06	88,51	435,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	4,04	2,40	0,32	16,32	77,76	-
Итого за обед 12 лет и старше:		802,00	135,00	30,57	41,43	97,86	786,61	

Итого за день 3 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

					53,66	62,15	175,42	1 475,65
--	--	--	--	--	--------------	--------------	---------------	-----------------

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

					53,66	62,15	175,42	1 475,65
--	--	--	--	--	--------------	--------------	---------------	-----------------

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Завтрак 7-11 лет	Стрипсы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, сливочное масло, яйцо, сахар, лимон, масло подсолнечное, соль йод, соус)	90/40	55,66	18,45	15,47	12,35	262,43	1 073,00
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	36,28	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00
	Чай с лимоном (позав) (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,77	0,04		6,47	26,04	432,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	4,29	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		558,00	100,00	24,95	21,47	61,62	539,54	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Стрипсы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, сливочное масло, яйцо, сахар, лимон, масло подсолнечное, соль йод, соус)	90/40	55,66	18,45	15,47	12,35	262,43	1 073,00
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	----------

Завтрак 12 лет и старше	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	190	36,28	3,91	5,66	25,46	168,45	371,00	
	Чай с лимоном (новая) (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	3,77	0,04		6,47	26,04	432,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	4,29	2,55	0,34	17,34	82,62	-	
Итого за завтрак 12 лет и старше:		558,00	100,00	24,95	21,47	61,62	539,54		
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Обед 7-11 лет	Суп Кудрявый (новая) (Картофель, крупа пшено, морковь, лук репч., яйцо, масло подсол., соль йод.)	250	18,25	3,95	4,05	15,91	165,89	824,00	
	Голень куриная запеченная с соусом красным (Голень куриная, сметана, чеснок суш., паприка, масло подсол., соль йод, специи)	100/30	68,36	23,43	14,52	2,41	234,04	1 125,00	
	Булгур припущенный (Крупяная булгур, масло сл., соль йод.)	200	29,17	7,62	5,26	43,34	251,18	1 133,00	
	Чай с мёдом (Чай, мед, вода)	200/20	15,43	0,15		14,61	59,04	693,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,79	2,25	0,30	15,30	72,90	-	
	Итого за обед 7-11 лет:		830,00	135,00	37,40	24,13	91,57	783,05	
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	18,25	3,95	4,05	15,91	165,89	824,00	
	Голень куриная запеченная с соусом красным (Голень куриная, сметана, чеснок суш., паприка, масло подсол., соль йод, специи)	100/30	68,36	23,43	14,52	2,41	234,04	1 125,00	
	Булгур припущенный (Крупяная булгур, масло сл., соль йод.)	200	29,17	7,62	5,26	43,34	251,18	1 133,00	
	Чай с мёдом (Чай, мед, вода)	200/20	15,43	0,15		14,61	59,04	693,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	30	3,79	2,25	0,30	15,30	72,90	-	
Итого за обед 12 лет и старше:		830,00	135,00	37,40	24,13	91,57	783,05		
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	-	
	Суп молочный с вермишелью (новая) (Вермишель, вода, молоко, масло сл., сахар-песок, соль йод.)	200	22,45	4,62	3,99	16,16	319,03	518,00	
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	14,46	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00	
Итого за завтрак 7-11 лет:	Батон БХП	30	5,91	2,25	0,87	15,42	78,51	-	
	Мандарин.	110	30,93	0,88	0,22	8,25	38,50	-	
Итого за завтрак 7-11 лет:		558	100,00	10,63	9,19	53,32	538,51		

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Сыр в индивидуальной упаковке	18	26,25	1,37	2,98	0,88	35,82	-
Суп молочный с вермишелью (новая)	200	22,45	4,62	3,99	16,16	319,03	518,00
(Вермишель, вода, молоко, масло сл., сахар-песок, соль йод.)							
Кофейный напиток эдаковский	200	14,46	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00
(Кофейный напиток эдаковский, молоко, вода, сахар)							
Батон БХ11	30	5,91	2,25	0,87	15,42	78,51	-
Мандарины	110	30,93	0,88	0,22	8,25	38,50	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:	558	100,00	10,63	9,19	53,32	538,51	

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками куриные	20/230	27,50	10,15	10,44	16,03	198,65	157,00
(Фрикадельки куриные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)							
Гуляш мясной	40/60	63,02	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00
(Говядина, лук репч., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)							
Гарнир "Забава"	180	14,47	5,56	5,06	42,67	238,49	310,00
(Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)							
Напиток лимонный	180	7,87	0,13	0,02	12,65	51,28	691,00
(Лимон, сахар-песок, вода)							
Хлеб пшеничный йодированный БХ11	28	3,54	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Сок фруктовый в п/у 125	125	18,60	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед 7-11 лет:	863	135,00	30,52	28,52	103,47	792,66	

Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.

Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками куриные	20/230	27,50	10,15	10,44	16,03	198,65	157,00
(Фрикадельки куриные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль)							
Гуляш мясной	40/60	63,02	11,70	12,47	3,59	173,43	550,00
(Говядина, лук репч., мука, томат паста, масло подсол., соль йод.)							
Гарнир "Забава"	180	14,47	5,56	5,06	42,67	238,49	310,00
(Крупа гречневая, крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)							
Напиток лимонный	180	7,87	0,13	0,02	12,65	51,28	691,00
(Лимон, сахар-песок, вода)							
Хлеб пшеничный йодированный БХ11	28	3,54	2,10	0,28	14,28	68,04	-
Сок фруктовый в п/у 125	125	18,60	0,88	0,25	14,25	62,77	-
Итого за обед 12 лет и старше:	863	135,00	30,52	28,52	103,47	792,66	

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

			42,73	39,29	173,77	1 219,62	
--	--	--	-------	-------	--------	----------	--

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

			42,73	39,29	173,77	1 219,62	
--	--	--	-------	-------	--------	----------	--

Неделя 2

День 6							
---------------	--	--	--	--	--	--	--

Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.

Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом (но)	195/5	18,97	5,85	4,76	31,11	190,71	515,00
(Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)							

Завтрак 7-11 лет	Блинчики "С пылу с жару" с джемом (Блинчики, джем)	90/20	49,54	2,67	4,72	40,18	213,89	1 172,00	
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,72	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	20	2,52	1,50	0,20	10,20	48,60	-	
	Яблоко свежее	127	19,25	0,51	0,51	12,45	56,39	-	
Итого за завтрак 7-11 лет:		657,00	100,00	11,90	11,60	96,07	536,28		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом (но (Крупа пшеничная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	195/5	18,97	5,85	4,76	31,11	190,71	515,00	
	Блинчики "С пылу с жару" с джемом (Блинчики, джем)	90/20	49,54	2,67	4,72	40,18	213,89	1 172,00	
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	9,72	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	20	2,52	1,50	0,20	10,20	48,60	-	
	Яблоко свежее	127	19,25	0,51	0,51	12,45	56,39	-	
	Итого за завтрак 12 лет и старше:		657,00	100,00	11,90	11,60	96,07	536,28	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Обед 7-11 лет	Суп-лапша с фрикадельками куриными (новья) (Фрикадельки куриные, лапша домашняя Шурш, морковь, лук репч., масло подсолнечное)	10/240	15,76	8,29	10,15	13,75	169,54	1 112,00	
	Котлета "Мечта" со свиной мятой с соусом белым. (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сахар-пальпр., масло)	80/30	51,43	12,75	11,68	9,28	183,24	1 061,00	
	Рис припущенный (новья) (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	190	17,90	5,05	4,91	51,26	249,43	552,00	
	Напиток из кураги с вит С (Крупа, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	9,36	1,09	0,06	19,29	82,06	1 143,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	4,55	2,70	0,36	18,36	87,48	-	
	Батончик-мюсли	40	36,00	1,25	1,25	16,00	80,25	-	
Итого за обед 7-11 лет:		811	135,00	31,13	28,41	127,94	852		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Обед 12 лет и старше	Суп-лапша с фрикадельками куриными (новья) (Фрикадельки куриные, лапша домашняя Шурш, морковь, лук репч., масло подсолнечное)	10/240	15,76	8,29	10,15	13,75	179,54	1 112,00	
	Котлета "Мечта" со свиной мятой с соусом белым. (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сахар-пальпр., масло подсолнечное, соль йод., соль белый острый)	80/30	51,43	12,75	11,68	9,28	193,24	1 061,00	
	Рис припущенный (новья) (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)	190	17,90	5,05	4,91	51,26	269,43	552,00	
	Напиток из кураги с вит С (Крупа, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиновая кислота, вода)	200	9,36	1,09	0,06	19,29	82,06	1 143,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	36	4,55	2,70	0,36	18,36	87,48	-	
	Итого за обед 12 лет и старше:		811	135,00	31,13	28,41	127,94	852	

Батончик-Мюсли		40	36,00	1,25	1,25	16,00	80,25	-
Итого за обед 12 лет и старше:		811	135,00	31,13	28,41	127,94	852	-
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				43,03	40,01	224,01	1 428,29	
Итого за день 6 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				43,03	40,01	224,01	1 428,29	
День 7								
		Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.						
Завтрак 7-11 лет								
	Котлета "Трио" с соусом красным (Филе куриное, свиное, говядина, лук репч., батон, чеснок суш., вода, яйцо.	80/30	48,78	12,97	15,83	10,94	218,11	1 149,00
	Лепешка отварная "Шулэн" (Лепешка домашняя Шулэн, вода, масло сл., масло подсол., соль йод.)	200	29,30	9,90	6,32	65,56	257,72	1 209,00
	Чай с вареньем (Чай, варенье, вода)	200/20	17,50	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,42	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Итого за завтрак 7-11 лет:	565,00	100,00	25,56	22,52	107,82	615,18	
		Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.						
Завтрак 12 лет и старше								
	Котлета "Трио" с соусом красным (Филе куриное, свиное, говядина, лук репч., батон, чеснок суш., вода, яйцо, сахар, паприка, лимонный сок, соль йод, соус красный домашний)	80/30	48,78	12,97	15,83	10,94	218,11	1 149,00
	Лепешка отварная "Шулэн" (Лепешка домашняя Шулэн, вода, масло сл., масло подсол., соль йод.)	200	29,30	9,90	6,32	65,56	257,72	1 209,00
	Чай с вареньем (Чай, варенье, вода)	200/20	17,50	0,06	0,02	13,47	54,30	621,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	35	4,42	2,63	0,35	17,85	85,05	-
	Итого за завтрак 12 лет и старше:	565,00	100,00	25,56	22,52	107,82	615,18	
		Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.						
Обед 7-11 лет								
	Булочка с куриными фрикадельками и грибами (Фрикадельки куриные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., грибки)	20/225/5	18,98	5,49	4,00	7,70	88,77	1 147,00
	Голубцы ленивые "Гикантные" с соусом красным (Говядина, свинина, капуста, лук репч., крупа рисовая, масло подсолон., соль йод., морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., лук репч., батон, чеснок суш., вода, яйцо.	80/50	57,79	10,02	19,60	6,28	241,60	1 222,00
	Шоур оощное (Картофель, молоко, морковь, масло сл., соль йод.)	190	38,72	3,77	7,44	23,60	176,41	867,00
	Напиток из ягоды (смородина), протертой с сахаром. (Смородина протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	15,59	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,92	2,33	0,31	15,81	75,33	-
	Итого за обед 7-11 лет:	801,00	135,00	21,80	31,43	69,21	776,87	
		Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.						
Обед 12 лет и								
	Булочка с куриными фрикадельками и грибами (Фрикадельки куриные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., грибки)	20/225/5	18,98	5,49	4,00	7,70	88,77	1 147,00
	Голубцы ленивые "Гикантные" с соусом красным (Говядина, свинина, капуста, лук репч., крупа рисовая, масло подсолон., соль йод., морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод., лук репч., батон, чеснок суш., вода, яйцо.	80/50	57,79	10,02	19,60	6,28	241,60	1 222,00

старше	Пюре овощное (Картофель, морковь, мясо ст., соль вод.)	190	38,72	3,77	7,44	23,60	176,41	867,00	
	Папйток из ягоды (смородина), протертой с сахаром. (Смородина протерта с сахаром, сахар-песок, вода)	200	15,59	0,19	0,08	15,82	64,76	1 083,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	31	3,92	2,33	0,31	15,81	75,33	-	
Итого за обед 12 лет и старше:		801,00	135,00	21,80	31,43	69,21	776,87		
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.				47,36	53,95	177,03	1 383,05		
Итого за день 7 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.				47,36	53,95	177,03	1 383,05		
День 8									
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Завтрак 7-11 лет	Стрипы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свиная, вода, яйцо, суварь пшпр., масло подсол., соль подсол., соус)	90/30	55,20	17,03	14,28	11,40	242,24	1 073,00	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая)	180	12,07	5,67	5,29	34,70	209,12	632,00	
	Бутерброд с маслом (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль вод.)	10/36	17,30	2,83	7,05	18,90	150,35	778,00	
	Чай с медом (Медов сл., хлеб пш.)	200/20	15,43	0,15		14,61	59,04	693,00	
	Итого за завтрак 7-11 лет:	566,00	100,00	25,68	26,62	79,61	660,75		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Завтрак 12 лет и старше	Стрипы из птицы (курица) с соусом белым (Филе куриное, свиная, вода, яйцо, суварь пшпр., масло подсол., соль подсол., соус белый, сыр.)	90/30	55,20	17,03	14,28	11,40	242,24	1 073,00	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (новая) (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль вод.)	180	12,07	5,67	5,29	34,70	209,12	632,00	
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	10/36	17,30	2,83	7,05	18,90	150,35	778,00	
	Чай с медом (Чай, мед, вода)	200/20	15,43	0,15		14,61	59,04	693,00	
Итого за завтрак 12 лет и старше:		566,00	100,00	25,68	26,62	79,61	660,75		
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.,)	10/240	21,84	6,68	11,53	8,52	224,53	165,00	
	Влины-конверты с сыром 70 (Влины-конверт с сыром, масло слив.)	140	79,86	9,04	12,40	25,56	335	1 171,00	
	Напиток из шиповника (новый) (Шиповник, вода, лимон, сахар-песок)	200	6,73	0,17	0,06	10,88	54,74	667,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	22	2,76	1,65	0,22	11,22	63,46	-	
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	23,81	1,40	0,40	22,80	100,40	-	
	Итого за обед 7-11 лет:								

Итого за обед 7-11 лет:		812	135,00	18,94	24,61	78,98	778,13	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Ворш с капустой, картофелем и фрикадельками мясными		10/240	21,84	6,68	11,53	8,52	224,53	165,00
<small>(Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук репчат.,</small>								
Блины-конверты с сыром 70		140	79,86	9,04	12,40	25,56	335	1 171,00
<small>(Блин-конверт с сыром, масло слив.)</small>								
Обед 12 лет и старше								
Паниток из шпинатки (новая)		200	6,73	0,17	0,06	10,88	54,74	667,00
<small>(Шпинаток, вода, лимон, сахар-песок)</small>								
Хлеб пшеничный йодированный БХП		22	2,76	1,65	0,22	11,22	63,46	-
<small>(Пшеница, вода, лимон, сахар-песок)</small>								
Сок фруктовый в потребительской упаковке		200	23,81	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за обед 12 лет и старше:		812	135,00	18,94	24,61	78,98	778,13	
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Итого за день 8 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
День 9								
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом (новая)		195/5	20,02	5,85	5,44	30,62	194,91	515,00
<small>(Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сли.)</small>								
Сырники из творога 75 со стущенным молоком		75/35	69,11	14,96	10,88	29,48	275,72	186,00
<small>(Творог, мука, крупа манная, яйцо, сахар-песок, разрыхлитель, лимонный, соль</small>								
<small>вод., масло подсол., молоко стуч.)</small>								
Чай с лимонном (новая)		200/4	3,77	0,04		6,47	26,04	432,00
<small>(Чай, сахар, лимон, вода)</small>								
Батон БХП		36	7,10	2,70	1,04	18,50	94,21	-
Итого за завтрак 7-11 лет:		550,00	100,00	23,55	17,37	85,08	590,88	
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.								
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом (новая)		195/5	20,02	5,85	5,44	30,62	194,91	515,00
<small>(Крупа пшенная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сли.)</small>								
Сырники из творога 75 со стущенным молоком		75/35	69,11	14,96	10,88	29,48	275,72	186,00
<small>(Творог, мука, крупа манная, яйцо, сахар-песок, разрыхлитель, лимонный, соль</small>								
<small>вод., масло подсол., молоко стуч.)</small>								
Чай с лимонном (новая)		200/4	3,77	0,04		6,47	26,04	432,00
<small>(Чай, сахар, лимон, вода)</small>								
Батон БХП		36	7,10	2,70	1,04	18,50	94,21	-
Итого за завтрак 12 лет и старше:		550,00	100,00	23,55	17,37	85,08	590,88	
Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.								
Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками куринными		10/240	20,24	10,15	10,44	16,03	198,65	157,00
<small>(Фрикадельки куриные, картофель, горох, лук репчат., морковь, масло подсол., соль</small>								
Макаронны "Болоньезе"		200	78,66	16,40	19,38	30,30	371,22	1 205,00
<small>(Макаронные изделия (спагетти), говядина, морковь, лук репчат., томат паста,</small>								
Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром		200	11,09	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00
<small>(Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)</small>								
Хлеб пшеничный йодированный БХП		30	3,79	2,25	0,30	15,30	72,90	-

	Яблоко свежее	140	21,22	0,56	0,56	13,72	62,16	-	
	Итого за обед 7-11 лет:	820,00	135,00	29,54	31,47	91,17	776,04		
Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
Обед 12 лет и старше	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками куринными (фрикадельки куриные, картофель, горох, лук репчат., морковь, масло подсолнечное, соль)	10,240	20,24	10,15	10,44	16,03	198,65	157,00	
	Макаронны "Болоньезе"	200	78,66	16,40	19,38	30,30	371,22	1 205,00	
	Макаронные изделия (спагетти), говядина, морковь, лук репчат., томат паста (Макаронные изделия (спагетти), говядина, морковь, лук репчат., томат паста)	200	11,09	0,18	0,79	15,82	71,11	1 083,00	
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	30	3,79	2,25	0,30	15,30	72,90	-	
	Хлеб пшеничный дрожжевой ВХИ	140	21,22	0,56	0,56	13,72	62,16	-	
Итого за обед 12 лет и старше:	820,00	135,00	29,54	31,47	91,17	776,04			
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети 7 - 11 лет.									
Итого за день 9 Возрастная категория: Дети с 12 лет и старше.									
			53,10		48,84	176,25	1 386,92		
					48,84	176,25	1 386,92		