

Слюбка с супром и ветчиной (Тесто слоеное, сыр, ветчина, яйцо, масло подсолн.)	95	11,54	21,65	23,13	333,50	107
Чай с лимонком	200/3	0,04	0,00	9,14	36,74	431
(чай, сахар, лимон, вода)						
Итого	298	11,58	21,65	32,27	370,24	
Всего 7-11 лет		60,12	74,42	204,78	1 729,39	
Всего 12 лет и старше		63,10	78,06	216,35	1 820,39	

ДЕНЬ 3		Выход, г	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	№ ТТК
Наименование блюда							
Завтрак 7-11 лет							
Каша молочная гречневая с маслом. (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)		190/10	6,90	7,11	35,94	239,34	515
Бульбурд с джемом и маслом (Джем, масло сл., хлеб пш.)		25/12/37	3,00	9,31	36,69	242,56	779
Чай с лимонком		200/4	0,04	0,00	9,19	36,92	431
Чай, сахар, лимон, вода)		100	0,60	0,20	19,00	80,20	-
Десерт фруктовый		578	10,54	16,62	100,82	595,02	-
Итого							
Завтрак 12 лет и старше							
Каша молочная гречневая с маслом. (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)210/10		220	7,59	7,82	39,53	258,88	515
Бульбурд с джемом и маслом (Джем, масло сл., хлеб пш.)		25/15/45	3,44	10,70	42,15	278,62	779
Чай с лимонком		200/4	0,04	0,00	9,19	36,92	431
Чай, сахар, лимон, вода)		100	0,60	0,20	19,00	80,20	-
Десерт фруктовый		609	11,68	18,72	109,86	654,61	-
Итого							
Обед							
Щи из свежей капусты с картофелем, с фаршем (Повидло, капуста, картофель, морковь, лук репч., томатпаста, масло подсол., соль)		5/200	3,54	5,38	6,54	88,73	197
Виточки рубленые из курицы (карт) с соусом красным (Филе куриное, свиная, картофель, вода, яйцо, сыр, панир, масло сл., соль йод.,		100	15,45	9,95	9,00	187,41	973
Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)		160	5,78	4,34	33,92	197,81	307
Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)		200	0,00	0,00	9,08	36,32	663
Хлеб пшеничный хлебопеченный БХП		21	1,58	0,21	10,71	51,03	-
Зефир йогуртовый		35	0,25	2,45	26,74	130,01	-
Итого		721	26,60	22,33	95,99	691,31	
Полдник							
Птица с ветчиной и сыром (Овуха пш в/с, дрожжи прес., кефир, сахар, ветчина, сыр, помидоры, сметана,		100	9,54	15,36	25,96	280,26	1 065
Чай с медом (Чай, мед, вода)		200/20	0,15	0,00	14,61	59,04	977
Итого		320	9,69	15,36	40,57	339,30	
Всего 7-11 лет			46,82	54,31	237,38	1 625,63	
Всего 12 лет и старше			47,96	56,41	246,43	1 685,23	
ДЕНЬ 4							
Наименование блюда		Выход, г	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	№ ТТК
Завтрак 7-11 лет							
Каша молочная овсяная "Гругос" с маслом		190/10	7,59	8,49	37,49	236,77	898

(Хлебца Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)									
Бутирброд с саржом.	25/30	6,28	4,47	21,04	149,50	868			
(Сыр, хлеб пш.)									
Кофейный напиток злаковый	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066			
(Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)									
Напиток овсяный в мл	200	2,00	6,40	19,00	140,00	-			
Итого	655	17,38	20,49	85,14	592,88				
Завтрак 12 лет и старше									
Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом	200/10	7,97	8,91	34,11	248,56	898			
(Хлебца Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)									
Бутирброд с саржом.	30/34	7,31	5,20	24,48	173,97	868			
(Сыр, хлеб пш.)									
Кофейный напиток злаковый	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066			
(Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)									
Напиток овсяный в мл	200	2,00	6,40	19,00	140,00	-			
Итого	674	18,79	21,64	90,20	629,18				
Обед									
Бульон с мясными фрикадельками (Г+С)	200	3,09	4,00	1,05	52,56	1 079			
(Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод.,20/180									
Плов из говядины с овощами	235	21,44	32,27	46,42	561,86	523			
(Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсол., томатпаста, соль)									
Чай с лимонком	200/4	0,04	0,00	9,19	36,92	431			
(Чай, сахар, лимон, вода)									
Хлеб пшеничный йодированный БХП	19	1,43	0,19	9,69	46,17	-			
Сок фруктовый в мл 125	125	0,88	0,25	14,25	62,77	-			
Итого	783	26,88	36,71	80,61	760,28				
Подлник									
Салат "Летская"	75	9,91	18,35	18,06	277,03	18			
(Тесто спелое, говядина, лук репч., масло подсол., мука, яйцо, соль йод.)									
Чай с молоком.	180	1,22	1,27	1,93	24,02	603			
(Чай, молоко, вода)									
Итого	255	11,13	19,62	19,99	301,05				
Всего 7-11 лет		55,39	76,81	185,73	1 654,21				
Всего 12 лет и старше		56,80	77,97	190,80	1 690,51				
ДЕНЬ 5									
Наименование блюда									
Завтрак 7-11 лет									
Каша молочная рисовая с маслом.	180/6	5,08	6,11	35,46	217,12	898			
(Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)									
Бутирброд с ветчиной и маслом	30/10/34	6,55	12,35	20,33	218,68	909,01			
(Ветчина, масло сл., хлеб пш.)									
Чай с медом	200/20	0,15	0,00	14,61	59,04	977			
(Чай, мед, вода)									
Пюре фруктовое	125	0,00	0,00	13,75	55,00	-			

Завтрак 12 лет и старше							
Итого	605	11,78	18,46	84,15	549,84		
Каша молочная рисовая с маслом. (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/10	5,73	6,90	40,04	245,13	898	
Булгурбород с вегетинной и мясом (Вегетин, масло сл., хлеб пш.)	29/10/35	6,55	12,35	20,33	218,68	909,01	
Чай с медом (Чай, мед, вода)	200/20	0,15	0,00	14,61	59,04	977	
Пюре фруктовое	125	0,00	0,00	13,75	55,00	-	
Итого	629	12,43	19,25	88,72	577,86		
Обед							
Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Г+С) (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репч., морковь, масло подсол., соль йод.)	10/200	7,06	8,31	14,20	159,82	157	
Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь пшпр., масло)	100	11,40	16,97	12,87	249,85	225	
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	6,20	4,74	37,98	219,36	632	
Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
Хлеб пшеничный выпеченный БХП	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-	
Напиток овсяный в плу	200	2,00	6,40	19,00	140,00	-	
Итого	889	30,19	38,12	100,98	866,18		
Полдник							
Пирожки печеные с мясом и рисом (булка пш.вс, вода, яйцо, сахар-песок, дрожжи прес., масло сл., говядина, крупа)	75	12,92	9,70	34,00	274,99	1 082	
Чай с лимонном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/3	0,25	1,11	18,67	85,67	904	
Зельдир Молотковый	35						
Итого	313	13,17	10,81	52,67	360,66		
Всего 7-11 лет		51,46	67,61	249,21	1 809,55		
Всего 12 лет и старше		52,11	68,40	253,78	1 837,57		

ЛЕДЫ
НАДПИСЬ 2

ДЕНЬ 6		Выход, г	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	№ ТТК
Наименование блока							
Завтрак 7-11 лет							
Каша молочная овсяная "Грузлис" с маслом		190/10	7,59	8,49	32,49	216,72	898
(Хлопья Грузлис, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)							
Булгурборд с ветчиной и маслом		23/10/31	5,67	10,68	17,58	169,13	909,01
(Ветчина, масло сл., хлеб пш.)							
Кофейный напиток злаковый		200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066
(Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)							
Гематоген		40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого		504	17,36	21,9	95,48	608,5	
Завтрак 12 лет и старше							
Каша молочная овсяная "Грузлис" с маслом		230/10	9,1	10,19	36,99	264,07	898
(Хлопья Грузлис, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)							
Булгурборд с ветчиной и маслом		26/10/39	6,64	12,52	20,6	221,64	909,01
(Ветчина, масло сл., хлеб пш.)							
Кофейный напиток злаковый		200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066
(Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)							
Гематоген		40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого		555	19,85	25,44	103	708,36	
Обед							
Булдон с мясным фрикадельками (Г+С) и гречками		215	4,16	4,24	6,39	130,37	1 079
(Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль йод.,							
Жаркое по-домашнему.		265	21,66	22,31	25,41	439,13	27
(Овощина, картофель, лук репч., масло подсолнечное, томатпаста, соль йод.) 55/210							
Чай с лимоном		200/4	0,04	0,00	9,19	36,92	431
(Чай, сахар, лимон, вода)							
Хлеб пшеничный колдованный БХП		27	2,03	0,27	13,77	65,61	-
Итого		711	27,89	26,82	54,76	672,03	
Подлник							
Пирожки печеные с мясо-картофельным фаршем		100	10,75	10,04	38,01	285,40	60
(Мука пш.п/с, вода, яйцо, сахар-песок, дрожжи пресс., масло сл., говядина, картофель,							
Чай с сахаром		200	0,00	0,00	9,08	36,32	663
(Чай, сахар, вода)							
Сок фруктовый в потребительской упаковке (1 шт)		200	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого		500	12,15	10,44	69,89	422,12	
Всего 7-11 лет			56,93	58,58	218,24	1 607,86	
Всего 12 лет и старше			59,89	62,70	229,65	1802,51	
ДЕНЬ 7							
Наименование блока		Выход, г	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	№ ТТК
Завтрак 7-11 лет							

Яйцо перепелиное вареное (1 шт)	15	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль, колд., масло сл.) 190/10	200	6,85	5,78	45,18	220,1	623
Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	20/30	5,71	4,06	19,13	135,91	868
Чай с молоком.	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Чай, молоко, вода)						
Коржик Молочный (кондлец) (Мука пш.в/с, молоко, яйцо, масло сл., сахар-песок, сода, ванилин)	75	4,89	7,13	35,36	206,59	413
Итого	609	17,08	14,88	102,47	612,14	
Завтрак 12 лет и старше						
Яйцо перепелиное вареное (1 шт)	15	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, соль, колд., масло сл.) 190/10	200/10	7,19	6,06	47,44	273,10	623
Бутерброд с сыром. (Сыр, хлеб пш.)	25/34	6,74	4,79	22,57	160,38	868
Чай с молоком.	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Чай, молоко, вода)						
Коржик Молочный (кондлец) (Мука пш.в/с, молоко, яйцо, масло сл., сахар-песок, сода, ванилин)	75	4,89	7,13	35,36	206,59	413
Итого	559	21,82	20,86	107,6	686,91	
Обед						
Борщ с капустой, картофелем и фаршем (Говядина, свекла, капуста, морковь, лук, репч., томат паста, мука, масло)	200	3,61	5,25	9,83	100,97	165
Жареные мажиге (со свинойной) с соусом красным (Говядина, свиная, крупа рисовая, вода, лук репч., соль, колд., соус красный)	110	10,69	14,88	8,44	210,44	222
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль колд.)	160	6,61	5,06	40,51	233,98	632
Напиток из ягод (брусника), протертой с сахаром (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083
Хлеб пшеничный йодированный ВХП	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Зефир с вареной кукурузной в т/у	35	0,63	2,80	25,80	130,92	-
Итого	734	23,84	28,36	115,19	811,39	
Полдник						
Гамбургер	85	11,90	12,07	27,19	265,00	596
Обыск пш.в/с, вода, яйцо, дрожжи пресс., сахар-песок, говядина, масло подсолнечное, вода)	180	0,00	0,00	19,25	77,00	902
Кисель детский "Виташка" (Кисель "Виташка", вода)	265	11,90	12,07	46,44	342,00	
Итого	265	56,19	60,28	263,53	1762,83	
Всего 12 лет и старше		57,52	62,70	287,23	1840,3	

ПЕНЬ 8		Выход, г	Б	Ж	У	ЭД, ккал	№ ПТК
Наименование блюда							
Завтрак 7-11 лет							
	Сыр в индивидуальной упаковке	18	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша молочная манная(жидкая) с маслом	150/5	4,48	4,52	22,65	149,18	850
	(Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль, йод, масло сл.)						
	Бутерброд с маслом	12/33	2,77	6,89	18,49	147,08	778
	(Масло сл., хлеб пш.)						
	Кофейный напиток эляковный	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066
	(Кофейный напиток эляковный, молоко, вода, сахар)						
	Десерт фруктовый	100	0,60	0,20	19,00	80,20	-
	Десерт фруктовый	518	10,73	15,73	73,62	478,93	
Итого							
Завтрак 12 лет и старше							
	Сыр в индивидуальной упаковке	1	1,37	2,98	0,88	35,82	-
	Каша молочная манная(жидкая) с маслом	190/10	5,78	5,83	29,22	209,49	850
	(Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль, йод, масло сл.)						
	Бутерброд с маслом	10/25	2,16	5,36	14,38	124,39	778
	(Масло сл., хлеб пш.)						
	Кофейный напиток эляковный	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066
	(Кофейный напиток эляковный, молоко, вода, сахар)						
	Десерт фруктовый	100	0,60	0,20	19,00	80,2	-
	Десерт фруктовый	553	11,41	15,51	76,09	516,55	
Итого							
Обед							
	Уха "Рыбачка" с сайрой	230	4,57	8,38	13,59	148,05	17
	(Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль, йод, масло сл.) 20/210						
	Котлета "Домашняя" с соусом красным	100	10,67	16,29	11,17	233,96	246
	(Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сухарь панир., масло подсол., соль, йод., соус красный основной) 70/30						
	Макаронные изделия отварные	160	5,78	4,34	33,92	197,81	307
	(Макаронные изделия, вода, масло сл., соль, йод.)						
	Компот из яблок с витамином С	200	0,10	0,43	21,06	88,51	435
	(Яблоко, сахар-песок, лимон, кислота, аскорбиновая)						
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	37	2,78	0,37	18,87	89,91	-
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1	1,40	0,40	22,80	100,40	-
	Итого	927	25,28	30,21	121,41	858,64	
Подпинок							
	Хачапури "Пхольник"	75	8,90	6,21	28,25	204,51	68
	(Мука, вода, яйцо, сахар-песок, дрожжи пресс., сыр, картофель, соль, йод., масло)						
	Чай с молоком	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
	(Чай, молоко, вода)						
	Зефир в плу	1	0,39	2,49	26,53	130,09	-

Итого		310	10,65	10,11	56,92	361,29	
Всего 7-11 лет			46,66	56,05	251,95	1 698,86	
Всего 12 лет и старше			47,35	55,83	254,42	1 709,48	
ДЕНЬ 9							
Наименование блюда		Выход, г	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	№ ТТК
Завтрак 7-11 лет							
Каша молочная "Ульяновск" с маслом		200	6,85	7,91	37,74	249,56	53
(Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)							
Бутерброд с ветчиной и маслом		70	6,20	11,69	19,23	206,86	909,01
(Ветчина, масло сл., хлеб пш.) 27/10/33							
Какао-напиток.		200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
Пюре фруктовое		125	0,00	0,00	13,75	55,00	-
(Пюре фруктовое)							
Итого		595	14,87	21,27	83,94	586,62	
Завтрак 12 лет и старше							
Каша молочная "Ульяновск" с маслом		210/10	7,54	8,70	41,52	274,52	53
(Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)							
Бутерброд с ветчиной и маслом		25/14/38	6,82	12,85	21,15	227,55	909,01
(Ветчина, масло сл., хлеб пш.)							
Какао-напиток.		200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)							
Пюре фруктовое		125	0,00	0,00	13,75	55,00	-
(Пюре фруктовое)							
Итого		622	16,17	23,22	89,64	632,26	
Обед							
Пельмени отварные в бульоне		245	14,15	33,11	43,37	428,13	1 084
(Пельмени, бульон, соль йод., специи) 115/130							
Мясо тушеное с морковью и луком		90	10,69	12,51	4,10	171,71	675
(Говядина, морковь, лук репч., масло подсолнечное, мука, томат-паста, соль йод.) 45/45							
Пюре овсяная отварная		150	4,28	3,83	29,57	169,79	585
(Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)							
Чай с сахаром		200	0,00	0,00	9,08	36,32	663
(Чай, сахар, вода)							
Хлеб пшеничный йодированный БХП		17	1,28	0,17	8,67	41,31	-
Итого		702	30,39	49,62	94,79	847,26	
Полдник							
Плюшка "Стонская" с сыром		80	9,22	12,59	30,07	270,42	328
(Мука пш.вс., яйцо, сахар-песок, вода, дрожжи пресс., масло сл., соль, соль йод., масло)							
Чай с лимонном		200/3	0,04	0,00	9,14	36,74	431
(Чай, сахар, лимон, вода)							
Маршмалл в индивидуальной упаковке		30	0,04	0,00	31,76	127,20	-
Итого		313	9,30	12,59	70,97	434,36	

Всего 7-11 лет		54,56	83,47	249,70	1 868,24		
Всего 12 лет и старше		55,86	85,43	255,40	2 013,88		
ДЕНЬ 10							
Наименование Блюда		Выход, г	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	
Завтрак 7-11 лет							
Сыр в индивидуальной упаковке (1 шт.)		18	1,37	2,98	0,88	35,82	-
Каши молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль, вод., масло сл.) 190/6		196	6,44	8,14	33,58	231,33	898
Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.) 10/33		43	2,65	6,59	17,66	140,54	778
Кофейный напиток элюэвонный (Кофейный напиток элюэвонный, молоко, вода, сахар)		200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066
Напиток овсяный в плу (1шт)		200	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого		657	13,97	25,24	83,74	614,34	
Завтрак 12 лет и старше							
Сыр в индивидуальной упаковке (1 шт.)		1	1,37	2,98	0,88	35,82	-
Каши молочная ячневая с маслом (Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль, вод., масло сл.) 190/6		210/10	7,23	9,14	37,69	261,90	898
Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.) 10/33		10/34	2,71	6,74	18,08	143,81	778
Кофейный напиток элюэвонный (Кофейный напиток элюэвонный, молоко, вода, сахар)		200	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066
Напиток овсяный в плу (1шт)		1	2,00	6,40	19,00	140,00	-
Итого		682	14,82	26,39	88,26	648,18	
Обед							
Закуска порционированная (горошек зеленый) Пиццо-Уральски (пшеница) с фрикадельками (т+с) (Фрикадельки говяжьи, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено, томат паста, масло		25	0,78	0,05	1,63	10,05	984
Колбаса "Метта" (со свиной) из минтая с соусом Белым (Минтай, свиная, крупа манная, вода, лук репч., яйцо, сухарь панир, масло подсолнечное, соль вод., соев белый) 70/20		200	4,19	7,63	5,19	106,18	8
Рис отварной (Крупа рисовая, вода, масло сл., соль вод.)		90	11,68	10,03	8,19	169,74	1 061
Напиток из облепихи, протертой с сахаром (Облепиха протертая, сахар-песок, вода)		160	3,84	5,10	38,87	216,78	552
Напиток из облепихи, протертой с сахаром (Облепиха протертая, сахар-песок, вода)		200	0,25	1,11	18,67	85,67	904
Хлеб пшеничный йодированный БХП		38	2,85	0,38	19,38	92,34	-
Пюре фруктовое		125	0,00	0,00	13,75	55,00	-
Итого		838	23,58	24,30	105,68	735,76	
Полдник							
Соуска застуженная в тесте, (Соуска молоч., крупа пш., вода, яйцо кур., масло сл., сахар-песок, дрожжи пресс., масло подсолнечное) 50/50		100	10,16	15,13	27,64	287,37	55

Чај с медом (Чај, мед, млеко)	180/18	0,14	0,00	13,15	53,14	977
Итого	298	10,30	15,13	40,79	340,51	
Всего 7-11 лет		47,84	64,67	230,21	1 690,61	
Всего 12 лет и старше		48,69	65,82	234,73	1 724,45	