



«Сотлабованю»  
 Директор

«Утверждено»  
 Генеральный директор  
 МКП «Городской комбипит  
 Искольного питания»  
 Шахова А.М.

01 апреля 2024 г.

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

Прем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Возрастная категория: ШБЦ (1-4 кл.)</b>								
	Ябло вареное	40	13,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная "Янтарная" <small>(Крупа пшениц, молоко, вода, яблоки, сахар-песок, масло сл., соль)</small>	170	31,46	6,64	12,61	30,70	262,90	172,00
Завтрак 7-11 лет	Бутерброд с маслом <small>(Масло сл., хлеб пш.)</small>	13/31	14,23	2,71	6,74	18,08	143,81	778,00
	Чай с лимоном <small>(Чай, сахар, лимон, вода)</small>	200/4	2,89	0,04	-	9,19	36,92	493,00
	Пюре фруктовое	125	22,92	-	-	13,75	55,00	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>583</b>	<b>85,00</b>	<b>14,47</b>	<b>23,95</b>	<b>72,00</b>	<b>561,47</b>	
<b>Возрастная категория: МГЦ 2 (5-11 кл.)</b>								
	Ябло вареное	40	13,50	5,08	4,60	0,28	62,84	776,00
	Каша молочная "Янтарная" <small>(Крупа пшениц, молоко, вода, яблоки, сахар-песок, масло сл., соль)</small>	200	37,01	7,81	14,84	36,12	309,29	172,00
Завтрак 12 лет и старше	Бутерброд с маслом <small>(Масло сл., хлеб пш.)</small>	12/35	13,68	2,90	7,20	19,31	153,61	778,00
	Чай с лимоном <small>(Чай, сахар, лимон, вода)</small>	200/4	2,89	0,04	-	9,19	36,92	431,00
	Пюре фруктовое	125	22,92	-	-	13,75	55,00	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>616</b>	<b>90,00</b>	<b>15,83</b>	<b>26,64</b>	<b>78,65</b>	<b>617,67</b>	
<b>Возрастная категория: ШБЦ (1-4 кл.)</b>								

		Суп картофельный с бобовыми, с фрикадельками (Фрикадельки мясные, картофель, горох, лук репчат., морковь, масло)	10/190	16,17	6,73	7,91	13,53	152,21	157,00
		Тертин из горбуши с соусом белым (Горбуша, молоко, яйцо, масло сл., соль йод., соус белый (основной))	85/30	39,90	12,62	7,34	2,38	126,09	995,00
		Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	22,24	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00
		Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00
		Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
		Рогалик Сахарный (конд. цех) 50 гр.	50	22,40	3,72	11,61	28,02	231,49	385,00
<b>Итого за обед:</b>			<b>747,00</b>	<b>105,00</b>	<b>28,56</b>	<b>31,66</b>	<b>89,42</b>	<b>756,85</b>	
<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>									
<b>Подлинк</b>		Пирожки печеные с печенью и рисом (Мука пш.иде., вода, яйцо, сахар-песок, дрожжи пресс., масло сл.,	100	22,30	10,49	6,48	41,23	265,20	60,00
		Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром (Облепиха протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	195	8,70	0,18	0,77	15,42	69,33	1 083,00
		Мармелад в индивидуальной упаковке	30	19,00	0,04		31,76	127,20	-
<b>Итого за подлинк:</b>			<b>325,00</b>	<b>50,00</b>	<b>10,71</b>	<b>7,25</b>	<b>88,41</b>	<b>461,73</b>	
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: ШБП (1-4 кл.)</b>									
<b>Итого за день 1 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>									
<b>День 2</b>					<b>55,90</b>	<b>68,00</b>	<b>260,93</b>	<b>1 879,37</b>	
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
		Сыр в индивидуальной упаковке	18	14,48	1,37	2,98	0,88	35,82	-
		Каша молочная манная(жидкая) с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/10	22,70	5,49	5,54	27,76	182,86	850,00
<b>Завтрак 7-11 лет</b>		Булерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	15/30	15,99	2,77	6,89	18,49	147,08	778,00
		Какао-напиток. (Какао-норвежик, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
		Мандарин.	117	21,83	0,94	0,23	8,78	40,95	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>			<b>570</b>	<b>85,00</b>	<b>12,38</b>	<b>17,32</b>	<b>69,12</b>	<b>481,90</b>	
<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>									
<b>Сыр в индивидуальной упаковке</b>			<b>1</b>	<b>14,48</b>	<b>1,37</b>	<b>2,98</b>	<b>0,88</b>	<b>35,82</b>	<b>-</b>

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Каша молочная манная(жидкая) с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/10	24,22	6,06	6,13	30,68	202,11	850,00	
	Бутерброд с маслом (Масло сл., хлеб пш.)	17/44	18,90	3,76	9,35	25,06	199,37	778,00	
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00	
	Мандарины.	120	22,40	0,96	0,24	9,00	42,00	-	
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>609</b>	<b>90,00</b>	<b>13,97</b>	<b>20,36</b>	<b>78,84</b>	<b>554,49</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
<b>Обед</b>	Булфон с мясными фрикадельками (Гус) и гренок (Фрикадельки мясные, морковь, лук репч., чеснок, приправа, соль)	20/200/10	17,23	4,45	4,54	6,84	85,98	1 079,00	
	Плов из говядины с овощами (Говядина, крупа рисовая, вода, морковь, лук репч., масло подсолн.)	50/190	82,72	21,90	32,95	47,41	573,82	523,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/4	2,89	0,04	9,19	36,92	431,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-	
<b>Итого за обед:</b>		<b>700,00</b>	<b>105,00</b>	<b>28,34</b>	<b>37,75</b>	<b>76,70</b>	<b>759,90</b>		
<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>									
<b>Подник</b>	Пицца с ветчиной и сыром (Мясо пш.жс, дрожжи прес., кефир, сахар, ветчина, сыр, помидоры)	100	34,49	9,54	15,36	25,96	280,26	1 065,00	
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	180	1,47		8,17	32,69	663,00		
	Сок фруктовый в п/у 125	1	14,04	0,88	0,25	14,25	62,77	-	
<b>Итого за подник:</b>		<b>281,00</b>	<b>50,00</b>	<b>10,42</b>	<b>15,61</b>	<b>48,38</b>	<b>375,72</b>		
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: ШВП (1-4 кл.)</b>				<b>51,15</b>	<b>70,68</b>	<b>194,20</b>	<b>1 617,52</b>		
<b>Итого за день 2 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>				<b>59,88</b>	<b>83,75</b>	<b>219,55</b>	<b>1 871,48</b>		
<b>День 3</b>									
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Каша молочная гречневая с маслом. (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	170/10	22,20	6,21	6,40	32,34	201,1	515,00	
	Бутерброд с джемом и маслом (Джем, масло сл., хлеб пш.)	25/15/26	22,40	2,67	8,31	32,73	201	779,00	
<b>Итого за завтрак 7-11 лет</b>		<b>200</b>	<b>0,90</b>	<b>1,51</b>	<b>1,13</b>	<b>17,61</b>	<b>66,65</b>	<b>1 066,00</b>	

	(Кофейный напиток заварочный, молоко, вода, сахар)	200	30,60	2,00	6,40	19,00	140,00	-	
	Напиток овсяный в п/у	200	85,00	12,40	22,23	96,68	609,8	-	
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>646</b>	<b>85,00</b>	<b>12,40</b>	<b>22,23</b>	<b>96,68</b>	<b>609,8</b>	<b>-</b>	
<b>Возрастная категория: (5-11 кл)</b>									

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Каша молочная гречневая с маслом. (Крупа гречневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	220/10	26,08	7,94	8,18	41,33	260,64	515,00	
	Бутерброд с джемом и маслом (Джем, масло сл., хлеб пш.)	28/15/30	23,52	2,96	9,19	36,20	239,28	779,00	
	Кофейный напиток заварочный (Кофейный напиток заварочный, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00	
	Напиток овсяный в п/у	200	30,60	2,00	6,40	19,00	140,00	-	
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>703</b>	<b>90,00</b>	<b>14,41</b>	<b>24,89</b>	<b>109,13</b>	<b>706</b>	<b>-</b>	
<b>Возрастная категория:</b>									

<b>Обед</b>	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая, Колпета "Домашняя" с соусом красным)	190/10	15,84	1,88	4,78	12,66	101,15	167,00	
	(Говядина, свинина, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, сахар, пшпир, Макароны из твердых сортов пшеницы.)	80/20	39,67	10,67	16,29	11,17	233,96	246,00	
	Компот из кураги с витамином С. (Курага, сахар-песок, лимон, кислота, аскорб. кислота)	200	5,89	0,99	0,06	18,36	77,94	669,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-	
	Гематоген	40	30,00	2,80	1,20	33,60	156,00	-	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>716,00</b>	<b>105,00</b>	<b>23,70</b>	<b>26,65</b>	<b>120,85</b>	<b>817,67</b>	<b>-</b>	
<b>Возрастная категория: (5-11 кл)</b>									

<b>Полдник</b>	Хачапури с сыром. (Мука, молоко, яйцо, сахар-песок, масло сл., дрожжи пресс., сыр,	90	46,16	15,17	16,55	25,50	311,57	672,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/7	3,84	0,04	9,33	37,46	431,00	-	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>297,00</b>	<b>50,00</b>	<b>15,21</b>	<b>16,55</b>	<b>34,83</b>	<b>349,03</b>	<b>-</b>	
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: ШБП (1-4 кл.)</b>									
<b>Итого за день 3 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл)</b>									
<b>День 4</b>				60,12	76,59	279,27	2 044,85		

**Возрастная категория: (1-4 кл.)**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	150/5	15,52	5,88	6,58	25,18	140,46	898
	Пудинг из творога (запеченный) со ступенным (Творог, яблоч, крупа манная, яйцо, сахар-песок, сметана, масло сл.,	50/20	31,65	9,40	6,99	20,06	160,74	183
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	34	2,83	2,55	0,34	17,34	72,62	-
	Пирожное "Ромашка Шоколадная" (конд.дех)	60	25,00	0,09	0,38	0,42	164	395
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>519</b>	<b>85,00</b>	<b>19,74</b>	<b>15,96</b>	<b>76,22</b>	<b>613,01</b>		

**Возрастная категория: (5-11 кл.)**

<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом (Хлопья Геркулес, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	210/5	19,93	8,16	9,13	34,93	180,48	898
	Пудинг из творога (запеченный) со ступенным (Творог, яблоч, крупа манная, яйцо, сахар-песок, сметана, масло сл.,	50/20	31,66	9,40	6,99	20,06	160,74	183
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	41	3,41	3,08	0,41	20,91	99,63	-
	Пирожное "Ромашка Шоколадная" (конд.дех)	60	25,00	0,09	0,38	0,42	164	395
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>	<b>586</b>	<b>90,00</b>	<b>22,54</b>	<b>18,58</b>	<b>89,54</b>	<b>680,04</b>		

**Возрастная категория: (1-4 кл.)**

<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты с картофелем со сметан (Капуста, картофель, морковь, лук репч., томат паста, масло подсолн.,	200/15	15,20	1,65	4,99	7,16	80,10	197,00
	Мясное тушеное с морковью и луком (Говядина, морковь, лук репч., масло подсолн., мука, томат паста, соль	40/60	51,80	11,88	13,90	4,55	190,79	675,00
	Перловка отварная (Крупа перловая, вода, масло сл., соль йод.)	150	7,29	4,28	3,83	29,57	169,79	585,00
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603,00
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	33	2,74	2,48	0,33	16,83	80,19	-
<b>Итого за обед:</b>	Зефир йогуртовый	35	21,60	0,25	2,45	26,74	129,50	-
	<b>Итого за обед:</b>	<b>733</b>	<b>105,00</b>	<b>21,89</b>	<b>26,90</b>	<b>86,99</b>	<b>677,06</b>	

**Возрастная категория: (5-11 кл.)**

<b>Итого за обед:</b>	<b>1</b>							
-----------------------	----------	--	--	--	--	--	--	--

<b>Подлинк</b>	Сосиска запеченная в тесте, (Сосиска молоч., мука пш., вода, яйцо кур., масло сл., сахар-песок,	50/50	37,93	10,16	15,13	27,64	287,37	55,00	
	Чай с мёдом (Чай, мед, вода)	180/18	12,07	0,14		13,15	53,14	977,00	
<b>Итого за подлинк:</b>		<b>298,00</b>	<b>50,00</b>	<b>10,30</b>	<b>15,13</b>	<b>40,79</b>	<b>340,51</b>		
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: ШБГ (1-4 кл.)</b>									
<b>Итого за день 4 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>									
<b>День 5</b>									
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
<b>Завтрак 7-11 лет</b>	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	160/5	19,29	4,50	5,42	31,46	192,60	898,00	
	Бутерброд с ветчиной и сыром (Ветчина, сыр, хлеб пш.)	20/15/37	24,23	9,60	5,83	19,58	169,18	909,00	
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00	
	Десерт фруктовый	100	31,68	0,60	0,20	19,00	80,20	-	
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>537,00</b>	<b>85,00</b>	<b>16,21</b>	<b>12,58</b>	<b>82,65</b>	<b>508,63</b>		
<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>									
<b>Завтрак</b>	Каша молочная рисовая с маслом. (Крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	200/5	22,99	5,59	6,73	39,08	239,29	898,00	
	Бутерброд с ветчиной и сыром (Ветчина, сыр, хлеб пш.)	22/15/42	25,53	10,53	6,39	21,49	185,63	909,00	
	Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066,00	
	Десерт фруктовый	100	31,68	0,60	0,20	19,00	80,20	-	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>584,00</b>	<b>90,00</b>	<b>18,24</b>	<b>14,46</b>	<b>92,18</b>	<b>571,77</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
<b>Обед</b>	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (Фрикадельки мясные, лапша Ролитон, морковь, лук репч., масло	20/200	24,20	5,36	8,78	10,21	141,34	694,00	
	Ежики мясные (со свиной) с соусом красным (Повидло, свиной, крупа рисовая, вода, лук репч., соль йод., соус	80/20	38,53	9,72	13,53	7,67	191,31	222,00	
	Тарнир каша гречневая рассычатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	180	11,90	7,43	5,69	45,58	263,23	632,00	

Напиток из ягод (брусника), протертой с сахаром (Брусника протерта с сахаром, сахар-песок, вода)		200	13,42	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083,00	
Хлеб пшеничный йодированный БХП		35	2,91	2,63	0,35	17,85	85,05	-	
Сок фруктовый в пу 125		125	14,04	0,88	0,25	14,25	62,77	-	
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>105,00</b>	<b>26,15</b>	<b>28,69</b>	<b>111,38</b>	<b>808,31</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
<b>Самса "Детская"</b> (Тесто слоеное, говядина, лук репч., мясного подж., мука, яйцо, соль)		75	47,11	9,91	18,35	18,06	277,03	18,00	
<b>Подник</b> Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)		200/4	2,89	0,04		9,19	36,92	431,00	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>279,00</b>	<b>50,00</b>	<b>9,95</b>	<b>18,35</b>	<b>27,25</b>	<b>313,95</b>		
<b>Итого за день 5 Возрастная категория: ШБП (1-4 кл.)</b>									
<b>Итого за день 5 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>				<b>52,31</b>	<b>59,61</b>	<b>221,28</b>	<b>1 630,89</b>		
<b>Неделя 2</b>				<b>59,51</b>	<b>67,39</b>	<b>249,50</b>	<b>1 842,49</b>		
<b>День 6</b>									
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
Каша молочная манная(жидкая) с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., мясно сл.)		180/10	22,70	5,49	5,54	27,76	182,86	850,00	
<b>Завтрак 7-11 лет</b> Бутерброд с ветчиной и сыром (Ветчина, сыр, хлеб пш.)		23/20/35	29,38	10,40	6,31	21,22	183,28	909,00	
Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)		200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00	
Пюре фруктовое		125	22,92			13,75	55,00	-	
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>593,00</b>	<b>85,00</b>	<b>17,71</b>	<b>13,53</b>	<b>75,94</b>	<b>496,33</b>		
<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>									
Каша молочная манная(жидкая) с маслом (Крупа манная, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., мясно сл.)		200/10	24,22	6,06	6,13	30,68	202,11	850,00	
<b>Завтрак 12 лет и старше</b> Бутерброд с ветчиной и сыром (Ветчина, сыр, хлеб пш.)		28/20/48	32,86	12,80	7,77	26,11	225,57	909,00	
Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)		200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00	
Пюре фруктовое		125	22,92			13,75	55,00	-	
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>631,00</b>	<b>90,00</b>	<b>20,68</b>	<b>15,57</b>	<b>83,76</b>	<b>557,88</b>		

**Возрастная категория: (1-4 кл.)**

Уха "Рыбачка" с сайрой. (Сайра, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., соль йод.)	10/200	22,39	4,17	7,65	12,41	135,18	17,00
Котлета "Незнайка" (со свиной) с соусом крак (Говядина, свинина, хлеб пш., молоко, лук репч., вода, яйцо, сухарь)	80/30	44,29	12,54	18,67	14,16	274,83	225,00
<b>Обед</b> <b>Пюре картофельное</b> (Картофель, молоко, масло сл., соль йод.)	150	22,24	3,09	4,47	20,10	132,99	371,00
Напиток из ягод (брусника), протертой с сахар (Брусника протертая с сахаром, сахар-песок, вода)	200	13,42	0,13	0,09	15,82	64,61	1 083,00
Хлеб пшеничный йодированный БХП	32	2,66	2,40	0,32	16,32	77,76	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>702,00</b>	<b>105,00</b>	<b>22,33</b>	<b>31,20</b>	<b>78,81</b>	<b>685,37</b>	

**Возрастная категория: (5-11 кл.)**

<b>Подлив</b> Кокрок "Малыш" (Мука пш.ис., яйцо, молоко, сахар-песок, масло сл., молоко, сода, Молоко питьевое)	80	28,57	7,71	11,12	44,27	308,02	696,00
	185	21,43	4,94	4,44	8,70	94,50	997,00
<b>Итого за подлив:</b>	<b>265,00</b>	<b>50,00</b>	<b>12,65</b>	<b>15,56</b>	<b>52,97</b>	<b>402,51</b>	
<b>Итого за день 6 Возрастная категория: ШБП (1-4 кл.)</b>			<b>52,69</b>	<b>60,29</b>	<b>207,72</b>	<b>1 584,22</b>	
<b>Итого за день 6 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>			<b>57,41</b>	<b>65,77</b>	<b>222,94</b>	<b>1 713,34</b>	

День 7

**Возрастная категория: (1-4 кл.)**

Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, сода йод., масло сл.)	150/5	17,13	5,31	4,48	35,01	201,58	623
Ватрушка "Королевская" (Мука пш.ис., яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	90	38,00	12,58	11,63	35,78	208,08	397
<b>11 лет</b> <b>Кофейный напиток заливной</b> (Кофейный напиток заливной, молоко, вода, сахар)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066
Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Яблоко свежее	112	17,66	0,45	0,45	10,98	49,73	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>	<b>586,00</b>	<b>85,00</b>	<b>22,02</b>	<b>17,97</b>	<b>109,17</b>	<b>596,51</b>	

**Возрастная категория: (5-11 кл.)**

Каша молочная кукурузная с маслом (Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар-песок, сода йод., масло сл.)	200/5	21,34	7,02	5,92	46,31	246,6	623
Ватрушка "Королевская"	0/1	28,00	17,58	11,62	25,78	248,08	207



Завтрак 12 лет и старше	Мука пш.вс, яйцо, сахар-песок, масло сл., творог, сода, ванилин)	200	9,80	1,51	1,13	12,61	66,65	1 066	
									Кофейный напиток злаковый (Кофейный напиток злаковый, молоко, вода, сахар)
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	29	2,41	2,18	0,29	14,79	70,47	-	
	Яблоко свежее	117	18,45	0,47	0,47	11,47	51,95	-	
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>641,00</b>	<b>90,00</b>	<b>23,76</b>	<b>19,44</b>	<b>120,95</b>	<b>703,75</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
Обед	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (Картофель, морковь, огурцы солен., лук репч., крупа перловая,	200/10	16,49	1,97	5,02	13,29	106,20	167,00	
	Пельмени отварные с маслом (Пельмени, соль вод., масло сл.)	160/5	64,11	15,42	38,88	47,20	600,39	1 084,00	
	Чай с сахаром (Чай, сахар, вода)	200	1,63			9,08	36,32	663,00	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	27	2,24	2,03	0,27	13,77	65,61	-	
	Мандарин.	110	20,53	0,88	0,22	8,25	38,50	-	
<b>Итого за обед:</b>		<b>712,00</b>	<b>105,00</b>	<b>20,30</b>	<b>44,38</b>	<b>91,60</b>	<b>847,02</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
Подлинник	Гамбургер. (Муха пш.вс, вода, яйцо, дрожжи пресс., сахар-песок, говядина.	90	46,16	12,60	12,78	28,79	280,58	596,00	
	Чай с лимоном (Чай, сахар, лимон, вода)	200/7	3,84	0,04		9,33	37,46	431,00	
<b>Итого за подлинник:</b>		<b>297,00</b>	<b>50,00</b>	<b>12,64</b>	<b>12,78</b>	<b>38,12</b>	<b>318,05</b>		
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: ШВП (1-4 кл.)</b>				<b>54,96</b>	<b>75,13</b>	<b>238,88</b>	<b>1 851,57</b>		
<b>Итого за день 7 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>				<b>60,44</b>	<b>84,92</b>	<b>265,62</b>	<b>2 068,54</b>		
<b>День 8</b>									
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
Завтрак 7-11 лет	Каша молочная пшеница с маслом (Крупа пшениц., молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)	180/10	22,50	7,43	7,16	36,70	220,94	515	
	Бутерброд с джемом и маслом (Хлеб, масло сл., хлеб пш.)	25/12/40	20,82	3,12	9,69	38,18	232,39	779	
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986	
	Десерт фруктовый	100	31,68	0,60	0,20	19,00	80,2	-	

<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		<b>567,00</b>	<b>85,00</b>	<b>12,97</b>	<b>18,72</b>	<b>107,10</b>	<b>608,72</b>		
<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>									
	Каша молочная пшеничная с маслом (Крупа пшениц., молоко, вода, сахар-песок, соль, йод., масло сл.)	210/10	24,76	8,99	8,67	44,43	291,67	515	
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>	Бутерброд с джемом и маслом (Джем, масло сл., хлеб пш.)	30/13/46	23,56	3,28	10,19	40,16	265,50	779	
	Какао-напиток. (Какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986	
	Десерт фруктовый	100	31,68	0,60	0,20	19,00	80,20	-	
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		<b>609,00</b>	<b>90,00</b>	<b>14,69</b>	<b>20,73</b>	<b>116,81</b>	<b>712,56</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками (Фрикадельки мясные, свекла, картофель, капуста, морковь, лук)	10/190	17,91	5,63	9,26	9,46	133,66	165	
	Котлета мясная с соусом красным (Говядина, свинина, хлеб пш., вода, яйцо, сушари, перец, масло)	70/30	36,01	10,82	18,25	11,82	230,78	1 055	
<b>Обед</b>	Макаронные изделия отварные. (Макаронные изделия, вода, масло сл., соль йод.)	160	11,44	5,78	4,34	33,92	190,81	307	
	Компот из кураги и изюма с витамином С. (Курага, изюм, сахар-песок, лимон, ягоды, сахар, ягоды)	200	7,48	0,99	0,06	18,36	77,94	669	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	28	2,16	2,10	0,28	14,28	68,04	-	
	Гематоген	40	30,00	2,80	1,20	33,60	156	-	
<b>Итого за обед:</b>		<b>728</b>	<b>105,00</b>	<b>28,11</b>	<b>33,38</b>	<b>121,43</b>	<b>857,23</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
	Сочини с творогом. (Мука пш.пс., яйцо, соев., масло сл., творог, сахар-песок, сметана)	85	29,91	9,64	11,10	32,87	269,93	646,00	
<b>Подлинк</b>	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	190	6,05	1,29	1,34	2,03	25,36	603,00	
	Сок фруктовый в п/у 125	1	14,04	0,88	0,25	14,25	62,77	-	
<b>Итого за подлинк:</b>		<b>276,00</b>	<b>50,00</b>	<b>11,82</b>	<b>12,69</b>	<b>49,15</b>	<b>358,05</b>		
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: ШБП (1-4 кл.)</b>									
<b>Итого за день 8 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>				<b>50,82</b>	<b>62,84</b>	<b>273,73</b>	<b>1 863,37</b>		
<b>День 9</b>				<b>58,45</b>	<b>70,97</b>	<b>307,42</b>	<b>2 101,77</b>		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									

Завтрак 7-11 лет	Сыр в индивидуальной упаковке	18	14,48	1,37	2,98	0,88	35,82	-	
	Каша молочная "Улыбка" с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль)	190/5	23,07	6,68	7,71	36,80	243,32	53	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
	Кеке "Столичный" (конд.пех)	75	39,00	4,45	12,92	42,51	249,08	137	
Итого за завтрак 7-11 лет:		513	85,00	15,74	25,27	95,08	615,66		
<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>									
Завтрак 12 лет и старше	Сыр в индивидуальной упаковке	18	14,48	1,37	2,98	0,88	35,82	-	
	Каша молочная "Улыбка" с маслом (Хлопья Геркулес, крупа рисовая, молоко, вода, сахар-песок, соль)	240/5	27,99	8,39	9,69	46,23	305,71	53	
	Чай с молоком. (Чай, молоко, вода)	200	6,37	1,36	1,41	2,14	26,69	603	
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-	
	Кеке "Столичный" (конд.пех)	75	39,00	4,45	12,92	42,51	304,08	137	
Итого за завтрак 12 лет и старше:		564	90,00	17,52	27,25	105,02	735,48		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
Обед	Суп картофельный с бобовыми и ветчиной (Ветчина, картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, соль)	10/190	12,47	6,02	4,27	12,10	110,87	157,00	
	Гуляш мясной (Повидло, лук репчатый, мука, томат паста, масло подсолнечное, соль йод)	45/45	58,14	10,53	11,22	3,23	156,09	550,00	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, вода, масло сл., соль йод.)	150	9,92	6,20	4,74	37,98	219,36	632,00	
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С. (Смесь сухофруктов, сахар-песок, лимонная кислота, аскорбиловая кислота)	200	4,87	0,57	19,55	80,48	611,00		
	Хлеб пшеничный йодированный БХП	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
Итого за обед:		776,00	105,00	25,64	20,93	96,49	676,84		
<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>									
Подлинник	Пирожки печеные с мясом и луком (Мясо свиное, вода, яйцо, сахар-песок, дрожжи пресс., масло сл., соль)	95	41,08	13,11	11,55	35,05	296,60	60,00	
	Напиток из ягод (облепиха), протертая с сахаром	200	9,02	0,18	0,70	15,82	71,11	1,082,00	

		2000	03,72	04,10	04,77	12,502	113,11	1000,000
[Объемная порция с сахаром, сахар-песок, вода]								
<b>Итого за полдник:</b>		295,00	50,00	13,29	12,34	50,87	367,71	
<b>Итого за день 9 Возрастная категория: ШБП (1-4 кл.)</b>				54,67	58,53	242,43	1715,21	
<b>Итого за день 9 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)</b>				60,67	63,82	265,30	1878,24	
<b>День 10</b>								
		<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>						
		15	8,93	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
Ййцо перепелное вареное								
Каша молочная ячневая с маслом		180/10	21,81	6,24	7,89	32,55	206,19	898
(Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>		25/40	22,66	7,43	5,28	24,86	176,69	868
Бутерброд с сыром.								
(Сыр, хлеб пш.)								
Какао-напиток.		200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)								
Зефир йогуртовый		35	21,60	0,25	2,45	26,74	129,5	-
<b>Итого за завтрак 7-11 лет:</b>		505	85,00	17,38	18,76	97,47	607,72	
		<b>Возрастная категория: (5-11 кл.)</b>						
		15	8,93	1,64	1,47	0,09	20,15	776,01
Ййцо перепелное вареное								
Каша молочная ячневая с маслом		240/10	26,09	8,21	10,38	42,83	297,62	898,00
(Крупа ячневая, молоко, вода, сахар-песок, соль йод., масло сл.)								
<b>Завтрак 12 лет и старше</b>		26/40	23,38	7,54	5,36	25,25	179,40	868,00
Бутерброд с сыром.								
(Сыр, хлеб пш.)								
Какао-напиток.		200	10,00	1,82	1,67	13,22	75,19	986,00
(Какао-порошок, молоко, вода, сахар)								
Зефир йогуртовый		35	21,60	0,25	2,45	26,74	129,50	-
<b>Итого за завтрак 12 лет и старше:</b>		566	90,00	19,46	21,33	108,13	701,86	
		<b>Возрастная категория: (1-4 кл.)</b>						
		20/190	23,00	4,39	8,01	5,45	111,49	8,00
Щи по-уральски (пшено) с фрикадельками								
(Фрикадельки мясные, капуста, морковь, лук репч., крупа пшено.)								
<b>Фрикадельки рыбные (горбуша) с соусом белым</b>		70/20	22,71	9,45	4,30	5,83	99,82	651,03
(Горбуша, хлеб пш., вода, лук репч., яйцо, соль йод., соус с белым соусом)								
<b>Рис отварной</b>		150	13,99	3,60	4,78	36,44	203,23	552,00
(Крупа рисовая, вода, масло сл., соль йод.)								
<b>Обед</b>		2000	12,27	0,10	0,08	15,92	64,76	1082,00
Напиток из ягод (смородина), протертой с саха								

Итого за обед:		2	878	105,00	21,73	23,86	96,82	687,34	
		) Возрастная категория: (1-4 кл.)							
Подлинк	Плюшка "Эстонская" с сыром (Мука пш.вс., яйцо, сахар-песок, вода, дрожжи прес., масло сл., ванилин, соль)	1	90	31,81	10,37	14,16	33,83	304,22	328,00
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1	1	18,19	1,40	0,40	22,80	100,40	-
Итого за подлинк:		1	91,00	50,00	11,77	14,56	56,63	404,62	
Итого за день 10 Возрастная категория: ШБП (1-4 кл.)					50,88	57,18	250,92	1 719,68	
Итого за день 10 Возрастная категория: МГЛ 2 (5-11 кл.)					56,90	65,15	270,88	1 895,38	
Среднее значение период по Завтрак 7-11 лет		5			50,89	56,77	237,40	1 687,44	
Среднее значение период по Завтрак 12 лет и старше					52,64	60,71	248,79	1 775,38	
Среднее значение период по Обед (1-4 кл.)					91,32	117,12	273,08	2 511,38	
Среднее значение период по Обед (5-11 кл.)					95,18	124,22	279,44	2 616,21	