

«Согласовано»  
 Директор  
 "04" мая 2022 г.

«Утверждено»  
 Городской директор  
 МКП «Ородской комбинат  
 ШКОЛЬНОЕ  
 питания»  
 Микольского питания»  
 Шахова А.М.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

Неделя 4  
 День 1  
 Возрастная категория: 7-11 лет

<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776
	Сыр порциями	12	2,78	3,54	-	43,5	982
	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	4,26	6,02	29,58	189,6	898
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,8	1,6	13,2	75,2	986
	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,17	0,29	14,79	67,5	-
Итого за завтрак:	Фруктовый десерт	1/100	0,68	0	17,5	60	-
		534	16,39	15,49	75,32	492,3	-

Возрастная категория: 12 лет и старше

<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776
	Сыр порциями	16	3,7	4,72	39,44	58	
	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	170/5	4,81	6,34	33,51	210	1049
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,8	1,6	13,2	75,2	986
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,32	0,31	15,81	75	-
	Фруктовый десерт	1/100	0,68	0	17,5	60	-

	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная, лапша домашняя ролитон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	20/250	7,31	9,51	13,42	168	235	
<b>Обед</b>	Колбаса отварная с соусом красным основным 80/30	110	9,5	15,58	2,83	195,5	572	
	Парнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	8,2	5,3	35,9	224,6	632	
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0,05	0,02	9,1	37	663	
	Хлеб пшеничный йодированный	41	3	0,4	20,4	102,5	-	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	-	
<b>Итого за обед:</b>			<b>30,67</b>	<b>31,35</b>	<b>100,13</b>	<b>818,1</b>	<b>-</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
<b>Обед</b>	Закуска порционная (кукуруза консервированная)	100	1,6	0,4	14,3	69	984	
	Суп-лапша домашняя с курицей (грудка куриная, лапша домашняя ролитон, лук репч., морковь, масло раст, соль йодир.)	20/250	7,31	9,51	13,42	168	235	
	Колбаса отварная с соусом красным основным 80/30	110	9,5	15,58	2,83	195,5	572	
	Парнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	180	9,3	6,08	40,82	269	632	
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0,05	0,02	9,1	37	663	
	Хлеб пшеничный йодированный	31	2,4	0,32	16,32	77,5	-	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49	-	
	<b>Итого за обед:</b>			<b>31,81</b>	<b>32,21</b>	<b>106,69</b>	<b>865</b>	<b>-</b>
	<b>Подник</b>	Булочка «Сдоба с повидлом» БХП	100	7	5,5	63	330	-
		Молоко питьевое	200	5,8	6,4	9,4	120	997
Сок фруктовый в потребительской упаковке		1/200	1	0,2	20,2	91	-	
<b>Итого за подник:</b>			<b>13,8</b>	<b>12,1</b>	<b>92,6</b>	<b>541</b>	<b>-</b>	
<b>Итого за день 1. Возрастная категория: 7-11 лет</b>			<b>62,68974</b>	<b>55,9294</b>	<b>252,97806</b>	<b>1802,3</b>	<b>-</b>	
<b>Итого за день 1. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>			<b>63,82974</b>	<b>56,7894</b>	<b>259,53806</b>	<b>1849,2</b>	<b>-</b>	
<b>День 2</b>								

Возрастная категория: 7-11 лет

<b>Завтрак</b>	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок., соль йод., масло слив.)	150/5	6,41785	7,315	35,831705	195	898
	Бутерброд с маслом (масло слив., хлеб пшеничный йодированный)	13/27	2,12	9,69	13,93	153	778
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,551	1,45288	2,1749	28	603
	Булочка «Машенька» БХП	80	5,6	5,6	45,6	256	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>15,68885</b>	<b>24,05788</b>	<b>97,536605</b>	<b>632</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Завтрак</b>	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко, сахар-песок., соль йод., масло слив.)	150/5	6,41785	7,315	35,831705	195	898
	Бутерброд с маслом (масло слив., хлеб пшеничный йодированный)	13/27	2,12	9,69	13,93	153	778
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,551	1,45288	2,1749	28	603
	Булочка «Машенька» БХП	80	5,6	5,6	45,6	256	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>15,68885</b>	<b>24,05788</b>	<b>97,536605</b>	<b>632</b>		

**Возрастная категория: 7-11 лет**

<b>Обед</b>	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	982
	Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	4,18	8,42	16,23	157,5	17
	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., лук репчатый)	100	15,12	13,9	12,9	197,87	973
	Рис с овощами (крупа рисовая, масло раст., масло сл., морковь, лук, соль йод.)	150	3,82	17,42	36,99	320,09	629
	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	0,382	0,138	15,48	64	667а
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,875	0,25	12,75	62,5	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
<b>Итого за обед:</b>	<b>820</b>	<b>27,777</b>	<b>40,548</b>	<b>107,37</b>	<b>847,56</b>		

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

<b>Обед</b>	Закуска порционная (огурцы свежие)	100	0,7	0,1	1,9	11	982	
	Уха Рыбашка (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, сайра)	15/250	4,18	8,42	16,23	157,5	17	
	Котлеты из индейки с соусом белым основным (филе индейки, хлеб пшен., масло слив., соль йод., соус белый осн.) 75/30	105	15,87	14,6	13,55	207,7	973	
	Рис с овощами (крупа рисовая, масло раст., масло сл, морковь, лук, соль йод.)	180	4,15	20,9	44,38	384,1	629	
	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	0,382	0,138	15,48	64	667а	
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,4	20,4	77	-	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	-	
	<b>Итого за обед:</b>		<b>29,932</b>	<b>44,858</b>	<b>121,84</b>	<b>950,8</b>	<b>679</b>	
	<b>Полдник</b>	Пирожное «Песочное под помадкой» БХП	75	3,5	11,7	51,73	220	621
		Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	0,3	0,08	12,85	53,3	-
Яблоко свежее		136	0,544	0,544	13,33	64	-	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>14,897</b>	<b>9,762</b>	<b>80,769</b>	<b>337,3</b>	<b>-</b>		
<b>Итого за день 2. Возрастная категория: 7-11 лет</b>		<b>58,36285</b>	<b>74,36788</b>	<b>285,675605</b>	<b>1816,86</b>	<b>-</b>		
<b>Итого за день 2. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>		<b>60,51785</b>	<b>78,67788</b>	<b>300,145605</b>	<b>1920,1</b>	<b>-</b>		
<b>День 3</b>	<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша молочная пшеница с маслом (пшено, Молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	6,13825	6,826	30,052685	248	515	
	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшен. йодир.)	18/27	6,226	5,58	13,77	132	868	
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,81984	1,672	13,2223	75,2	986	
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1	0,2	20,2	91	-	
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>15,18409</b>	<b>14,278</b>	<b>77,244985</b>	<b>546,2</b>	<b>-</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								

<b>Завтрак</b>	Каша молочная пшеница с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	6,13825	6,826	30,052685	248	515
	Бутерброд с сыром (сыр, хлеб пшен. йодир.)	18/27	6,226	5,58	13,77	132	868
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,81984	1,672	13,2223	75,2	986
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1	0,2	20,2	91	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>15,18409</b>	<b>14,278</b>	<b>77,244985</b>	<b>546,2</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	14	982
	Щи из свежей капусты со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло	250/10	2,01	6,07	8,66	116	197
	Гуляш мясной 45/45	90	12,91	12,66	2,73	186	550
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	150	4,32	4,07	29,55	182	585
	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4	0,22	0,05	9,22	38	432
	Хлеб пшеничный йодированный	37	2,77	0,37	18,87	92,5	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>24,87</b>	<b>23,7</b>	<b>83,19</b>	<b>667,5</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>Обед</b>	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	3,8	24	982
	Щи из свежей капусты со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло	250/10	2,01	6,07	8,66	116	197
	Гуляш мясной 50/50	100	17,65	16,27	3,97	233	550
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	5,18	4,89	35,4	226	-
	Чай с лимоном (чай, лимон, сахар-песок)	200/4	0,22	0,05	9,22	38	432
	Хлеб пшеничный йодированный	22	1,87	0,25	12,75	62,5	-
Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-	
<b>Итого за обед:</b>		<b>30,01</b>	<b>28,09</b>	<b>85,68</b>	<b>738,5</b>		

Полдник	Булочка Ежик ВХП	80	6	13,6	53,6	352	
	Напиток с витаминами «Витошка»	180	0	0	17	66	1014
	Фруктовое пюре	1/125	0	0	17,5	70	
Итого за полдник:			6	13,6	88,1	488	
Итого за день 3. Возрастная категория: 7-11 лет			46,05409	51,578	248,534985	1701,7	
Итого за день 3. Возрастная категория: 12 лет и старше			51,19409	55,968	251,024985	1772,7	
<b>День 4</b>							
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Завтрак	Каша молочная пшеница с маслом (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	6,13825	6,826	30,052685	206	515
	Бутерброд с сыром и маслом (сыр, масло слив., хлеб)	20/15/26	6,71	17,03	13,45	236	1017
	Напиток с витаминами «Витошка» (смесь сухая с витаминами, вода)	200	0,05	0,02	9,1	74	1014
Итого за завтрак:			12,89825	23,876	52,602685	516	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Обед	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод. сметана.)	250/10	2,16	6,06	13,15	126	165
	Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красн.осн) 70/30	100	9,9	15,6	11,4	228	1055
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	180	3,67	5,32	24,05	159	371
	Компот из сухофруктов с вит С (смесь сухофруктов, сахар-песок, лимон. кислота)	200	0,57	0,08	19,55	81	611a
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,87	0,25	12,75	62,5	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
Итого за обед:			20,72	28,24	106,79	777,5	
Итого за день 4. Возрастная категория: 12 лет и старше			33,61825	52,116	159,392685	1293,5	
<b>День 5</b>							

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак	Каша молочная Боярежка (пшено, молоко стучц., сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	150	6,06	13,25	43	271	1047
	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб)	17/31	29,3	6,27	5,32	139	868
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,551	1,45288	2,1749	28	603
Итого за завтрак:			35,66	19,6	61,12	463,3	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Каша молочная Боярежка (пшено, молоко стучц., сахар-песок, изюм, соль йод., масло слив.)	150	6,06	13,25	43	271	1047
	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб)	17/31	29,3	6,27	5,32	139	868
	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,551	1,45288	2,1749	28	603
Итого за завтрак:			35,66	19,6	61,12	463,3	

Возрастная категория: 7-11 лет

Обед	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250	6,01	8,29	15,76	161	1000	
	Фрикадельки из индейки с соусом кр осн (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод., соус красн.осн.) 70/30	100	11,07	11,65	8,33	182	978	
	Макаронные изделия отварные (макарон. изд., масло слив., соль йодир.)	150	5,3	3,9	32,7	187,5	307	
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0,05	0,02	9,1	37	663	
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,87	0,25	12,75	62,5	-	
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-	
	Яблоко свежее	163	0,65	0,65	15,97	76,61	-	
	Итого за обед:			26,93	25,12	106,49	745,61	-

Возрастная категория: 12 лет и старше

<b>Обед</b>	Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.)	15/250	6,01	8,29	15,76	161	1000
	Фрикадельки из индейки с соусом кр осн (филе индейки, хлеб пшен., молоко, соль йод.,соус красн.осн.) 90/30	120	13,25	13,98	9,99	224	978
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	6,36	4,68	39,24	225	307
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	0,05	0,02	9,1	37	663
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,87	0,25	12,75	62,5	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	-
	Яблоко свежие	187	0,74	0,74	18,32	87,89	-
<b>Итого за обед:</b>		<b>29,93</b>	<b>28,26</b>	<b>115,06</b>	<b>846,89</b>		
<b>Полдник</b>	Булочка «Ушпетайка» с изюмом и корицей БХП	70	4,9	14,7	46,2	343	
	Молоко питьевое	200	5,8	6,4	9,4	120	
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1	0,2	20,2	91	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>11,7</b>	<b>21,3</b>	<b>75,8</b>	<b>554</b>		
<b>Итого за день 5. Возрастная категория: 7-11 лет</b>		<b>74,29</b>	<b>66,02</b>	<b>243,41</b>	<b>1762,91</b>		
<b>Итого за день 5. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>		<b>77,29</b>	<b>113,88</b>	<b>251,98</b>	<b>1864,19</b>		
<b>День 6</b>	<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>						
<b>Завтрак</b>	Каша молочная гречневая с маслом (крупа гречневая, молоко сгущенное, сахар-песок, соль йодир, масло сл)	150/4	6,40238	6,1208	33,9313	212	1052
	Бутерброд с маслом (масло слив., хлеб пшеничный йодированный)	окт.22	4,448315	4,99532	22,47154	121	778
	Чай без сахара	200	0,19	0,04794	0,0364	1,3	1009
	Булочка Рулетик с маком БХП	80	7,6	10,4	39,2	280	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>18,640695</b>	<b>21,56406</b>	<b>95,63924</b>	<b>614,3</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							



Завтрак	Каша молочная гречневая с маслом (крупа гречневая, молоко сгущенное, сахар-песок, соль йодир, масло сл)	150/4	6,40238	6,1208	33,9313	212	1052
	Булерброд с маслом (масло слив., хлеб пшеничный йодированный)	окт.22	4,448315	4,99532	22,47154	121	778
	Чай без сахара	200	0,19	0,04794	0,0364	1,3	1009
	Булочка Рулетик с маком БХП	80	7,6	10,4	39,2	280	-
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>18,640695</b>	<b>21,56406</b>	<b>95,63924</b>	<b>535,3</b>		
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
Обед	Рассольник Домашний с фаршем, (говядина, капуста свеж, картофель, морковья, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	15/250	6,4	8,43	14,37	159	149
	Биточки рыбные с соусом белым осн (горбуша, хлеб, сухари, масло растит., соль, мука, масло слив.) 60/30	90	9,84	11,41	14,45	157,62	626
	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	150	3,6	4,78	36,4	203	552
	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	0,3	0,08	12,8	53,3	621
	Хлеб пшеничный йодированный	25	1,87	0,25	12,75	62,5	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
<b>Итого за обед:</b>		<b>24,59</b>	<b>25,91</b>	<b>117,35</b>	<b>744,92</b>		
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Обед	Рассольник Домашний с фаршем, (говядина, капуста свеж, картофель, морковья, лук репч., томат паста, масло подсолн., огурцы солен., соль йод.)	15/250	6,4	8,43	14,37	159	149
	Биточки рыбные с соусом белым осн (горбуша, хлеб, сухари, масло растит., соль, мука, масло слив.) 90/30	120	14,36	15,26	18,73	227,33	626
	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	4,3	5,7	43,7	243	552
	Чай с вареньем (чай, варенье)	200/20	0,3	0,08	12,8	53,3	621

	Хлеб пшеничный йодированный	32	2,4	0,32	16,32	80	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5	-
	Яблоко	185	0,75	0,75	18,13	86,95	-
<b>Итого за обед:</b>			<b>30,16</b>	<b>30,84</b>	<b>133,95</b>	<b>899,08</b>	
	Булочка Неженка с вареной сгущенкой	75	5,87	5,55	44,48	352	
	Напиток с витаминами «Витошка»	180	0	0	17	66	1014
	Фруктовое пюре	1/125	0	0	17,5	70	
<b>Итого за полдник:</b>			<b>5,87</b>	<b>5,55</b>	<b>78,98</b>	<b>488</b>	
<b>Итого за день 6. Возрастная категория: 7-11 лет</b>			<b>49,100695</b>	<b>53,02406</b>	<b>291,96924</b>	<b>1847,22</b>	
<b>Итого за день 6. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>			<b>54,670695</b>	<b>57,95406</b>	<b>521,55848</b>	<b>1922,38</b>	
<b>День 7</b>							
	<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>						
	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко сгущ., сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	5,382	5,57	37,45	208	1049
<b>Завтрак</b>	Ромовая Баба БХП	100	5,5	9	60	340	-
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,81984	1,672	13,2223	75,2	986
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>12,70184</b>	<b>16,242</b>	<b>110,6723</b>	<b>623,2</b>	
	<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>						
	Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко сгущ., сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	5,382	5,57	37,45	208	1049
<b>Завтрак</b>	Ромовая Баба БХП	100	5,5	9	60	340	-
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,81984	1,672	13,2223	75,2	986
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>12,70184</b>	<b>16,242</b>	<b>110,6723</b>	<b>623,2</b>	
	<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>						
	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,42	0,06	1,14	159	149
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, макар изд., морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод.)	15/250	9,69	8,23	18,91	157,62	626

Обед	Котлета Домашняя с соусом (говядина, свинина, лук репч., сухари панир., яйцо, хлеб пшен., соль йод., соус кр осн.) 75/30	90	15,37	20,07	7,73	203	552
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	170	3,6	4,78	36,4	53,3	621
	Компот из кураги с вит С (курага, сухар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200	0,75	0	18	62,5	-
	Хлеб пшеничный йодированный	34	2,4	0,32	16,32	39	-
	Хлеб ржаной	25	1,98	0,36	11,88	70,5	-
<b>Итого за обед:</b>			<b>34,21</b>	<b>33,82</b>	<b>110,38</b>	<b>744,92</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Обед	Закуска порционная (отуцы свежие)	100	0,7	0,1	1,9	11	982
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, макар изд., морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод.)	15/250	9,69	8,23	18,91	157	893
	Котлета Домашняя с соусом (говядина, свинина, лук репч., сухари панир., яйцо, хлеб пшен., соль йод., соус кр осн.) 75/30	105	17,08	21,73	8,58	267	246
	Перловка отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.)	180	4,3	5,7	43,7	206,4	585
	Компот из кураги с вит С (курага, сухар, лимон.кислота, аскорб кислота)	200	0,75	0	18	77,9	669а
	Хлеб пшеничный йодированный	29	2,7	0,36	16,36	72,5	-
	Хлеб ржаной	20	1,65	0,3	9,9	39	-
<b>Итого за обед:</b>			<b>36,87</b>	<b>36,42</b>	<b>117,35</b>	<b>830,8</b>	
<b>Итого за день 7. Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>День 8</b>			<b>49,57184</b>	<b>52,662</b>	<b>228,0223</b>	<b>1454</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
Завтрак	Каша молочная манная с маслом (крупа манная, молоко стуженное, соль йод., масло слив.)	200/5	5,74	6,45	40,17	241	1053
	Бутерброд горячий с сыром колбасой (сыр, колбаса вар, масло сл, хлеб пш)	15/15/30	7,69	11,68	15,59	201,2	788
	Чай с молоком (чай, молоко)	50/150	1,55	1,45	2,17	29	603

Итого за завтрак:		14,98	19,58	57,93	471,2		
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Суп картофельный с овсяными хлопьями, с фаршем (фарш говяж, картофель, хлопья овсяные, морковь, лук репч., масло слив., соль йодир.)	10/250	5,03	5,01	15,31	136	581/998
	Котлета Нежина с соусом (говядина, свинина, молоко, хлеб пш.йодир., лук репч., яйцо, сухари панир., масло подс. соль йодир.) 80/30	110	11,03	18,31	9,77	248,06	1025
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	6,3	4,71	39,2	225	307
	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	0,382	0,138	15,48	64	667а
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	75	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
	Яблоко	189	0,76	0,76	18,52	88,83	-
	<b>Итого за обед:</b>		<b>27,732</b>	<b>29,588</b>	<b>125,46</b>	<b>875,89</b>	
	<b>Итого за день 8. Возрастная категория: 12 лет и старше</b>		<b>42,712</b>	<b>49,168</b>	<b>183,39</b>	<b>1347,09</b>	
	<b>Среднее значение за период по завтракам 7-11 лет</b>		<b>105,5103483</b>	<b>94,68634</b>	<b>410,2342733</b>	<b>2802,866667</b>	
<b>Среднее значение за период по обедам 7-11 лет</b>		<b>140,5386667</b>	<b>152,264667</b>	<b>532,9266667</b>	<b>3947,843333</b>		
<b>Среднее значение за период по полдникам 7-11 лет</b>		<b>47,571</b>	<b>52,632</b>	<b>353,065</b>	<b>2017,9</b>		
<b>Среднее значение за период по завтракам 12 лет и старше</b>		<b>130,865965</b>	<b>134,54484</b>	<b>562,305125</b>	<b>3818,1</b>		
<b>Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше</b>		<b>212,8985</b>	<b>232,6165</b>	<b>803,0425</b>	<b>6018,05625</b>		
<b>Среднее значение за период по полдникам 12 лет и старше</b>		<b>47,571</b>	<b>52,632</b>	<b>353,065</b>	<b>2017,9</b>		