



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



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

Неделя 3 (1 смена)

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак	Мясо перемолотое вареное (1 шт.)	15	1,64	1,47	0,09	20,15	776
	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко 3,2% сахар-песок, соль йод., магнез. стип.)	150,5	4,23	5,09	29,55	180,93	898
	Сыр в индивидуальной упаковке (1 шт.)	18	1,37	2,98	0,88	35,82	
	Кексы-паштеты (кексы перемол., молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Хлеб швейцарский бездрожжевой	25	1,88	0,25	12,75	60,75	
	Бананы	217	1,95	0,65	27,34	123,04	
Итого за завтрак:		630	12,89	12,11	83,83	495,88	

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Сок фруктовый в потребительской упаковке	17/200	1,4	0,4	22,8	100,4	
Итого за завтрак:		200	1,4	0,4	22,8	100,4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Мясо перемолотое вареное (1 шт.)	15	1,64	1,47	0,09	20,15	776
	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко 3,2% сахар-песок, соль йод., магнез. стип.)	200,5	5,59	6,73	39,08	239,29	898
	Сыр в индивидуальной упаковке (1 шт.)	18	1,37	2,98	0,88	35,82	
	Кексы-паштеты (кексы перемол., молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986
	Хлеб швейцарский бездрожжевой	25	1,88	0,25	12,75	60,75	
	Бананы	223	2,01	0,67	28,1	126,44	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Суп лапша-пшеница с фаршем (говядина, лапша Ролтон, лук репчат., морковь, масло растит., соль йодир.)	30/250	4,74	7,21	13,36	137,3	694,9/98
Стрипы из пшеники с соусом красным (филе индейки, свинина, сухари панир, яйцо куриное, соль йод., соус красный) 90/30	120	18,13	13,12	10,96	234,44	1073
Гарнир «Забаля» (гречка рисовая, крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	180	5,56	5,06	42,67	238,49	310
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200/4	0,04	0	9,19	36,92	431
Хлеб пшеничный бездрожжевой	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	-
Яблоко свежее	153	0,61	0,61	14,99	67,93	-
Итого за обед:	997	33,31	26,66	118,35	846,66	-
Итого за день 1. Возрастная категория: 7-11 лет	830	14,29	12,51	106,63	596,28	-
Итого за день 1. Возрастная категория: 12 лет и старше	1683	47,62	40,43	212,47	1404,3	-

Возрастная категория: 7-11 лет

Котлета Домашняя с соусом красным 80/20 (говядина, свинина, батон, соль йод., сухарь панир, яйцо, масло раст.)	100	10,67	16,29	11,17	203,96	246
Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль йодир.)	150	3,6	4,78	36,44	183,23	552
Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	26,69	603
Хлеб пшеничный бездрожжевой	22	1,65	0,22	11,22	53,46	-
Напиток овсяный в му	200	2	6,4	19	140	-
Итого за завтрак:	672	19,28	29,1	79,97	607,34	-

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак Гречи	119	0,48	0,36	12,26	54,15	
Итого за завтрак:	119	0,48	0,36	12,26	54,15	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Котлета Домашняя с соусом красным 80/30 (говядина, свинина, батон., соль йод., сухарь панир, яйцо, масло раст.)	110	11,73	17,92	12,28	217,35	246
Рис отварной (рис, вода, масло сл., соль йодир.)	200	4,81	6,38	48,59	240,98	552

	Чай с молоком (чай, молоко)	200	1,36	1,41	2,14	20,69	603
	Хлеб пшеничный водородный	34	2,55	0,34	17,34	82,62	-
	Напиток олеяный в му	200	2	6,4	19	140	-
Итого за завтрак:		744	22,45	32,45	99,35	707,64	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Салатка Детская с Гречками (мясо говядина, ветчина, картофель, лук репч., морковь, огурцы соевые, томат, масло подсолн., соль подпр., томат, паста, гречки)	15/250/15	8,24	6,43	13,22	143,69	906
	Мясо тушеное (говядина, лук репч., томат паста, Приправа, дижонский лист, масло раст., соль, вода.) 60/60	120	16,91	16,85	1,56	225,5	1036
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль, вода)	180	6,5	4,88	38,16	222,53	307
	Компот из фруктов с витамином С(курага, сахар-песок, витамин С)	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669
	Хлеб пшеничный водородный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-
	Груша	120	0,48	0,36	12,36	54,6	-
	Итого за обед:	950	36,65	29,13	106,31	833,91	
	Итого за день 2. Возрастная категория: 7-11 лет	791	2,48	6,76	31,26	194,15	
	Итого за день 2. Возрастная категория: 12 лет и старше	1150	38,65	35,53	125,31	973,91	
День 3							
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Макаронные с петрушкой и томатом (макаронные изд., ветчина, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль (водпр.))	200	11,22	9,48	36,6	135,6	448
Завтрак	Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	603
	Хлеб пшеничный водородный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Печенье Байкальское	80	5,44	19,36	50,38	277,5	328
	Груша свежая	159	0,64	0,48	16,38	72,35	25,39
	Итого за завтрак:	679	18,95	29,52	128,17	593,09	

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Меренги желтый ваниль, сливочное	30	0,04	0	31,76	127,2	
Итого за завтрак:		200	0,04	0	31,76	127,2	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Мюсли с фруктами и топинагом (яблочно-ягодный, ванильный, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	250	14,03	11,85	45,75	205,75	448
	Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	603
	Хлеб пшеничный розованный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Печенье Байкальское	80	5,44	19,36	50,38	277,5	328
	Груша свежая	159	0,64	0,48	16,38	72,35	25,39
Итого за завтрак:		729	21,76	31,89	137,32	663,24	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Закуска порционная (помидоры свежие)	100	1,1	0,2	36,8	21,4	982
	Суп из овощей с фрикадельками (фасоль гов., капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное, петрушка укропская, лавровый лист, соль, болгар. перец, морковь)	10/250/15	8,42	7,85	16,74	171,35	127/998
	Котлета Мечта с соусом острым (минтай, свиная, курья манная, молоко, лук репчатый, сухари панир, масло растит., соус бешамель)	110	15,57	13,37	10,92	226,32	1061
	Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло слив. соль)	180	3,71	5,36	24,12	159,59	371
	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха протертая с сахаром, вода)	200	0,25	1,11	18,67	85,67	904
	Хлеб пшеничный розованный	32	2,4	0,32	16,32	77,76	-

Итого за обед:

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

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

День 4		#ИМЯ?	1056	32,09	28,69	139,95	814,44	
	Возрастная категория: 7-11 лет							

Каши молочная овсяная с фруктами с маслом (молоко, масло сливочное, сахар-песок, яблоки с фруктами, соль, йогурт)	160/7	6,34	7,09	27,13	197,66	898
---	-------	------	------	-------	--------	-----

Завтрак	Запеканка из творога со стухленным молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, сухари панировочные, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметана, стухшее молоко)	110/30	24,41	9,16	28,12	292,55	342
	кофеинный напиток (злаковый (кофеинный напиток, молоко, сахар))	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Хлеб пшеничный водороданный	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-
Итого за завтрак:		531	34,06	17,62	80,1	615,18	

Возрастная категория: 7-11 лет

Второй завтрак	Груша свежая	119	0,48	0,36	12,26	54,15	-
Итого за завтрак:		30	0,48	0,36	12,26	54,15	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак	Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом (молоко, Масло сливочное, сахар-песок, хлопья «Геркулес», соль йодиров.)	200/10	7,97	8,91	34,11	248,56	898
	Запеканка из творога со стухшим молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, сухари панировочные, яйцо, масло раст., сметана, сахар, сметана, стухшее молоко)	110/30	24,41	9,16	28,12	292,55	342
	Кофеинный напиток злаковый (кофеинный напиток, молоко, сахар)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1066
	Хлеб пшеничный водороданный	29	2,18	0,29	14,79	70,47	-
Итого за завтрак:		579	36,07	19,49	89,63	678,23	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Суп картофельный с бобовыми и с фрикадельками и гречками (говядина, свинина, яйцо, картофель, горох, морковь, лук репч., соль йодир., масло растит.)	30/250/10	12,2	13,36	25,03	269,15	1122
	Говядина с овощами (крупа рисовая, говядина, лук репчатый, морковь, томатная паста, приправа зелень, лавровый лист, Масло подсолнечное)	60/230	26,46	39,82	57,29	523,36	523
	Компот из сухофруктов с инт.С (смесь сухофруктов, сахар, лимон кислота, декорб. кислота)	200	0,57	0	19,55	80,48	611а
	Хлеб пшеничный водороданный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Яблоко свежее	118	0,47	0,47	11,56	52,39	-

Итого за обед:		928	41,95	53,95	128,73	998,28	
Итого за день 4. Возрастная категория: 7-11 лет		561	34,54	17,98	92,36	669,33	
Итого за день 4. Возрастная категория: 12 лет и старше		928	2,65	0,18	26,35	122,86	
День 5							
		Возрастная категория: 7-11 лет					
Завтрак		40	0,32	0,04	1	5,64	982
Завушка порционированная (отруны свежие)							
Быточки из курицы с соусом (филе куриное, батон, яйцо, сухари панировочные, соль, соус белый) 90/30		120	18,96	8,07	17,39	218,05	1069
Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль бел.)		160	3,18	6,26	19,87	148,55	867
Компот из свежих груш с вит С (груша, сахар, лимон, кислота, аскорб. кислота)		200	0,15	0,11	14,65	60,19	692
Хлеб пшеничный гидролизованный		31	2,33	0,31	15,81	75,33	-
Итого за завтрак:		551	24,94	14,79	68,72	507,76	
		Возрастная категория: 7-11 лет					
Второй завтрак		30	0,04	0	31,76	127,2	-
Итого за завтрак:		30	0,04	0	31,76	127,2	
		Возрастная категория: 12 лет и старше					
Завушка порционированная (отруны свежие)		50	0,4	0,05	1,25	7,05	982
Быточки из курицы с соусом (филе куриное, батон, яйцо, сухари панировочные, соль, соус белый) 90/30		120	18,96	8,07	17,39	218,05	1069
Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль бел.)		180	3,58	7,04	22,36	167,12	867
Компот из свежих груш с вит С (груша, сахар, лимон, кислота, аскорб. кислота)		200	0,15	0,11	14,65	60,19	692
Хлеб пшеничный гидролизованный		34	2,55	0,34	17,34	82,62	-
Итого за завтрак:		584	25,64	15,61	72,99	535,03	
		Возрастная категория: 12 лет и старше					
Порки с творожком с фаршем (фарш говяжий, морковь, свекла, капуста, морковь, лук, яйца, томат паста, масло, подсолн.		20/250	5,7	6,04	13,34	130,58	144/998
Тертые II вариант с соусом красным (говядина, крупа рисовая, масло сливочное, морковь, лук репч., масло подсолн., томат паста, мука пшенич., соль бел.) 80/30		110	7,35	10,29	9,42	159,75	18
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль гидролизов. масло сли.)		200	8,26	6,32	50,64	292,48	632
Обед							

	Напиток из шпината (шпинат, сахар, лимон)	200	0,21	0,07	13,13	53,99	607	
	Хлеб пшеничный роздрованный	25	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	48,9	-	
	Булочник закусочный	30	3,9	5,1	8,4	93,1	-	
Итого за обед:		860	28,95	28,37	117,58	841,55		
Итого за день 5. Возрастная категория: 7-11 лет		0	0	0	0	0		
Итого за день 5. Возрастная категория: 12 лет и старше		951	28,95	28,37	117,58	841,55		
Неделя 4								
День 6								
	Возрастная категория: 7-11 лет							
	Йогурт вареное (1 шт.)	40	5,08	4,6	0,28	62,84	776	
	Каша молочная овсяная (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок)	150	6,05	13,37	31,98	272,48	527	
	Какао-напиток (кефир порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Банан	227	2,04	0,68	28,6	128,71	-	
Итого за завтрак:		647	12,16	16,02	89,1	549,28		
	Возрастная категория: 7-11 лет							
Второй завтрак	Мармелад желейный в плита, упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	-	
Итого за завтрак:		30	0,04	0	31,76	127,2		
	Возрастная категория: 7-11 лет							
	Йогурт вареное (1 шт.)	40	5,08	4,6	0,28	62,84	776	
	Каша молочная овсяная (пшено, молоко 3,2%, сахар-песок, мед, соль без, кефир слив)	180	7,36	16,05	38,38	326,98	527	
	Какао-напиток (кефир порошок, молоко, сахар)	200	1,82	1,67	13,22	75,19	986	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-	
	Банан	227	2,04	0,68	28,6	128,71	-	
Итого за завтрак:		672	13,37	18,7	95,5	603,78		
	Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Щи по-уральски с фаршем (фарш свин, капуста, лук, морковь, лук репчатый, чеснок, сметана, майонез, соль, перец, раст. масло)	30/250	6,03	8,15	7,11	125,89	8,998	

Котлета Нежирная с соусом крас. основным (говядина, свиная, колбаса, бекон, лук, морковь, лук, чеснок, соль, перец, специи) 80/30		110	12,54	15,67	13,16	194,83	225,370	
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (гречка, говядина, свиная, лук, морковь, бекон) 180		180	7,43	5,69	45,58	263,23	632	
Чай с сахаром (чай, сахар) 200		200	0	0	9,08	36,32	663	
Хлеб пшеничный воблированный 28		28	2,1	0,28	14,28	68,04	-	
Хлеб ржаной 25		25	1,65	0,3	9,9	48,9	-	
Напиток овсяный (1 шт.) 200		200	2	6,4	19	140	-	
Итого за обед:		1023	31,75	36,49	118,11	877,21		
Итого за день 6. Возрастная категория: 7-11 лет		677	12,2	16,02	120,86	676,48		
Итого за день 6. Возрастная категория: 12 лет и старше		1695	45,12	55,19	213,61	1480,99		
День 7								
Возрастная категория: 7-11 лет								
Шницель мясной с соусом красным (говядина, свиная, бекон, соль, лук, морковь, лук, чеснок, перец, специи) 90/30		120	9,98	15,9	11,18	235,74	1055,370	
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (гречка, говядина, свиная, лук, морковь, бекон) 150		150	3,39	4,11	20,67	131,23	632	
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон) 200/4		200/4	0,04	0	9,19	16,92	661	
Хлеб пшеничный воблированный 28		28	2,1	0,28	14,28	68,04	-	
Напиток овсяный (1 шт.) 200		200	2	6,4	19	140	-	
Итого за завтрак:		702	7,53	10,79	63,14	613,93		
Возрастная категория: 7-11 лет								
Второй завтрак		119	0,48	0,36	12,26	54,15	-	
Итого за завтрак:		119	0,48	0,36	12,26	54,15		
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Шницель мясной с соусом красным (говядина, свиная, бекон, соль, лук, морковь, лук, чеснок, перец, специи) 90/30		120	9,98	15,9	11,18	232,74	1055,370	
Гарнир каша гречневая рассыпчатая (гречка, говядина, свиная, лук, морковь, бекон) 220		220	7,68	5,65	45,7	214,73	612	
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон) 200/4		200/4	0,04	0	9,19	36,92	663	
Хлеб пшеничный воблированный 36		36	2,7	0,36	18,36	87,48	-	
Напиток овсяный (1 шт.) 200		200	2	6,4	19	140	-	
Итого за завтрак		780	11,82	12,41	92,25	711,87		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Ворст с капустой, картофелем, фаршем и грибами (по рецепту, капуста, морковь, лук, лук-порей, помидоры, чеснок, лук, лук-порей)	25/250/15	6	7,49	18,77	166,49	165996
Фрикадельки рыбные с соусом белым (морковь, лук, лук-порей, сливочное масло, майонез)	110	11,84	4,36	7,12	112,61	661
Рис отварной (рис, вода, масло, соль, перец)	200	4,81	6,38	48,59	239,08	552
Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, сахар, вода)	200	0,25	1,11	18,67	85,07	904
Хлеб пшеничный восточный	24	1,8	0,24	12,24	58,32	-
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,12	-
Гематоген	40	2,6	1,6	32,8	156	-
Итого за обед:	884	28,32	22,32	146,11	898,59	
Итого за день 7. Возрастная категория: 7-11 лет	821	8,01	11,15	75,4	668,08	
Итого за день 7. Возрастная категория: 12 лет и старше	1664	40,14	34,73	238,36	1610,46	

Возрастная категория: 7-11 лет

Котлеты рубленые из курицы с соусом красным (филе курицы, лук, морковь, чеснок, соль, перец, томатный соус)	120	16,66	7,12	15,62	190,82	1669
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	150	5,42	4,07	31,08	184,45	307
Чай с медом (чай, мед, вода)	180/18	0,14	0	13,15	53,14	977
Хлеб пшеничный восточный	21	1,58	0,21	10,2	51,03	-
Груша	114	0,26	0,34	11,74	51,87	-
Итого за завтрак:	603	23,66	11,74	81,79	532,31	

Возрастная категория: 7-11 лет

Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	
Итого за завтрак:	200	1,4	0,4	22,8	100,4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Котлеты рубленые из курицы с соусом красным (филе курицы, лук, морковь, чеснок, соль, перец, томатный соус)	120	17,55	7,77	17,04	208,17	1069037
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	180	6,5	4,88	38,16	222,52	307
Чай с медом (чай, мед, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	977
Хлеб пшеничный восточный	21	1,58	0,21	10,2	51,03	-

Группа	126	0,5	0,38	12,98	59,11		
Итого за завтрак:	667	26,25	13,24	92,99	598,1		
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Уха Рыбачья (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, яйца)	25/250	5,46	10,62	16,25	177,02	17	
Зразы Ленивые с соусом (говядина, яйца, лук репч., масло раст., соль, мол., молоко, батон, сухарь пшенич., соус красный острый)	120	11,57	18,17	14,32	267,05	1042/337	
90/30	200	3,97	7,83	24,84	185,69	867	
Пюре овощное (картофель, морковь, молоко, масло слив., соль)	1/200	1,4	0,4	22,8	100,4	*	
Сок фруктовый в п/у.	30	2,25	0,3	15,3	72,9	*	
Хлеб пшеничный йодированный	29	1,91	0,35	11,48	56,72	*	
Хлеб ржаной	136	0,54	0,54	13,33	60,38		
Яблоко	825	27,1	37,61	118,32	920,16		
Итого за обед:	803	25,06	12,14	104,59	632,71		
Итого за день 8. Возрастная категория: 7-11 лет	1492	53,35	50,85	211,31	1518,26		
День 9							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Запеканка творожная с рисом со сливочным молоком (творог 9%, сахар-песок, яйца куриные, ваниль, масло сливочное, сметана, молоко)	210	21,36	11,73	51,91	412,66	187	
180/30	200	1,51	1,11	12,61	66,65	1666	
Кофейный напиток этактовый (кофейный напиток, молоко, сахар)	30	2,25	0,3	15,3	72,9	*	
Хлеб пшеничный йодированный	162	0,65	0,65	18,88	61,91		
Яблоко	602	25,79	13,81	98,7	614,14		
Итого за завтрак:	30	0,04	0	31,76	127,2		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Второй завтрак	Мармелад желейный в пленке, упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	*
Итого за завтрак:	30	0,04	0	31,76	127,2		
Возрастная категория: 12 лет и старше							

Завтрак	Зеленка творожная с рисом со ступенным молоком (марк. "Бусарович") (порошок для завтрака с витаминизированным молоком) 2000/30	230	267	1284	1432	4613	187
	Кофейный напиток злаковый (подслащенный, витаминизированный)	200	1,51	1,13	12,61	66,65	1096
	Хлеб пшеничный водороданный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
	Долохо	154	0,62	0,62	15,09	68,18	-
Итого за завтрак:	614	31,08	14,89	107,52	688,36		

Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Закуска порционированная (оурцы свежие)	100	0,8	0,1	2,5	14,1	982
	Суп картофельный с фаршем и грибами (картофель, морковь, лук репчатый, фасоль, чеснок, зелень)	15/250/15	6,26	5,05	22,59	164,88	608/998
	Кюфта по-Московски с соусом красным остром (пшеница, соевый соус, чеснок, лук репчатый, морковь, лук зеленый, лук репчатый) 80/30	110	14,3	21,37	8,75	284,51	209/317
	Перловка отварная (орпезовая, витаминизированная) 200	200	5,7	5,1	39,42	236,38	385
	Компот из кураги с витамином С (курага, вода, сахар, лимонная кислота) 200	200	0,99	0,06	18,36	77,94	669
	Хлеб пшеничный водороданный	30	2,25	0,3	15,3	72,9	-
Хлеб ржаной	29	1,91	0,35	11,88	56,72	-	
Итого за обед:	949	32,21	32,33	119,4	897,45		

Итого за день 9. Возрастная категория: 7-11 лет	632	25,83	13,81	130,46	741,34	
Итого за день 9. Возрастная категория: 12 лет и старше	1563	63,29	47,22	139,85	1585,81	

Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Сеченики «Посолекиса» с соусом красным (фарш, лук репчатый, картофель, лук репчатый) 90/30	120	15,33	10,91	9,85	108,89	1062/70
	Пюре картофельное (картофель, морковь, лук репчатый, вода) 160	160	3,3	4,77	21,44	111,86	91
	Напиток из злаков протертый с сахаром (злаки, витаминизированный) 200	200	0,25	1,13	18,67	85,62	911
	Хлеб пшеничный водороданный	20	1,5	0,2	10,2	48,0	-
	Кежес столовый (картофель) 60	60	2,85	9	23	106,4	19
Итого за завтрак:	595	23,23	25,99	83,16	611,42		

Возрастная категория: 7-11 лет							
Второй завтрак	Мармелад желейный в индиг. упаковке	30	0,04	0	31,76	127,2	-

Итого за завтрак:

		Возрастная категория: 12 лет и старше					
		30	0,04	0	31,76	127,2	
Завтрак	Сеннинки с Пасолоккено с соусом красным (фруктовый соус)	120	13,33	0,01	9,80	106,89	100,070
	Пюре картофельное (картофель, молоко, сахарная пудра) (0,0/3,0)	220	4,35	6,56	2,48	115,69	371
	Напиток на основе сухих сливок с сахаром (молоко, сахарная пудра)	200	0,25	1,11	1,67	80,47	994
	Хлеб пшеничный поджаренный	34	2,59	0,14	1,34	62,42	-
	Кефир столовый (поджаренный сыр)	60	2,85	9	21	136,4	119
Итого за завтрак:	634	25,51	27,92	98,34	708,63		

Возрастная категория: 12 лет и старше

Обед	Булочки с мясным фаршем и грибами (фруктовый соус)	30/250/15	5,71	3,92	8,77	110,28	1079
	Мясо тушеное с морковью и луком (картофель, морковь, лук, чеснок, лук, майонез) (5,5/6,5)	120	14,26	16,08	5,90	228,09	625
	Макаронные изделия отварные (картофель, морковь, майонез)	200	7,22	3,42	42,4	247,26	307
	Компот из смеси сухофруктов с вит. С (лимон, яблоко, айва, малина, клубника)	200	0,47	0	19,35	38,08	611
	Хлеб пшеничный поджаренный	20	4,5	0,2	10,2	48,6	-
	Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	7,92	39,12	-
	Гречка	137	0,55	0,41	14,11	62,34	-
	Итого за обед:	992	31,13	28,77	108,41	817,03	
	Итого за день 10. Возрастная категория: 7-11 лет	625	23,27	25,99	114,92	738,62	
	Итого за день 10. Возрастная категория: 12 лет и старше	1626	56,64	56,69	206,75	1525,66	
Среднее значение за период по завтракам 7-11 лет	#ЗНАЧ!	5,505	4,79	37,037	187,162		
Среднее значение за период по вторым завтракам 7-11 лет	#ЗНАЧ!	0,388	0,152	16,54	69,07		
Среднее значение за период по завтракам 12 лет и старше	376,1	10,227	9,496	54,47	358,668		
Среднее значение за период по обедам 12 лет и старше	746,2	27,297	23,596	95,088	696,843		