

Основное меню для организации питания детей ОУ.

№ Рец.	Наименование блюд	Выход порц.	Пищевые вещества			Энерг. Ценн (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б (г)	Ж (г)	У (г)		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
			Неделя: первая		День: понедельник		Сезон: осенне-зимний		Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет					
Горячий Завтрак для младших классов														
262	Каша молочная пшеничная с маслом	200/20	7,5	10,9	42,9	248,9	0,4	0,8	71	0,2	155	225	70	3,2
643/2	Какао на сгущенном молоке	200	3,9	0,98	17,56	143,04	0,1	1,0	26,0	0,0	163,0	151,0	39,0	1,0
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Сыр порционнно	20	2,6	6,0	0,0	72,6	0,0	0,0	52,0	0,0	200,0	108,8	9,4	0,12
	Итого:		18,6	18,48	82,96	580,34	0,6	1,8	149	0,2	533,6	535,2	138,8	5,28
Горячий Завтрак для старших классов														
262	Каша молочная пшеничная с маслом	200/20	7,5	10,9	42,9	248,9	0,4	0,8	71	0,2	155	225	70	3,2
643/2	Какао на сгущенном молоке	200	3,9	0,98	17,56	143,04	0,1	1,0	26,0	0,0	163,0	151,0	39,0	1,0
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Сыр порционнно	20	2,6	6,0	0,0	72,6	0,0	0,0	52,0	0,0	200,0	108,8	9,4	0,12
	Итого:		18,6	18,48	82,96	580,34	0,6	1,8	149	0,2	533,6	535,2	138,8	5,28
Горячий Обед для младших классов														
81	Свежий помидор порционнно	60	0,39	0,14	2,28	14,40	0,04	15,0	80,00	0,0	8,00	16,00	12,0	0,84
120/3	Щи из свежей капусты со сметаной	200/20	7,0	6,9	22,5	221,6	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75
449/2	Плов из куриного филе	30/150	12,77	19,01	50,9	337,92	0,08	1,13	83,25	0,08	24,0	141,0	23,25	1,8
629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	6,7	27,6	0,0	0,7	0,0	0,0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		25,06	26,65	104,88	717,32	0,27	54,08	282	1,73	111	261,45	24,06	25,65
Горячий Обед для старших классов														
81	Свежий помидор порционнно	100	0,9	0,3	3,22	19,5	0,07	25,0	133,33	0,0	13,33	26,67	20,0	1,4
120/3	Щи из свежей капусты со сметаной	250/20	8,19	7,35	28,12	277,0	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75
449/2	Плов из куриного филе	50/200	19,55	22,72	58,47	355,5	0,1	1,5	111,0	0,1	32,0	188,0	31,0	2,4
629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	6,7	27,6	0,0	0,7	0,0	0,0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		33,54	30,97	119,01	795,4	0,32	64,45	363,08	1,75	124,33	319,12	95,35	6,41
Полдник														
	Печенье сахарное	50	7,75	9	37	209,0	0,04	0,0	0,23	0,0	15,0	45,0	10,0	0,0
	Молоко кипяченое	200	3,75	2,8	9,4	116,0	0,06	2,0	0,04	0,0	242,0	182,0	28,0	0,2
	Итого:		11,5	11,8	46,4	325	0,1	2	0,27	0	257	227	38	0,2
	Всего:		52,14	49,45	201,97	1375,74	0,92	66,25	512,08	1,95	657,93	854,32	234,15	11,69
	Всего		63,64	61,25	248,37	1700,74	1,02	68,25	512,35	1,95	914,93	1081,32	272,15	11,89
			Неделя: первая		День: вторник		Сезон: осенне-зимний		Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет					
Горячий Завтрак для младших классов														
284/3	Омлет натуральный	160/5	10,35	15,15	16,91	269,6	0,01	0	2,16	0,3	2,8	160,8	12,8	0,48
585/3	Напиток из цикория	200	0,8	0,1	14,6	61,3	0,01	17,5	123	0	13,2	4	4	5,6
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Мандарин	100	0,9	0,4	14,74	64	0,08	12	0	0	68	46	13	0,6

	Итого:		16,65	16,25	68,75	510,7	0,2	29,5	125,16	0,3	99,6	261,2	50,2	7,64	
	Горячий завтрак для старших классов														
284/3	Омлет натуральный	200/5	13,4	19,0	18,99	318,0	0,02	0,0	2,7	0,38	3,5	201,0	16	0,6	
585/3	Напиток из цикория	200	0,8	0,1	14,6	61,3	0,01	17,5	123,0	0,0	13,2	4,0	4,0	5,6	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Мандарин	100	0,9	0,4	14,74	64	0,08	12	0	0	68	46	13	0,6	
	Итого:		19,7	20,1	70,83	559,1	0,21	29,5	125,7	0,38	100,3	301,4	53,4	7,76	
	Горячий Обед для младших классов														
29	Свекла отварная с сыром	60	2,9	3,2	8,3	65,5	0,01	1	0	0	24	27	29	1,64	
376	Суп «Харчо»	200/20	4	4,6	5,7	149,7	17,09	28,42	0,99	8,62	73,42	0,03	0,1	1,45	
233	Котлета из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67	
469/3	Макаронные изделия отварные	150	5	5,3	39	108	0,1	0	34	0	67	4,6	9	1	
868	Компот из с/ф	200	0,6	0,09	11,36	60,2	0	0	0	0	0,1	0	0	0	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		24,85	25,17	102,06	734,7	17,57	29,42	74,99	8,62	245,45	335,36	97,17	7,72	
	Горячий Обед для старших классов														
29	Свекла отварная с сыром	100	4,1	5,33	10,83	89,17	0,02	1,67	0,0	0,0	40,0	45,0	48,33	2,73	
376	Суп «Харчо»	250/20	6,55	6,45	7,11	187,1	17,09	28,42	0,99	8,62	73,42	0,03	0,1	1,45	
233	Котлета из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67	
469/3	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	177,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33	
868	Компот из с/ф	200	0,6	0,09	11,36	60,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		30,27	30,92	113,67	865,1	17,61	30,09	86,32	8,62	283,78	354,89	119,5	9,14	
	Полдник														
	Булочка домашняя	50	4,0	4,6	23,1	210,0	0,04	0,0	0,1	0,0	16,0	44,0	6,0	0,6	
363/2	Какао с молоком	200	4,6	4,3	12,4	106,7	0,1	1,0	26,0	0,0	163,0	151,0	39,0	1,0	
	Итого:		8,6	8,9	35,5	286,7	0,14	1	26,1	0	179	195	45	1,6	
	Всего:		49,97	51,02	184,5	1424,2	17,82	59,59	212,02	9	384,08	656,29	172,9	16,9	
	Всего:		58,57	59,92	220	1690,9	17,96	60,59	238,12	9	563,08	851,29	217,9	18,5	
Неделя: первая			день: среда			Сезон: осенне-зимний			Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет						
	Горячий завтрак для младших классов														
81	Свежий помидор порционно	60	0,39	0,14	2,28	14,4	0,04	15	80	0	8	16	12	0,84	
449/2	Плов из куриного филе	30/150	12,77	19,01	50,9	337,92	0,08	1,13	83,25	0,08	24	141	23,25	1,8	
585/3	Напиток из шиповника	200	0,8	0	8,07	116,3	0,01	17,5	123	0	13,2	4	4	5,6	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		18,56	19,75	83,75	584,42	0,23	33,63	286,25	0,08	60,8	211,4	59,65	9,2	
	Горячий завтрак для старших классов														
81	Свежий помидор порционно	100	0,9	0,3	3,22	19,5	0,07	25,0	133,33	0,0	13,33	26,67	20,0	1,4	
449/2	Плов из куриного филе	50/200	19,55	22,72	58,47	355,5	0,1	1,5	111,0	0,1	32,0	188,0	31,0	2,4	
585/3	Напиток из шиповника	200	0,8	0	8,07	116,3	0,01	17,5	123	0	13,2	4	4	5,6	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		25,85	23,62	92,26	607,1	0,28	44	367,33	0,1	74,13	269,07	75,4	10,36	
	Горячий Обед для младших классов														
82	Свежий огурец порционно	60	0,50	1,0	1,8	16,10	0,02	6,0	6,0	0,0	14,0	25,0	8,0	0,54	
228/3	Солянка мясная сборная со сметаной	200/20	5,1	13,9	18,3	140,5	25,83	15,83	0,5	10,53	102,5	0,05	0,08	3,33	
83	Рыба тушеная в сметане с овощами (минтай)	50/50	10,74	2,6	3,7	196,0	0,14	7,14	69,9	0,14	22,86	21,43	1,4	0,0	
472/3	Картофельное пюре	150	3,0	5,7	23,7	158,30	0,20	26,0	39,0	0,1	46,0	96,0	33,0	1,5	
591/3	Кисель из концентрата	200	0,0	0,02	31,4	134,14	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		23,94	23,82	101,4	760,84	26,29	74,97	115,4	10,77	203,36	196,73	62,88	6,39	

	Горячий Обед для старших классов														
82	Свежий огурец порционно	100	0,83	1,76	3,0	27,1	0,03	10,0	10,0	0,0	23,33	41,67	13,33	0,9	
228/3	Солянка мясная сборная со сметаной	250/20	6,33	17,35	22,83	175,59	25,83	15,83	0,5	10,53	102,5	0,05	0,08	3,33	
83	Рыба тушеная в сметане с овощами (минтай)	50/50	10,74	2,6	3,7	196,0	0,14	7,14	69,9	0,14	22,86	21,43	1,4	0,0	
472/3	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0	
591/3	Кисель из концентрата	200	0,0	0,02	31,4	134,14	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		26,5	29,93	115,03	859,7	26,37	87,64	132,4	10,8	228,02	245,4	79,21	7,25	
	Полдник														
	Вафли	60	6,59	7,2	38,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	24,0	2,4	0,24	
629/3	Чай с сахаром и молоком	200/15/8	1,5	1,4	8,6	112,13	0,01	0,2	3,0	0,0	65,6	53,8	11,4	0,9	
	Итого:		8,09	8,6	47	236,13	0,01	0,2	3	0	70,4	77,8	13,8	1,14	
	Всего:		52,35	53,55	207,29	1466,8	26,65	131,64	499,73	10,9	302,15	514,47	154,61	17,61	
	Всего:		60,44	62,15	252,29	1702,93	26,66	131,84	502,73	10,9	372,55	592,27	168,41	18,75	
	Неделя: первая день: четверг Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
	Горячий Завтрак для младших классов														
276/2	Макаронь запеченные с сыром	150/20	10,9	7,70	26,53	237,93	0,02	0,12	18,7	0,10	229,9	133,10	19,0	0,98	
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8	
	Слойка с картошкой	80	4,4	8,85	28,9	155,6	0,042	6,8	7,9	0,593	6,48	23,4	8,79	0,34	
	Банан	200	2,3	1,0	21,5	97,0	0,02	5,0	0,0	0,0	16,0	16,0	14,0	0,0	
	Итого:		17,8	17,55	83,33	516,93	0,082	11,92	26,6	0,693	257,48	180,8	46,19	2,12	
	Горячий Завтрак для старших классов														
276/2	Макаронь запеченные с сыром	200/20	13,5	10,27	34,88	297,24	0,03	0,15	24,93	0,12	306,53	177,47	22,0	1,03	
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8	
	Слойка с картошкой	80	4,4	8,85	28,9	155,6	0,042	6,8	7,9	0,593	6,48	23,4	8,79	0,34	
	Банан	200	2,3	1,0	21,5	97,0	0,02	5,0	0,0	0,0	16,0	16,0	14,0	0,0	
	Итого:		20,4	20,12	91,68	576,24	0,092	11,95	32,83	0,713	334,11	225,17	49,19	2,17	
	Горячий Обед для младших классов														
216	Салат Крабовый со сметанным соусом	60/20	1,73	6,46	16,87	197	26,4	7,23	0,65	1,9	0	0,01	0	0,54	
221/3	Суп картофельный с горохом	200	5,1	2,6	11,5	102,7	0,25	15	36,75	0,08	41,25	115,25	42,5	2,5	
423/3	Тефтели из говядины с соусом	100/50	8	12,66	18,55	157,65	0	3,33	15	0	23,33	188,33	28,33	21,67	
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,2	1,5	17,44	142,4	0,4	0	34	0,1	52	68	68	5,3	
	Сок фруктовый	200	0,9	0,2	14,1	92	0,01	5,2	0	0	51	70	4	1,4	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		26,53	24,02	100,96	807,55	27,16	30,76	86,4	2,08	183,18	491,99	163,23	32,37	
	Горячий Обед для старших классов														
216	Салат Крабовый со сметанным соусом	100/30	6,21	10,77	45,5	214,5	44	12,05	1,08	3,16	0,00	0,02	0,00	0,9	
221/3	Суп картофельный с горохом	250	8,87	3,27	25,63	128,36	0,25	15,0	36,75	0,08	41,25	115,25	42,5	2,5	
423/3	Тефтели из говядины с соусом	100/50	8	12,66	18,55	157,65	0	3,33	15	0	23,33	188,33	28,33	21,67	
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	7,67	37,07	219,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07	
	Сок фруктовый	200	0,9	0,2	14,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96	
	Итого:		39,51	35,17	163,35	928,18	44,89	35,58	98,16	3,37	200,51	700	185,9	34,5	
	Полдник														
	Печенье сахарное	50	7,75	9	37	209,0	0,04	0,0	0,23	0,0	15,0	45,0	10,0	0,0	
1017	Кофейный напиток на цельном молоке	200	3,75	2,8	11,1	90,8	0,04	0,3	6,0	0,1	128,0	124,0	35,63	1,2	
	Итого:		11,5	11,8	48,1	299,8	0,08	0,3	6,23	0,1	143	169	45,63	1,2	
	Всего:		59,91	55,29	255,03	1504,42	44,982	47,53	130,99	4,083	534,62	925,17	235,09	36,67	
	Всего:		71,41	67,09	303,13	1804,22	45,062	47,83	137,22	4,183	677,62	1094,17	280,72	37,87	

		Неделя: первая		День: пятница		Сезон: осенне-зимний		Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет.						
Горячий Завтрак для младших классов														
233	Котлета из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67
472/3	Картофельное пюре	150	3	5,7	23,7	158,3	0,2	26	39	0,1	46	96	33	1,5
868	Компот из с/ф	200	0,6	0,09	11,36	60,2	0	0	0	0	0,1	0	0	0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		15,95	17,77	72,76	569,8	0,57	26	79	0,1	127,03	399,73	92,07	5,13
Горячий Завтрак для старших классов														
233	Котлета из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67
472/3	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
868	Компот из с/ф	200	0,6	0,09	11,36	60,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		16,95	19,67	80,66	622,57	0,64	34,67	92	0,13	142,36	431,73	103,07	5,63
Горячий Обед для младших классов														
333	Салат из свежих овощей	60	0,4	3	3,28	16,5	0,03	11	64	0	18	18	10	0,67
110	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/20	1,8	5,3	17,6	104,4	0,08	22	78,75	0,08	50,5	61	33	1,5
387/3	Печень по-строгановски	100	12,91	9,61	18,2	289,74	0,19	21,25	0,5	0,13	23,75	332,5	26,25	1
463/3	Рис отварной	150	3,6	5,2	33,21	157,51	0	0	34	0	17	54	12	0,8
629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0	6,7	27,6	0	0,7	0	0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		23,61	23,71	101,49	711,55	0,4	54,95	177,25	0,21	132,75	525,7	106,85	5,83
Горячий Обед для старших классов														
333	Салат из свежих овощей	100	0,67	5,0	4,67	22,17	0,05	18,33	106,67	0,0	30,0	30,00	16,67	1,12
110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/20	2,24	6,62	19,8	130,0	0,08	22,0	78,75	0,08	50,5	61,0	33,0	1,5
387/3	Печень по-строгановски	100	12,91	9,61	18,2	289,74	0,19	21,25	0,5	0,13	23,75	332,5	26,25	1
463/3	Рис отварной	200	4,8	6,93	39,67	203,4	0,0	0,0	45,33	0,0	22,67	72,0	16,0	1,07
629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	6,7	27,6	0,0	0,7	0,0	0,0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		25,52	28,76	111,54	788,71	0,42	62,28	231,25	0,21	150,42	555,7	117,52	6,55
Полдник														
	Печенье сахарное	50	7,75	9	37	209,0	0,04	0,0	0,23	0,0	15,0	45,0	10,0	0,0
	Ряженка	200	3,75	2,52	8,4	108,0	0,04	0,0	0,2	0,0	248,0	184,0	28,0	0,2
	Итого:		11,5	11,52	45,4	317	0,08	0	0,43	0	263	229	38	0,2
	Всего:		42,47	48,43	192,2	1411,28	1,06	96,95	323,25	0,34	292,78	987,43	220,59	12,18
	Всего:		53,97	59,95	237,6	1728,28	1,14	96,95	323,68	0,34	555,78	1216,43	258,59	12,38
		Неделя: первая		День: суббота		Сезон: осенне-зимний		Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет						
Горячий Завтрак для младших классов														
262	Каша рисовая с маслом	200/20	11,8	9,2	36,6	313,8	0,05	1	0,08	0	135	99	20	0,7
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	6,4	26,4	0	0	0	0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Масло сливочное порционно	20	0,2	4,47	0,06	75,4	0	0	50	0	4	2	0	0,04
	Кондитерское изделие	50	1,6	4,2	17,3	45	0	0	0	0	4,8	24	2,4	0,24
	Итого:		18,4	18,47	82,86	576,4	0,15	1	50,08	0	164,5	183,7	47,2	2,74
Горячий Завтрак для старших классов														
262	Каша рисовая с маслом	200/20	11,8	9,2	36,6	313,8	0,05	1	0,08	0	135	99	20	0,7
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Масло сливочное порционно	20	0,2	4,47	0,06	75,4	0,0	0,0	50,0	0,0	4,0	2,0	0,0	0,04
	Кондитерское изделие	50	1,6	4,2	17,3	45,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	24,0	2,4	0,24
	Итого:		18,4	18,47	82,86	576,4	0,15	1	50,08	0	164,5	183,7	47,2	2,74

Горячий Обед для младших классов														
60	Салат Винегрет	60	2,08	5,32	4,5	68,85	0,006	1,5	6,75	0	15,75	24	10,5	0,63
220	Суп с клецками	200	5,3	5,8	22,8	98,7	0,15	21,5	36,75	0,75	32,25	78	30	1
113	Отбивная из куриного филе	100	7,9	10,9	25,5	169,6	0,35	2,15	19,8	0	34	132,12	25	1,02
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,2	1,5	17,44	142,4	0,4	0	34	0,1	52	68	68	5,3
585/3	Напиток из шиповника	200	0,8	0	8,07	116,3	0,01	17,5	123	0	13,2	4	4	5,6
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		26,88	24,12	100,81	711,65	1,016	42,65	220,3	0,85	162,8	356,52	157,9	14,51
Горячий Обед для старших классов														
60	Салат Винегрет	100	3,05	8,88	7,5	114,75	0,01	2,5	11,25	0,0	26,25	40,0	17,5	1,05
220	Суп с клецками	250	11,65	7,24	24,5	123,41	0,15	21,5	36,75	0,75	32,25	78,0	30,0	1,0
113	Отбивная из куриного филе	100	7,9	10,9	25,5	169,6	0,35	2,15	19,8	0	34	132,12	25	1,02
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	7,67	37,07	219,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07
585/3	Напиток из шиповника	200	0,8	0	8,07	116,3	0,01	17,5	123	0	13,2	4	4	5,6
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		38,93	35,29	125,14	859,73	1,15	43,65	236,13	0,88	190,63	580,52	187,57	16,7
Полдник														
	Булочка домашняя	50	7,0	7,7	23,1	210,0	0,04	0,0	0,1	0,0	16,0	44,0	6,0	0,6
	Сок фруктовый	200	0,9	0,2	14,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Итого:		7,9	7,9	37,2	302	0,05	5,2	0,1	0	67	114	10	2
	Всего:		57,33	53,76	208	1436,13	1,3	44,65	286,21	0,88	355,13	764,22	234,77	19,44
	Всего:		65,23	61,66	245,2	1738,13	1,35	49,85	286,31	0,88	422,13	878,22	244,77	21,44
			Неделя: вторая	День: понедельник	Сезон: осенне-зимний			Возрастная категория: с 6 -10 лет; 11-18 лет						
Горячий Завтрак для младших классов														
262	Каша манная с маслом	200/20	6,2	9,36	41,58	227,58	0,05	1,0	0,08	0,0	135,0	99,0	20,0	0,7
1017	Кофейный напиток на цельном молоке	200	3,75	2,8	11,1	90,8	0,04	0,3	6	0,1	128	124	35,63	1,2
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Сыр порционно	20	2,6	6	0	72,6	0	0	52	0	200	108,8	9,4	0,12
	Итого:		17,15	18,76	75,18	506,78	0,19	1,3	58,08	0,1	478,6	382,2	85,43	2,98
Горячий Завтрак для старших классов														
262	Каша манная с маслом	200/20	6,2	9,36	41,58	227,58	0,05	1,0	0,08	0,0	135,0	99,0	20,0	0,7
1017	Кофейный напиток на цельном молоке	200	3,75	2,8	11,1	90,8	0,04	0,3	6,0	0,1	128,0	124,0	35,63	1,2
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Сыр порционно	20	2,6	6,0	0,0	72,6	0,0	0,0	52,0	0,0	200,0	108,8	9,4	0,12
	Итого:		17,15	18,76	75,18	506,78	0,19	1,3	58,08	0,1	478,6	382,2	85,43	2,98
Горячий Обед для младших классов														
81	Свежий помидор порционно	60	0,39	0,14	2,28	14,4	0,04	15	80	0	8	16	12	0,84
120/3	Щи из свежей капусты со сметаной	200/20	7	6,9	22,5	221,6	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75
233	Биточки из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67
469/3	Макаронные изделия отварные	150	5	5,3	39	108	0,1	0	34	0	67	4,6	9	1
629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0	6,7	27,6	0	0,7	0	0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		25,04	24,32	108,18	722,9	0,56	52,95	272,75	1,65	219,33	378,38	104,02	7,12
Горячий Обед для старших классов														
81	Свежий помидор порционно	100	0,9	0,3	3,22	19,5	0,07	25,0	133,33	0,0	13,33	26,67	20,0	1,4
120/3	Щи из свежей капусты со сметаной	250/20	8,19	7,35	28,12	277,0	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75
233	Биточки из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67
469/3	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	177,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33

629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	6,7	27,6	0,0	0,7	0,0	0,0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		28,41	26,7	122,41	852,73	0,62	62,95	337,41	1,65	246,99	390,58	115,02	8,01
	Полдник													
	Плюшка домашняя	100	6,8	5,3	40,05	198,56	0,0	0,0	0,02	0,0	26,0	85,0	34,0	1,6
	Молоко кипяченое	200	3,75	2,8	9,4	116,0	0,06	2,0	0,04	0,0	242,0	182,0	28,0	0,2
	Итого:		10,55	8,1	49,45	314,56	0,06	2	0,06	0	268	267	62	1,8
	Всего:		45,56	45,46	197,59	1359,51	0,81	64,25	395,49	1,75	725,59	772,78	200,45	10,99
	Всего:		56,11	53,56	247,04	1674,07	0,87	66,25	395,55	1,75	993,59	1039,78	262,45	12,79
			Неделя: вторая	День: вторник	Сезон: осенне-зимний	Возрастная категория: с 6- 10 лет; 11-18 лет.								
	Горячий Завтрак для младших классов													
297/2	Запеканка творожная со сгущенным молоком	160/30	12,14	16,19	38,25	328	0,25	1,51	0,07	0,01	225,69	175,11	23,11	0,36
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	6,4	26,4	0	0	0	0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Мандарин	100	0,9	0,4	9,74	64	0,08	12	0	0	68	46	13	0,6
	Итого:		17,84	17,19	76,89	534,2	0,43	13,51	0,07	0,01	314,39	279,81	60,91	2,72
	Горячий Завтрак для старших классов													
297/2	Запеканка творожная со сгущенным молоком	180/30	16,0	18,0	49,7	348,8	0,28	1,7	0,08	0,01	253,9	197,0	26,0	0,4
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Мандарин	100	0,9	0,4	9,74	64,0	0,08	12,0	0,0	0,0	68,0	46,0	13,0	0,6
	Итого:		21,7	19	88,34	555	0,46	13,7	0,08	0,01	342,6	301,7	63,8	2,76
	Горячий Обед для младших классов													
82	Свежий огурец порционно	60	0,5	1	1,8	16,1	0,02	6	6	0	14	25	8	0,54
135/3	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/35	4,7	10,1	28,5	125,1	0,15	23,5	43,75	0,13	28,25	134,75	37	1,75
223	Котлета из куриного филе с соусом	100/50	6,67	11,1	3,37	255	0,35	2,15	19,8	0	34	132,12	25	1,02
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,2	1,5	17,44	142,4	0,4	0	34	0,1	52	68	68	5,3
585/3	Напиток из чернослива	200	0,8	0	28,4	120	0,01	0,3	0	0,1	29,7	30,7	37,7	4,8
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		23,47	24,3	102,01	774,4	1,03	31,95	103,55	0,33	173,55	440,97	196,1	14,37
	Горячий Обед для старших классов													
82	Свежий огурец порционно	100	0,83	1,76	3,0	27,1	0,03	10,0	10,0	0,0	23,33	41,67	13,33	0,9
135/3	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	5,64	12,2	30,63	156,48	0,15	23,5	43,75	0,13	28,25	134,75	37,0	1,75
223	Котлета из куриного филе с соусом	100/50	6,67	11,1	3,37	255	0,35	2,15	19,8	0	34	132,12	25	1,02
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	7,67	37,07	219,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07
585/3	Напиток из чернослива	200	0,8	0,0	28,4	120,0	0,01	0,3	0,0	0,1	29,7	30,7	37,7	4,8
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		29,47	33,33	124,97	894,25	1,17	35,95	118,88	0,36	200,21	665,64	224,1	16,5
	Полдник													
	Конфета шоколадная	50	3,5	0,2	1,1	103,0	0,04	10,0	0,0	0,0	38,0	32,0	0,0	0,5
	Бутерброд с маслом и сыром	60/10/10	7,5	11,64	27,1	219,54	0,1	0,0	76,0	0,0	117,6	106,8	25,1	1,04
629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	6,7	27,6	0,0	0,7	0,0	0,0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Итого:		11,3	11,84	34,9	350,14	0,14	10,7	76	0	163,5	148,6	30,3	2,44
	Всего:		51,17	52,33	213,31	1449,25	1,63	49,65	118,96	0,37	542,81	967,34	287,9	19,26
	Всего:		62,47	64,17	248,21	1799,39	1,77	60,35	194,96	0,37	706,31	1115,94	318,2	21,7
			Неделя: вторая	День: среда	Сезон: осенне-зимний	Возрастная категория: с 6- 10 лет; 11-18 лет.								
	Горячий Завтрак для младших классов													

637/3	Бедро куриное	100	6,77	12,55	1,7	111,1	20	3	0	0	156	0	0,08	0
463/3	Рис отварной	150	3,6	5,2	33,21	157,51	0	0	34	0	17	54	12	0,8
	Сок фруктовый	200	0,9	0,2	14,1	92	0,01	5,2	0	0	51	70	4	1,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		15,87	18,55	71,51	476,41	20,11	8,2	34	0	239,6	174,4	36,48	3,16
Горячий Завтрак для старших классов														
637/3	Бедро куриное	100	6,77	12,55	1,7	111,1	20	3	0	0	156	0	0,08	0
463/3	Рис отварной	200	4,8	6,93	39,67	203,4	0,0	0,0	45,33	0,0	22,67	72,0	16,0	1,07
	Сок фруктовый	200	0,9	0,2	14,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		17,07	20,28	77,97	522,3	20,11	8,2	45,33	0	245,27	192,4	40,48	3,43
Горячий Обед для младших классов														
177/1	Салат Appetitный	60	1,53	5,9	14,88	71,45	0,04	3	165	0	35	37	32	2,49
151/3	Суп куриный с лапшой	200/20	4,2	3,5	10,1	132,6	0,5	0	25,4	3,6	17	103,33	17,41	1,3
233	Котлета из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67
472/3	Картофельное пюре	150	3,0	5,7	23,7	158,30	0,20	26,0	39,0	0,1	46,0	96,0	33,0	1,5
868	Компот из кураги	200	2,9	0	28,6	101,24	0,01	0,4	0	0	59,3	54	38,9	4,5
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		23,98	27,08	114,98	814,89	1,12	29,4	269,4	3,7	238,23	594,06	180,38	13,42
Горячий Обед для старших классов														
177/1	Салат Appetitный	100	2,5	10,0	24,6	151,5	0,07	5,0	275,0	0,0	58,33	61,67	53,33	4,15
151/3	Суп куриный с лапшой	250/20	6,0	4,73	14,05	210,75	0,5	0,0	25,4	3,6	17	103,33	17,41	1,3
233	Котлета из говядины с соусом	100/50	7,75	11,38	15,2	235,5	0,27	0	40	0	65,33	253,33	38,67	2,67
472/3	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
868	Компот из кураги	200	2,9	0,0	28,6	101,24	0,01	0,4	0,0	0,0	59,3	54,0	38,9	4,5
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		33,68	34,38	142,02	1034,66	1,48	5,4	385,73	3,73	284,89	798,73	259,38	20,65
Полдник														
	Печенье сахарное	50	7,75	9	37	209,0	0,04	0,0	0,23	0,0	15,0	45,0	10,0	0,0
	Напиток кисломолочный	200	3,75	2,52	8,4	108,0	0,04	0,7	0,0	0,0	252,0	95,0	15,0	0,1
	Итого:		11,5	11,52	45,4	317	0,08	0,7	0,23	0	267	140	25	0,1
	Всего:		51,65	55,06	229,73	1620,96	21,67	25,6	431,06	3,73	598,16	1037,13	312,86	24,68
	Всего:		63,15	66,58	275,13	1937,96	21,75	26,3	431,29	3,73	865,16	1177,13	337,86	24,78
Неделя: вторая День: четверг Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6- 10 лет; 11-18лет.														
Горячий Завтрак для младших классов														
223	Котлета из куриного филе с соусом	100/50	6,67	11,1	3,37	255	0,35	2,15	19,8	0	34	132,12	25	1,02
469/3	Макаронные изделия отварные	150	5	5,3	39	108	0,1	0	34	0	67	4,6	9	1
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	6,4	26,4	0	0	0	0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		16,47	17	71,27	505,2	0,55	2,15	53,8	0	121,7	195,42	58,8	3,78
Горячий Завтрак для старших классов														
223	Котлета из куриного филе с соусом	100/50	6,67	11,1	3,37	255	0,35	2,15	19,8	0	34	132,12	25	1,02
469/3	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	177,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		18,14	18,77	78,94	574,53	0,58	2,15	65,13	0	144,03	196,95	61,8	4,11
Горячий Обед для младших классов														
333	Салат из свежих овощей	60	0,4	3	3,28	16,5	0,03	11	64	0	18	18	10	0,67
129/3	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/20	7,1	3,5	25,4	198,7	0,05	10,5	65,25	0,03	21,75	41,25	17	1
401/3	Гуляш из говядины	100	7,94	12,36	14,4	211,75	0,13	3,38	26,88	0	16,25	200	21,25	2,5
463/3	Рис отварной	150	3,6	5,2	33,21	157,51	0	0	34	0	17	54	12	0,8

629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0	6,7	27,6	0	0,7	0	0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		23,94	24,66	105,49	727,86	0,31	25,58	190,13	0,03	96,5	373,45	85,85	6,83
Горячий Обед для старших классов														
333	Салат из свежих овощей	100	0,67	5,0	4,67	22,17	0,05	18,33	106,67	0,0	30,0	30,00	16,67	1,12
129/3	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	9,5	5,36	33,37	223,7	0,05	10,5	65,25	0,03	21,75	41,25	17,0	1,0
401/3	Гуляш из говядины	100	7,94	12,36	14,4	211,75	0,13	3,38	26,88	0,0	16,25	200,0	21,25	2,5
463/3	Рис отварной	200	4,8	6,93	39,67	203,4	0,0	0,0	45,33	0,0	22,67	72,0	16,0	1,07
629/2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	6,7	27,6	0,0	0,7	0,0	0,0	7,9	9,8	5,2	0,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		27,81	30,25	121,31	804,42	0,33	32,91	244,13	0,03	114,17	403,45	96,52	7,55
Полдник														
	Печенье сахарное	50	7,75	9	37	209,0	0,04	0,0	0,23	0,0	15,0	45,0	10,0	0,0
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Итого:		7,95	9	43,4	235,4	0,04	0	0,23	0	20,1	53,3	14,4	0,8
	Всего:		45,95	49,02	200,25	1378,95	0,91	35,06	309,26	0,03	258,2	600,4	158,32	11,66
	Всего:		53,9	58,02	243,65	1614,35	0,95	35,06	309,49	0,03	278,3	653,7	172,72	12,46
			Неделя: вторая	День: пятница	Сезон: осенне-зимний	Возрастная категория: с 6 -10 лет; 11-18 лет.								
Горячий Завтрак для младших классов														
401/3	Гуляш из куриного филе	100	5,65	13	0,13	129,3	0,13	1,38	19,88	0	11,25	187	21,25	2,5
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,2	1,5	17,44	142,4	0,4	0	34	0,1	52	68	68	5,3
591/3	Кисель из концентрата	200	0	0,02	31,4	134,14	0	20	0	0	2,4	3,85	0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Яблоко	100	0,8	0,8	10,49	57	0	0,5	0	0	5,1	3,4	3,84	0,38
	Итого:		17,25	15,92	81,96	578,64	0,63	21,88	53,88	0,1	86,35	312,65	113,49	9,2
Горячий Завтрак для старших классов														
401/3	Гуляш из куриного филе	100	5,65	13	0,13	129,3	0,13	1,38	19,88	0	11,25	187	21,25	2,5
463/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	7,67	37,07	219,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07
591/3	Кисель из концентрата	200	0,0	0,02	33,4	134,14	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Яблоко	100	0,8	0,8	10,49	57,0	0,0	0,5	0,0	0,0	5,1	3,4	3,84	0,38
	Итого:		21,98	22,09	103,59	656,11	0,76	21,88	65,21	0,13	103,68	520,65	136,16	10,97
Горячий Обед для младших классов														
54	Салат «Столичный»	60	2,91	5,64	7,73	89,4	11,85	11,68	0,39	4,97	0	0,05	0	0,08
110	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/20	1,8	5,3	17,6	104,4	0,08	22	78,75	0,08	50,5	61	33	1,5
114	Биточки рыбные (горбуша)	100/50	10,36	8,7	0,92	141,2	0,2	1	55	0,2	28	212	39	1
472/3	Картофельное пюре	150	3	5,7	23,7	158,3	0,2	26	39	0,1	46	96	33	1,5
585/3	Напиток из чернослива	200	0,8	0	28,4	120	0,01	0,3	0	0,1	29,7	30,7	37,7	4,8
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		23,47	25,94	100,85	729,1	12,44	60,98	173,14	5,45	169,8	450,15	163,1	9,84
Горячий Обед для старших классов														
54	Салат «Столичный»	100	3,51	10,19	9,88	129,0	19,75	19,47	0,65	8,28	0,00	0,08	0,00	0,13
110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/20	2,24	6,62	19,8	130,0	0,08	22,0	78,75	0,08	50,5	61,0	33,0	1,5
114	Биточки рыбные (горбуша)	100/50	10,36	8,7	0,92	141,2	0,2	1	55	0,2	28	212	39	1
472/3	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
585/3	Напиток из чернослива	200	0,8	0,0	28,4	120,0	0,01	0,3	0,0	0,1	29,7	30,7	37,7	4,8
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		25,51	33,71	113,1	847,07	20,41	77,44	186,4	8,79	185,13	482,18	174,1	10,39
Полдник														
	Булочка бутербродная	50	6,78	6,3	18,75	96,50	0,08	0,0	0,0	0,0	13,0	42,0	17,0	0,8
	Повидло	30	0,1	0,2	17,8	71,8	0,5	0,8	1,5	0,0	1,8	0,8	1,2	0,3

629/3	Чай с сахаром и молоком	200/15/8	1,5	1,4	8,6	112,13	0,01	0,2	3,0	0,0	65,6	53,8	11,4	0,9
	Итого:		8,38	7,9	45,15	280,43	0,59	1	4,5	0	80,4	96,6	29,6	2
	Всего:		47,49	55,8	216,69	1503,18	21,17	99,32	251,61	8,92	288,81	1002,83	310,26	21,36
	Всего		55,87	63,7	261,84	1783,61	21,76	100,32	256,11	8,92	369,21	1099,43	339,86	23,36
			Неделя: вторая		День: суббота		Сезон: осенне-зимний			Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет				
Горячий Завтрак для младших классов														
283	Омлет с сыром	160/20	12,35	11,17	23,91	359,9	0,01	0	2,16	0,3	2,8	160,8	12,8	0,48
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	6,4	26,4	0	0	0	0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Кондитерское изделие	50	1,6	4,2	17,3	45	0	0	0	0	4,8	24	2,4	0,24
	Итого:		18,75	15,97	70,11	547,1	0,11	0	2,16	0,3	28,3	243,5	40	2,48
Горячий Завтрак для старших классов														
283	Омлет с сыром	200/20	14,9	15,8	31,79	438,1	0,02	0,0	2,7	0,38	3,5	201,0	16	0,6
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Батон	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Кондитерское изделие	50	1,6	4,2	17,3	45,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	24,0	2,4	0,24
	Итого:		21,3	20,6	77,99	625,3	0,12	0	2,7	0,38	29	283,7	43,2	2,6
Горячий Обед для младших классов														
81	Свежий помидор порционно	60	0,39	0,14	2,28	14,1	0,04	15	80	0	8	16	12	0,84
136/3	Суп картофельный с крупой	200	1,5	4,5	11,3	191,4	0,08	21,5	79,5	1,33	41,5	74,75	26,75	0,75
448	Плов из говядины	30/150	16,97	21,01	54,9	339,92	0,08	1,13	83,25	0,08	24	141	23,25	1,8
868	Компот из с/ф	200	0,6	0,09	11,36	60,2	0	0	0	0	0,1	0	0	0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0	0	0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		24,06	26,34	102,34	721,42	0,3	37,63	242,75	1,41	89,2	282,15	82,4	4,35
Горячий Обед для старших классов														
81	Свежий помидор порционно	100	0,9	0,3	3,22	19,5	0,07	25,0	133,33	0,0	13,33	26,67	20,0	1,4
136/3	Суп картофельный с крупой	250	2,45	6,18	14,58	239,9	0,08	21,5	79,5	1,33	41,5	74,75	26,75	0,75
448	Плов из говядины	50/200	27,97	33,01	65,8	399,2	0,08	1,13	83,25	0,08	24,0	141,0	23,25	1,8
868	Компот из с/ф	200	0,6	0,09	11,36	60,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Итого:		36,52	40,18	117,46	834,6	0,33	47,63	296,08	1,41	94,53	292,82	90,4	4,91
Полдник														
	Бутерброд с маслом и сыром	60/10/10	7,5	11,64	27,1	219,54	0,2	0,0	0,0	0,0	18,41	56,42	27,3	1,24
629/1	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
	Итого:		7,7	11,64	33,5	245,94	0,2	0	0	0	23,51	64,72	31,7	2,04
	Всего:		57,82	60,78	195,45	1459,9	0,45	47,63	298,78	1,79	123,53	576,52	133,6	7,51
	Всего:		65,52	72,42	228,95	1705,84	0,65	47,63	298,78	1,79	147,04	641,24	165,3	9,55

При приготовлении пищи используется йодированная соль.
При витаминизации блюд используется аскорбиновая кислота