

Согласовано _____
Директор

Утверждаю _____
Генеральный директор "РИЦ"



Меню

День: 1
дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
				Б	Ж	У	
	1	2	3	4	5	6	7
завтрак							
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пишенная)	20,25	200	6,25	8,28	34,83	245,33
70	Сыр (порциями)	11,76	15	1,70	3,45	0,39	45,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
30	Чай с сахаром и лимоном	4,11	200	0,14	0,03	16,15	67,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	21,72	100	0,64	0,64	15,68	75,20
ГП	Хлеб ржаной	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	3,20	0,06	16,04	83,20
обед							
82	Салат из свежих помидоров с луком	23,77	80	0,89	5,15	3,68	65,00
49,5	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	27,65	230/20	6,15	5,96	14,09	153,00
23	Котлеты или биточки рыбные	45,05	100	16,75	7,98	68,20	196,80
15	Соус сметанный с томатом	5,08	45	0,88	11,07	3,78	118,13
65	Картофель отварной	29,33	180	3,76	5,58	17,42	165,00
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	70	6,00	7,29	36,29	251,13
ГП	Хлеб ржаной	2,00	55	4,40	0,83	20,85	114,40
36	Булочка домашняя	13,10	70	6,00	7,29	36,29	251,13
	Итого	228,03	925				
дети 12 лет и старше							
завтрак							
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пишенная)	20,25	200	6,25	8,28	34,83	245,33
70	Сыр (порциями)	11,76	19	3,89	4,37	0,48	57,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
30	Чай с сахаром и лимоном	4,11	200	0,14	0,03	18,14	75,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	21,72	100	0,64	0,64	15,68	75,20
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	3,20	0,06	16,04	83,20
обед							
82	Салат из свежих помидоров с луком	23,77	100	0,89	5,15	3,68	65,00
49,5	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	27,65	230/20	6,15	5,96	14,09	153,00
23	Котлеты или биточки рыбные	45,05	120	16,75	7,98	68,20	196,80
15	Соус сметанный с томатом	5,08	45	0,88	11,07	3,78	118,13
65	Картофель отварной	29,33	230	3,76	5,58	17,42	165,00
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	75,00	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб ржаной	2,00	40,00	1,96	0,40	17,92	80,00
36	Булочка домашняя	13,10	110,00	9,43	11,46	57,03	394,63
	итого	228,03					

Меню

День: 2
 дети 7-11 лет



ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)				(ккал)
				Б	Ж	У	С	
	1	2	3	4	5	6	7	
	завтрак							
66	Рагу овощное с птицей	49,69	200	12,71	17,06	15,16	270,00	
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82	
2	Кофейный напиток с молоком	19,96	200	5,53	6,06	24,63	174,00	
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства	9,80	50	4,65	13,00	14,65	190,00	
ГП	Хлеб ржаной	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	3,20	0,06	16,04	83,20	
	обед							
59, 73	Икра свекольная	16,51	80	1,63	4,35	8,07	81,60	
28	Рассольник ленинградский со сметаной	21,56	255	2,32	4,11	20,45	120,00	
14	Котлеты, биточки куриные	39,19	80	13,07	6,68	6,31	142,00	
16	Макаронные изделия отварные с овощами	23,17	150	3,24	7,58	18,87	150,00	
17	Компот из сухофруктов	8,82	200	0,73	0,00	30,69	130,00	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	22,52	100	0,64	0,64	15,68	75,20	
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	55	4,40	0,83	20,85	114,40	
ГП	Хлеб ржаной	2,00	50	2,45	0,50	22,40	100,00	
	Итого	228,03						
	дети 12 лет и старше							
	завтрак							
66	Рагу овощное с птицей	49,69	250	16,92	17,47	4,84	242,00	
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	3,89	4,37	0,48	57,00	
2	Какао (или кофейный напиток) с молоком	19,96	200	3,74	4,19	24,10	148,00	
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства	9,80	50	1,96	0,40	17,92	80,00	
ГП	Хлеб ржаной	2,50	45	0,64	0,64	15,68	75,20	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	45	3,20	0,06	16,04	83,20	
	обед							
59, 73	Икра свекольная	16,51	100	3,36	0,72	29,64	120,00	
28	Рассольник ленинградский со сметаной	21,56	255	1,62	3,89	9,20	92,00	
14	Котлеты, биточки куриные	39,19	120	15,03	12,46	15,40	232,50	
16	Макаронные изделия отварные с овощами	23,17	210,00	3,76	5,58	30,00	185,26	
17	Компот из сухофруктов	8,82	200	1,00	0,20	20,00	65,80	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	22,52	100,00	6,00	0,11	30,08	156,00	
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	75,00	1,96	0,40	17,92	80,00	
ГП	Хлеб ржаной	2,00	40,00	15,03	12,46	15,40	232,50	
	Итого	228,03						



Меню

День: 3
 дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
	1	2	3	4	5	6	7
завтрак							
18	Омлет натуральный	15,40	200	16,92	17,47	4,84	242,00
70	Сыр (порциями)	11,76	15	1,70	3,45	0,39	45,00
20	Чай с молоком	4,15	200	3,74	4,19	22,11	140,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	29,18	160	0,64	0,64	15,68	75,20
ГП	Хлеб ржаной	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	25	2,00	0,38	9,48	52,00
обед							
83	Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	15,69	100	2,53	46,67	252,00	0,13
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	26,62	255	1,62	3,89	9,20	92,00
74	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60,29	100	12,02	9,97	12,32	186,00
7	Пюре картофельное	28,93	180	3,76	5,58	30,00	185,26
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	9,80	30	1,80	2,84	26,55	220,95
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	2,00	30	1,47	0,30	13,44	60,00
Итого		228,03					
дети 12 лет и старше							
завтрак							
18	Омлет натуральный	15,40	200	16,92	17,47	4,84	242,00
70	Сыр (порциями)	11,76	19	3,89	4,37	0,48	57,00
20	Чай с молоком	4,15	200	3,74	4,19	24,10	148,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	29,18	100	0,64	0,64	15,68	75,20
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	3,20	0,06	16,04	83,20
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	0,05	4,29	0,07	38,82
обед							
83	Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	15,69	100	0,00	0,00	0,00	0,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	26,62	255	1,62	3,89	9,20	92,00
74	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60,29	120	15,03	12,46	15,40	232,50
7	Пюре картофельное	28,93	230	3,76	5,58	30,00	185,26
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	9,80	30	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	75	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Хлеб ржаной	2,00	40	1,80	2,84	26,55	220,95
Итого		228,03					

Согласовано _____
 Директор



Меню

День: 4
 дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
				Б	Ж	У	
	1	2	3	4	5	6	7
	завтрак						
51	Рыба, тушеная в томате с овощами	35,18	100	12,20	4,36	2,06	96,00
41	Рис отварной	14,66	150	3,69	5,48	30,04	209,00
30	Чай с сахаром и лимоном	4,11	200	0,14	0,03	16,15	67,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	25	2,00	0,38	9,48	52,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства	9,96	50	4,65	13,00	14,65	190,00
	обед						
59,72	Икра морковная или маринад овощной	20,64	80	0,22	3,01	0,75	30,60
40	Суп картофельный с макаронными изделиями	17,21	250	2,72	2,76	22,60	122,00
12	Тефтели	64,94	80	9,55	11,51	9,60	180,00
71	Капуста тушеная	35,12	150	3,03	4,62	9,08	98,00
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	2,00	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	228,03					
	дети 12 лет и старше						
	завтрак						
51	Рыба, тушеная в томате с овощами	35,18	130	16,92	17,47	4,84	242,00
41	Рис отварной	14,66	185	3,89	4,37	0,48	57,00
30	Чай с сахаром и лимоном	4,11	200	0,14	0,03	16,15	67,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	2,00	0,38	9,48	52,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	3,20	0,06	16,04	83,20
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства	9,96	50	4,65	13,00	14,65	190,00
	обед						
59,72	Икра морковная или маринад овощной	20,64	100	2,23	8,06	9,66	117,00
40	Суп картофельный с макаронными изделиями	17,21	250	2,72	2,76	22,60	122,00
12	Тефтели	64,94	100	11,94	14,39	12,00	225,00
71	Капуста тушеная	35,12	180	3,64	5,54	10,89	117,60
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	75	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб ржаной	2,00	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	228,03					



Меню

День: 5
 дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	С
	1	2	3	4	5	6	7
	завтрак						
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	64,44	120/30	23,51	17,86	34,21	406,00
ГП	Хлеб ржаной	2,20	20	0,98	0,20	8,95	40,00
32	Бутерброд с джемом или повидлом	14,74	38	2,32	0,24	20,26	91,00
57	Чай с сахаром	2,70	200	0,10	0,03	16,00	65,00
	обед						
1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	20,93	60	1,77	0,12	3,28	22,00
5	Суп картофельный гороховый	16,68	250	5,32	2,84	22,20	131,00
29	Картофельная запеканка с мясом	48,09	200	22,90	22,50	23,83	398,00
17	Компот из сухофруктов	8,82	200	0,73	0,00	30,69	130,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	44,68	160	0,64	0,64	15,68	75,20
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	2,00	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	228,03					
	дети 12 лет и старше						
	завтрак						
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	64,44	155/45	30,46	22,98	47,02	535,00
ГП	Хлеб ржаной	2,20	40	1,96	0,40	17,92	80,00
32	Бутерброд с джемом или повидлом	14,74	38	2,32	0,24	20,26	91,00
57	Чай с сахаром	2,70	200	0,10	0,03	17,99	73,00
	обед						
1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	20,93	100	1,77	0,12	3,28	22,00
5	Суп картофельный гороховый	16,68	250	5,32	2,84	22,20	131,00
29	Картофельная запеканка с мясом	48,09	200	22,90	22,50	23,83	398,00
17	Компот из сухофруктов	8,82	200	0,95	0,00	37,14	158,00
ГП	Хлеб пшеничный	44,68	75	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб ржаной	2,75	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	2,00	160	0,64	0,64	15,68	75,20
	Итого	228,03					

Меню



День: 6
 дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц (ккал)
				Б	Ж	У	
	1	2	3	4	5	6	7
	завтрак						
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пишенная)	20,25	200	6,25	8,28	34,83	245,33
38	Яйцо отварное	12,60	40	5,08	4,60	0,28	63,00
2	Кофейный напиток с молоком	19,96	200	5,53	6,06	24,63	174,00
70	Сыр (порциями)	11,76	15	1,70	3,45	0,39	45,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	25	2,00	0,38	9,48	52,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	35,62	100	0,64	0,64	15,68	75,20
	обед						
82	Салат из свежих помидоров с луком	23,77	80	0,71	5,09	2,99	60,00
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	21,64	255	1,91	3,97	8,14	85,00
66	Рагу овощное с птицей	49,69	200	12,71	17,06	15,16	270,00
25	Сок	12,94	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	9,80	50	4,65	13,00	14,65	190,00
ГП	Хлеб пшеничный	2,50	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	2,50	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	228,03					
	дети 12 лет и старше						
	завтрак						
26,43	Каша жидкая молочная рисовая (пишенная)	20,25	200	6,25	8,28	34,83	245,33
38	Яйцо отварное	12,60	40	5,08	4,60	0,28	63,00
2	Кофейный напиток с молоком	19,96	200	5,53	6,06	26,62	182,00
70	Сыр (порциями)	11,76	19	3,89	4,37	0,48	57,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	3,20	0,06	16,04	83,20
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	35,62	100	0,64	0,64	15,68	75,20
	обед						
82	Салат из свежих помидоров с луком	23,77	100	0,71	5,09	2,99	60,00
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	21,64	255	1,91	3,97	8,14	85,00
66	Рагу овощное с птицей	49,69	250	12,71	17,06	15,16	270,00
25	Сок	12,94	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	9,80	75	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	2,50	50	4,65	13,00	14,65	190,00
	Итого	228,03					

Меню

День: 7
дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	1	2	3	4	5	6	7
завтрак							
47	Курица в соусе с томатом	42,44	100	13,09	16,16	3,61	183,34
24	Каши гречневая рассыпчатая	23,55	200	11,41	7,80	51,56	320,00
15	Соус сметанный с томатом	9,80	45	0,88	11,07	3,78	118,13
57	Чай с сахаром	2,70	200	0,10	0,03	16,00	65,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
ГП	Хлеб ржаной	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	9,80	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	25	2,00	0,38	9,48	52,00
обед							
59, 73	Икра свекольная	16,51	80	2,23	8,06	9,66	117,00
45	Суп-лапша домашняя	9,21	250	2,76	3,12	16,35	102,00
74	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60,29	80	12,02	9,97	12,32	186,00
71	Капуста тушеная	27,27	150	3,03	4,62	9,08	98,00
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,50	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	2,50	30	1,47	0,30	13,44	60,00
Итого		228,03					
дети 12 лет и старше							
завтрак							
47	Курица в соусе с томатом	42,44	120	18,33	22,62	5,05	256,68
24	Каши гречневая рассыпчатая	23,55	210	11,98	8,19	54,14	336,00
15	Соус сметанный с томатом	9,80	45	0,88	11,07	3,78	118,13
57	Чай с сахаром	2,70	200	0,10	0,03	17,99	73,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
ГП	Хлеб ржаной	2,50	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ГП	Печенье или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	9,80	30	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	3,20	0,06	16,04	83,20
обед							
59, 73	Икра свекольная	16,51	100	2,23	8,06	9,66	117,00
45	Суп-лапша домашняя	9,21	250	2,76	3,12	16,35	102,00
74	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60,29	100	15,03	12,46	15,40	232,50
71	Капуста тушеная	27,27	180	3,64	5,54	10,89	117,60
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,50	75	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00
Итого		228,03					



Меню на

День: 8
 дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	Ч (ккал)
	1	2	3	4	5	6	7
	завтрак						
53	Суп молочный с макаронными изделиями	20,48	200	6,85	7,47	20,33	174,67
70	Сыр (порциями)	11,76	15	1,70	3,45	0,39	45,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	25	2,00	0,38	9,48	52,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	32,06	120	0,64	0,64	15,68	75,20
30	Чай с сахаром и лимоном	4,11	200	0,14	0,03	16,15	67,00
	обед						
83	Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	15,69	100	0,80	0,10	1,60	13,00
49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	27,65	230/20	6,15	5,96	14,09	153,00
23	Котлеты или биточки рыбные	45,05	100	16,75	7,98	68,20	196,80
65	Картофель отварной	29,33	180	3,76	5,58	17,42	165,00
25	Сок	12,94	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,50	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	2,50	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте	18,96	30	1,80	2,84	26,55	220,95
	Итого	228,03					
	дети 12 лет и старше						
	завтрак						
53	Суп молочный с макаронными изделиями	20,48	200	6,85	7,47	20,33	174,67
70	Сыр (порциями)	11,76	19	3,89	4,37	0,48	57,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	3,20	0,06	16,04	83,20
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	32,06	160	0,64	0,64	15,68	75,20
30	Чай с сахаром и лимоном	4,11	200	0,14	0,03	18,14	75,00
	обед						
83	Салат картофельный с кукурузой (зеленым горошком)	15,69	100	0,80	0,10	1,60	13,00
49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	27,65	230/20	6,15	5,96	14,09	153,00
23	Котлеты или биточки рыбные	45,05	120	16,75	7,98	68,20	196,80
65	Картофель отварной	29,33	200	3,76	5,58	17,42	165,00
25	Сок	12,94	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб пшеничный	2,50	75	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб ржаной	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Пряники или выпечка промышленного или собственного производства в ассортименте.)	18,96	30	1,80	2,84	26,55	220,95
	Итого	228,03					



Меню

День: 9
 дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У		
	1	2	3	4	5	6	7	
	завтрак							
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	64,44	120/30	23,51	17,86	34,21	406,00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	20	0,98	0,20	8,95	40,00	
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	2,32	0,24	20,26	91,00	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	13,07	150	0,64	0,64	15,68	75,20	
39	Чай из шиповника	4,75	200	5,53	6,06	24,63	174,00	
	обед							
84	Салат из свежих помидоров и огурцов	23,77	80	36,11	101,30	959,00	51,83	
28	Рассольник ленинградский со сметаной	21,56	255	2,32	4,11	20,45	120,00	
12	Тефтели	64,94	80	9,55	11,51	9,60	180,00	
61	Макаронные изделия отварные	11,79	150	3,24	7,58	18,87	150,00	
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	0,73	0,00	30,69	130,00	
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	55	4,40	0,83	20,85	114,40	
ГП	Хлеб ржаной	2,00	30	1,47	0,30	13,44	60,00	
	Итого	228,03						
	дети 12 лет и старше							
	завтрак							
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	64,44	155/45	30,46	22,98	47,02	535,00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	2,50	40	1,96	0,40	17,92	80,00	
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	2,32	0,24	20,26	91,00	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	13,07	150	0,64	0,64	15,68	75,20	
39	Чай из шиповника	4,75	200	5,53	6,06	26,62	182,00	
	обед							
84	Салат из свежих помидоров и огурцов	23,77	100	5,76	0,08	52,80	0,00	
28	Рассольник ленинградский со сметаной	21,56	255	2,32	4,11	20,45	120,00	
12	Тефтели	64,94	100	11,94	14,39	12,00	225,00	
61	Макаронные изделия отварные	11,79	200	4,54	10,61	26,42	210,00	
86	Напиток витаминный (промышленного производства)	9,40	200	0,95	0,00	37,14	158,00	
ГП	Хлеб пшеничный	2,75	75	6,00	0,11	30,08	156,00	
ГП	Хлеб ржаной	2,00	40	1,96	0,40	17,92	80,00	
	Итого	228,03						



Меню

День: 10
 дети 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	Э (ккал)	
	1	2	3	4	5	6	7
завтрак							
85	Каша молочная "Рябчик"	22,71	200	7,30	9,13	26,68	219,00
70	Сыр (порциями)	11,76	15	1,70	3,45	0,39	45,00
ГП	Хлеб ржаной	4,40	40	0,98	0,20	8,95	40,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	3,00	25	2,00	0,38	9,48	52,00
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	38,50	160	0,64	0,64	15,68	75,20
2	Кофейный напиток с молоком	19,96	200	5,53	6,06	24,63	174,00
обед							
1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	20,93	60	1,77	0,12	3,28	22,00
5	Суп картофельный гороховый	16,68	250	8,85	3,86	13,58	139,00
34	Плов с мясом птицы	39,13	150	8,77	7,61	30,15	226,00
25	Сок	12,94	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Кондитерские изделия (конфеты, зефир, мармелад, пастила, или др.)	22,96	45	1,50	1,41	22,50	109,80
ГП	Хлеб пшеничный	3,60	55	4,40	0,83	20,85	114,40
ГП	Хлеб ржаной	4,40	30	1,47	0,30	13,44	60,00
Итого		228,03					
дети 12 лет и старше							
завтрак							
85	Каша молочная "Рябчик"	22,71	200	7,30	9,13	26,68	219,00
70	Сыр (порциями)	11,76	19	3,89	4,37	0,48	57,00
ГП	Хлеб ржаной	4,40	40	1,96	0,40	17,92	80,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	3,00	40	3,20	0,06	16,04	83,20
3	Масло сливочное (порциями)	7,06	6	0,05	4,29	0,07	38,82
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	38,50	160	0,64	0,64	15,68	75,20
2	Кофейный напиток с молоком	19,96	200	5,53	6,06	24,63	174,00
обед							
1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	20,93	100	2,95	0,20	5,47	36,67
5	Суп картофельный гороховый	16,68	250	8,85	3,86	13,58	139,00
34	Плов с мясом птицы	39,13	210	13,80	11,51	35,20	299,59
25	Сок	12,94	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Кондитерские изделия (конфеты, зефир, мармелад, пастила, или др.)	22,96	45	1,50	1,41	22,50	109,80
ГП	Хлеб пшеничный	3,60	75	6,00	0,11	30,08	156,00
ГП	Хлеб ржаной	4,40	40	1,96	0,40	17,92	80,00
итого		228,03					