

Школа							Отд./корп	День			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		14*	Масло сливочное	15	5,87	99	0,12	10,9	0,2		
		15*	Сыр порциями	25	14,58	90,00	5,80	7,40			
		173*	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	210	12,40	303,00	8,31	13,12	37,63		
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,10	54,24	1,70	0,24	11,30		
		ГП	Хлеб пшеничный	41	1,45	128,70	2,70	0,37	16,50		
		382*	Какао с молоком	180	9,05	106,74	3,67	3,19	15,82		
		338*	Бананы свежие	100	12,16	96,00	1,50	0,50	21,00		
				всего (норма — не менее 500г):	595						
				ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	877,68	23,80	35,72	102,45	
Обед		24*	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	100	9,40	70,70	0,96	6,08	3,65		
		102*	Суп картофельный с горохом	250	6,71	148,25	5,49	5,27	16,54		
		265*	Плов из свинины	280	52,05	761,60	23,56	52,58	48,33		
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	42	2,32	94,92	2,98	0,42	19,78		
		ГП	Хлеб пшеничный	54	2,88	169,56	3,56	0,49	21,76		
		388*	Напиток из плодов шиповника	180	7,55	79,38	0,61	0,25	18,68		
				всего (норма — не менее 700г):	906						
				ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1324,41	37,16	65,09	128,74	
Полдник		ГП	Печенье "Осенние узоры"	90	14,58	414	3,15	15,3	61,2		
		350*	Кисель из красной смородины	200	7,06	114,40	0,10	0,04	24,56		
		338*	Яблоки свежие	155	12,09	72,85	0,62	0,62	15,19		
				всего (норма — не менее 300г):	445						
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	601,25	3,87	15,96	100,95		

Школа			Отд./корп	День					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		71*	Огурцы свежие	70	5,11	8,4	0,49	0,07	1,33
		294*	Котлеты рубленные из филе грудки	90	27,47	234,00	14,27	13,71	13,32
		302*	Каша рассыпчатая гречневая	180	11,07	292,50	10,31	7,26	46,37
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,24	54,24	1,70	0,24	11,30
		ГП	Хлеб пшеничный	40	2,16	125,60	2,64	0,36	16,12
		338*	Яблоки свежие	100	7,80	47,00	0,40	0,40	9,80
		685	Чай с сахаром	200	1,76	58,00	0,20		15,00
			всего (норма — не менее 500г):	704					
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	819,74	30,01	22,04	113,24
Обед		45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	120	8,42	72,48	1,57	3,90	7,76
		112*	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,49	117	2,39	5,08	13,00
		292*	Птица тушенная в соусе с овощами	280	54,03	369,60	24,90	19,36	24,08
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	42	2,87	94,92	2,98	0,42	19,78
		ГП	Хлеб пшеничный	70	3,81	219,80	4,62	0,63	28,21
		349*	Компот из сухофруктов	200	5,29	132,80	0,67	0,09	32,01
			всего (норма — не менее 700г):	962					
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1006,60	37,13	29,48	124,84
Полдник		15*	Сыр порциями	20	11,67	72,00	4,64	5,90	
		ГП	Хлеб пшеничный	47	2,54	147,58	3,10	0,42	18,94
		379*	Кофейный напиток с молоком	180	8,99	90,54	2,84	2,41	14,35
		338*	Яблоки свежие	135	10,53	63,45	0,54	0,54	13,23
			всего (норма — не менее 300г):	382					
		ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	373,57	11,12	9,27	46,52	

Школа			Отд./корп	День						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		14*	Масло сливочное	15	5,87	99	0,12	10,9	0,2	
		306*	Горошек консервированный	30	8,41	17,76	0,86	0,82	1,73	
		210*	Омлет натуральный	143	25,48	276,14	13,28	23,66	2,52	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,64	61,02	1,91	0,27	12,71	
		ГП	Хлеб пшеничный	40	2,16	125,60	2,64	0,36	16,12	
		686	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	60,00	0,30		15,20	
		338*	Яблоки свежие	140	9,75	65,80	0,56	0,56	13,72	
			всего (норма — не менее 500г):	595						
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	705,32	19,67	36,57	62,20	
Обед		75*	Икра свекольная	100	9,88	185,30	2,37	0,10	22,87	
		96*	Рассольник ленинградский	250	8,79	107,25	2,02	5,09	11,98	
		235*	Шницель рыбный натуральный из филе минтая	105	32,19	219,55	13,21	14,64	8,72	
		128*	Картофельное пюре с маслом	200	18,37	230,48	4,13	12,21	23,99	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	45	2,24	101,70	3,19	0,45	21,19	
		ГП	Хлеб пшеничный	70	3,78	219,80	4,62	0,63	28,21	
		342*	Компот из свежих яблок	200	5,66	114,60	0,16	0,16	27,88	
			всего (норма — не менее 700г):	970						
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1178,68	29,70	33,28	144,84	
Полдник		209*	Яйца варёные	40	6,91	63,00	5,08	4,60	0,28	
		ГП	Икра кабачковая	50	5,96	38,75	0,60	2,36	3,85	
		ГП	Хлеб пшеничный	54	2,91	169,56	3,56	0,49	21,76	
		ГП	Печенье "Праздничное"	75	12,15	345	2,63	12,75	51,00	
		ГП	Сок яблочный	180	5,80	76,32	0,90		18,18	
			всего (норма — не менее 300г):	399						
		ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	692,63	12,77	20,20	95,07		

Школа							Отд./корп	День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		71*	Помидоры свежие	60	5,44	0,12	2,28	0,1	1,9	
		204*	Макароны отварные с сыром	200	25,51	15,92	34,11	13,53	28,99	
		ГП	Хлеб пшеничный	35	1,89	0,32	14,11	0,27	12,06	
		379*	Кофейный напиток с молоком	180	8,99	2,41	14,35	2,41	14,35	
		338*	Апельсины свежие	105	14,78	0,18	7,18	0,40	9,80	
			всего (норма — не менее 500г):	580						
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	18,95	72,03	16,71	67,10	
Обед		23*	Салат из свежих помидоров с репчатым луком	100	9,40	77,7	1,1	6,11	4,57	
		82*	Борщ с картофелем и капустой	250	9,52	103,75	1,80	4,92	10,93	
		279*	Тефтели (говядина) 60/50	110	31,41	142,00	7,46	8,29	9,44	
		171*	Каша пшеничная рассыпчатая	180	6,30	292,50	7,70	9,01	45,07	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,83	67,80	2,14	0,30	14,14	
		ГП	Хлеб пшеничный	51	2,74	160,14	3,37	0,46	20,55	
		338*	Бананы свежие	100	12,16	96,00	1,50	0,50	21,00	
		388*	Напиток из плодов шиповника	200	7,55	88,20	0,67	0,28	20,76	
			всего (норма — не менее 700г):	1021						
		ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1028,09	25,74	29,87	146,46		
Полдник		ГП	Печенье"Печеньково"	50	8,10	230	1,75	8,5	34	
		385	Молоко	200	12,89	107,00	5,80	5,00	9,60	
		338*	Бананы свежие	105	12,74	100,80	1,58	0,53	22,05	
			всего (норма — не менее 300г):	355						
		ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	437,80	9,13	14,03	65,65		

Школа			Отд./корп	День						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		ГП	Икра кабачковая	50	5,96	38,75	0,60	2,36	3,85	
		271*	Котлеты домашние	90	32,36	264,13	10,94	20,90	8,24	
		302*	Каша рассыпчатая гречневая	150	9,14	243,75	8,60	6,09	38,64	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	18	1,10	40,68	1,28	0,18	8,48	
		ГП	Хлеб пшеничный	36	1,94	113,04	2,38	0,32	14,47	
		686	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	60,00	0,30		15,20	
		ГП	Печенье "Цветик семицветик"	17	2,81	78,20	1,28	2,89	11,56	
			всего (норма — не менее 500г):	561						
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	838,55	25,38	32,74	100,44	
Обед		20*	Салат из свежих огурцов	100	12,13	66,6	0,75	6,02	2,35	
		108*	Суп картофельный с клёсками	250	11,08	144,25	3,55	4,59	18,79	
		262*	Сердце говяжье в соусе	100	39,02	152	13,08	9,18	2,85	
		305*	Рис припущенный	180	7,49	239,94	4,36	5,16	44	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,01	74,58	2,34	0,33	15,54	
		ГП	Хлеб пшеничный	53	2,84	166,42	3,50	0,48	21,36	
		350*	Кисель из красной смородины	180	6,34	102,96	0,09	0,04	22,10	
			всего (норма — не менее 700г):	896						
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	946,75	27,67	25,80	126,99	
Полдник		401*	Оладьи с маслом сливочным	160	14,41	462	11,64	18,73	61,67	
		338	Яблоки свежие	105	8,14	49,35	0,42	0,42	10,29	
		386*	Кефир	180	11,18	90,00	5,22	4,50	7,20	
			всего (норма — не менее 300г):	445						
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	601,35	17,28	23,65	79,16	

Школа				Отд./корп	День					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		14*	Масло сливочное	15	5,87	99	0,12	10,9	0,2	
		306*	Горошек консервированный	30	8,41	17,76	0,86	0,82	1,73	
		210*	Омлет натуральный	143	25,48	276,14	13,28	23,66	2,52	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,53	56,50	1,78	0,25	11,78	
		ГП	Хлеб пшеничный	42	2,25	131,88	2,77	0,38	16,93	
		685	Чай с сахаром	200	1,76	58,00	0,20		15,00	
		338*	Яблоки свежие	145	11,31	57,66	0,49	0,49	12,03	
			всего (норма — не менее 500г):	600						
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	696,94	19,50	36,50	60,19	
	Обед		45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	90	6,58	54,36	1,18	2,92	5,82
		96*	Рассольник ленинградский	250	8,79	107,25	2,02	5,09	11,98	
		260*	Гуляш из свинины	100	25,31	309	10,64	28,19	2,89	
		128*	Картофельное пюре с маслом	180	16,52	207,43	3,72	10,99	21,59	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,89	70,06	2,20	0,31	14,60	
		ГП	Хлеб пшеничный	54	2,87	169,56	3,56	0,49	21,76	
		338*	Бананы свежие	100	6,79	96,00	1,50	0,50	21,00	
		388*	Напиток из плодов шиповника	180	12,16	79,38	0,61	0,25	18,68	
			всего (норма — не менее 700г):	985						
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1093,04	25,43	48,74	118,32	
Полдник		ГП	Печенье "Осенние узоры"	90	14,58	414,00	3,15	15,30	61,20	
		350*	Кисель из красной смородины	200	7,06	114,40	0,10	0,04	24,56	
		338*	Яблоки свежие	155	12,09	61,64	0,52	0,52	12,86	
			всего (норма — не менее 300г):	445						
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	590,04	3,77	15,86	98,62	

Школа			Отд./корп	День						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		15*	Сыр порциями	30	17,50	108,00	6,96	8,85		
		176	Каша молочная рисовая с тыквой	210	20,67	291,00	6,55	10,90	41,57	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	18	1,10	40,68	1,28	0,18	8,48	
		ГП	Хлеб пшеничный	28	1,50	87,92	1,85	0,25	11,26	
		685	Чай с сахаром	200	1,76	58,00	0,20		15,00	
		338*	Апельсины свежие	100	14,08	74,00	0,76	0,17	6,83	
				всего (норма — не менее 500г):	586					
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	659,60	17,60	20,35	83,14	
Обед		75*	Икра свекольная	100	9,88	185,30	2,37	0,10	22,87	
		102*	Суп картофельный с горохом	250	6,70	148,25	5,49	5,27	16,54	
		294*	Котлеты рубленные из филе индейки	110	40,21	374	16,78	6,62	16,58	
		309*	Макароны отварные	180	6,60	202,14	6,62	5,42	31,73	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,44	90,40	2,84	0,40	18,84	
		ГП	Хлеб пшеничный	50	2,68	233,67	3,30	0,45	20,15	
		ГП	Печенье "Цветик семицветик"	34	5,61	312,80	5,12	11,56	46,24	
		388*	Напиток из плодов шиповника	180	6,79	79,38	0,61	0,25	18,68	
				всего (норма — не менее 700г):	944					
				ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1625,94	43,13	30,07	191,63
Полдник		209*	Яйца варёные	40	6,91	63,00	5,08	4,60	0,28	
		23*	Салат из свежих помидоров с репчатым луком	100	9,40	77,7	1,1	6,11	4,57	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	45,20	1,42	0,20	9,42	
		ГП	Хлеб пшеничный	46	2,44	214,97	3,04	0,41	18,54	
		ГП	Печенье"Печеньково"	50	5,66	230	1,75	8,5	34	
		342*	Компот из свежих яблок	200	8,10	114,60	0,16	0,16	27,88	
				всего (норма — не менее 300г):	456					
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	745,47	12,55	19,98	94,69	

Школа							Отд./корп	День			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		14*	Масло сливочное	10	3,91	66	0,08	7,25	0,13		
		ГП	Икра кабачковая	50	5,96	38,75	0,60	2,36	3,85		
		210*	Омлет натуральный	143	25,48	276,14	13,28	23,66	2,52		
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,46	54,24	1,70	0,24	11,30		
		ГП	Хлеб пшеничный	43	2,32	135,02	2,84	4,57	17,29		
		382*	Какао с молоком	180	9,05	106,74	3,67	3,19	15,82		
		338*	Яблоки свежие	110	8,43	51,70	0,44	0,44	10,78		
			всего (норма — не менее 500г):	560							
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	728,59	22,61	41,71	61,69		
	Обед		71*	Огурцы свежие	50	4,64	6	0,35	0,05	0,95	
		82*	Борщ с картофелем и капустой	250	9,52	103,75	1,80	4,92	10,93		
		291*	Плов из птицы	280	45,66	418,00	25,22	12,53	51,03		
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,74	65,54	2,06	0,29	13,66		
		ГП	Хлеб пшеничный	45	2,43	141,30	2,97	0,41	18,13		
		349*	Компот из сухофруктов	180	4,76	119,52	0,60	0,08	28,81		
		338*	Бананы свежие	100	12,16	96,00	1,50	0,50	21,00		
			всего (норма — не менее 700г):	934							
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	950,11	34,50	18,78	144,51		
Полдник			401*	Оладьи с маслом сливочным	160	14,41	462	11,64	18,73	61,67	
		338	Яблоки свежие	105	8,14	49,35	0,42	0,42	10,29		
		386*	Кефир	180	11,18	90,00	5,22	4,50	7,20		
			всего (норма — не менее 300г):	445							
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	601,35	17,28	23,65	79,16		

Школа			Отд./корп	День					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		15*	Сыр порциями	30	17,50	108,00	6,96	8,85	
		173*	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	210	12,40	303,00	8,31	13,12	37,63
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	45,20	1,42	0,20	9,42
		ГП	Хлеб пшеничный	37	1,95	116,18	2,44	0,33	14,91
		686	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	60,00	0,30		15,20
		ГП	Печенье "Печеньково"	25	4,05	115,00	1,75	4,25	17,00
		338*	Апельсины свежие	115	16,19	85,10	0,87	0,19	7,85
			всего (норма — не менее 500г):	637					
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	832,48	22,05	26,94	102,01
	Обед		75*	Икра свекольная	90	8,90	166,77	2,13	0,09
		108*	Суп картофельный с клёцками	250	11,08	144,25	3,55	4,59	18,79
		235*	Шницель рыбный натуральный из филе минтая	105	32,19	219,55	13,21	14,64	8,72
		305*	Рис припущенный	180	7,49	239,94	4,36	5,16	44
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	45,20	1,43	0,20	9,43
		ГП	Хлеб пшеничный	39	2,07	122,46	2,58	0,35	15,72
		ГП	Сок яблочный	180	5,80	76,32	0,90		18,18
		338*	Бананы свежие	100	12,16	96,00	1,50	0,50	21,00
			всего (норма — не менее 700г):	964					
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1110,49	29,66	25,53	156,42
Полдник		ГП	Печенье "Печенье Осенние узоры"	60	9,72	276,00	2,10	10,20	40,80
		385	Молоко	200	12,89	107,00	5,80	5,00	9,60
		338*	Яблоки свежие	143	11,12	56,87	0,48	0,48	11,86
			всего (норма — не менее 300г):	403					
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	439,87	8,38	15,68	62,26

Школа			Отд./корп	День					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		71*	Помидоры свежие	50	4,53	11	0,55	0,1	1,9
		294*	Котлеты рубленные из филе грудки	90	27,47	234,00	14,27	13,71	13,32
		309*	Макароны отварные	150	5,51	168,45	5,52	4,52	26,45
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,22	45,20	1,43	0,20	9,43
		ГП	Хлеб пшеничный	40	2,14	125,60	2,64	0,36	16,12
		338*	Бананы свежие	115	13,98	110,40	1,73	0,58	24,15
		685	Чай с сахаром	200	1,76	58,00	0,20		15,00
			всего (норма — не менее 500г):	665					
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	752,65	26,34	19,47	106,37
Обед		24*	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	100	10,49	70,70	0,96	6,08	3,65
		102*	Суп картофельный с фасолью	250	8,73	148,25	5,49	5,27	16,54
		260*	Гуляш из свинины	100	25,31	309	10,64	28,19	2,89
		302*	Каша рассыпчатая гречневая	180	11,07	292,50	10,31	7,26	46,37
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	37	2,26	83,62	2,63	0,37	17,43
		ГП	Хлеб пшеничный	62	3,31	194,68	4,09	0,56	24,99
		338*	Апельсины свежие	100	14,08	74,00	0,76	0,17	6,83
		342*	Компот из свежих яблок	200	5,66	114,60	0,16	0,16	27,88
			всего (норма — не менее 700г):	1029					
		ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1287,35	35,04	48,06	146,58	
Полдник		401*	Оладьи с маслом сливочным	160	14,41	462	11,64	18,73	61,67
		382*	Какао с молоком	200	10,05	118,60	4,08	3,54	17,58
		338*	Яблоки свежие	120	9,27	56,40	0,48	0,48	11,76
			всего (норма — не менее 300г):	480					
		ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	637,00	16,20	22,75	91,01	

Школа			Отд./корп	День						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		14*	Масло сливочное	10	3,91	66	0,08	7,25	0,13	
		15*	Сыр порциями	25	14,58	90,00	5,80	7,40		
		174*	Каша вязкая молочная из риса	210	14,04	294	6,00	10,85	42,95	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,46	54,24	1,70	0,24	11,30	
		ГП	Хлеб пшеничный	42	2,24	131,88	2,77	0,38	16,88	
		379*	Кофейный напиток с молоком	180	8,99	90,54	2,84	2,41	14,35	
		ГП	Печенье "Цветик семицветик"	17	2,81	78,20	1,28	2,89	11,56	
		338*	Яблоки свежие	110	8,58	51,70	0,44	0,44	10,78	
			всего (норма — не менее 500г):	618						
			ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	856,56	20,91	31,86	107,95	
Обед		45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	120	8,42	72,48	1,57	3,90	7,76	
		112*	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,49	117	2,39	5,08	13,00	
		229*	Минтай (филе) тушеный с овощами	100	25,36	105,00	9,75	4,95	3,80	
		128*	Картофельное пюре с маслом	200	18,37	230,48	4,13	12,21	23,99	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	42	2,56	94,92	2,98	0,42	19,78	
		ГП	Хлеб пшеничный	67	3,62	170,27	4,42	0,77	27,00	
		350*	Кисель из красной смородины	180	6,34	102,96	0,09	0,04	22,10	
		338*	Яблоки свежие	125	9,75	58,75	0,50	0,50	12,25	
			всего (норма — не менее 700г):	1084						
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	951,86	25,83	27,87	129,68	
Полдник		ГП	Печенье"Праздничное"	75	12,15	345	2,63	12,75	51,00	
		350*	Кисель из красной смородины	200	7,06	114,40	0,10	0,04	24,56	
		338*	Бананы свежие	120	14,52	115,20	1,80	0,60	25,20	
			всего (норма — не менее 300г):	395						
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	574,60	4,53	13,39	100,76	

Школа							Отд./корп	День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		306*	Горошек консервированный	50	14,02	29,60	1,44	1,36	2,89	
		204*	Макарони отварные с сыром	170	21,74	284,24	11,51	13,53	28,99	
		ГП	Хлеб пшеничный	39	2,06	122,46	2,57	0,35	15,72	
		686	Чай с сахаром и лимоном	200	3,30	60,00	0,30		15,20	
		338*	Апельсины свежие	110	15,49	77,53	0,79	0,17	7,15	
				всего (норма — не менее 500г):	569					
				ИТОГО завтрак для возрастной категории 7-11 лет		56,61	573,83	16,61	15,41	69,95
Обед		71*	Огурцы свежие	70	6,50	8,4	0,49	0,07	1,33	
		102*	Суп картофельный с горохом	250	6,70	148,25	5,49	5,27	16,54	
		294*	Котлеты рубленные из филе индейки	110	40,21	374	16,78	6,62	16,58	
		128*	Картофельное пюре с маслом	180	16,52	207,43	3,72	10,99	21,59	
		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	42	2,56	94,92	2,98	0,42	19,78	
		ГП	Хлеб пшеничный	68	3,66	213,52	4,49	0,61	27,40	
		349*	Компот из сухофруктов	180	4,76	119,52	0,60	0,08	28,81	
				всего (норма — не менее 700г):	900					
			ИТОГО обед для возрастной категории 7-11 лет		80,91	1166,04	34,55	24,06	132,03	
Полдник		209*	Яйца варёные	40	6,91	63,00	5,08	4,60	0,28	
		ГП	Икра кабачковая	50	5,96	38,75	0,60	2,36	3,85	
		ГП	Хлеб пшеничный	54	2,91	169,56	3,56	0,49	21,76	
		ГП	Печенье"Праздничное"	75	12,15	345	2,63	12,75	51,00	
		ГП	Сок яблочный	180	5,80	76,32	0,90		18,18	
				всего (норма — не менее 300г):	399					
			ИТОГО полдник для возрастной категории 7-11 лет		33,73	692,63	12,77	20,20	95,07	