



**МЕНЮ дети от 7 до 11 лет
1 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|---------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак НШ | | | | | |
| Гуляш из птицы 45/45 | 90 | 13,13 | 15 | 2,89 | 195 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,77 | 6 | 39,62 | 248 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батончик к чаю | 31 | 2,33 | 1 | 15,93 | 81 |
| Груша 1 шт | 115 | 0,56 | | 14,42 | 64 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак НШ | 601 | 24,99 | 22 | 87,89 | 649 |
| Обед | | | | | |
| Суп картофельный с горохом лущеным, курой 200/10 | 210 | 7,93 | 3 | 15,57 | 117 |
| Котлета "Лакомка" из мяса птицы | 100 | 14,54 | 20 | 9,7 | 280 |
| Макароны отварные | 150 | 6,86 | 5 | 46,96 | 260 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 23 | 1,52 | | 7,68 | 40 |
| Печенье 1шт | 20 | 1,1 | 7 | 11,9 | 111 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 718 | 32,15 | 35 | 106,84 | 869 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Плюшка | 50 | 0,43 | | 2,87 | 14 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 380 | 0,95 | 1 | 35,81 | 163 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 1 день, 1 недели

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак СЗ | | | | | |
| Гуляш из птицы 45/45 | 90 | 13,13 | 15 | 2,89 | 195 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,77 | 6 | 39,62 | 248 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батончик к чаю | 31 | 2,33 | 1 | 15,93 | 81 |
| Груша 1 шт | 115 | 0,56 | | 14,42 | 64 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ | 601 | 24,99 | 22 | 87,89 | 649 |
| Обед | | | | | |
| Суп картофельный с горохом лущеным и курой 250/10 | 260 | 8,62 | 3 | 17,8 | 146 |
| Котлета "Лакомка" из мяса птицы | 100 | 14,54 | 20 | 9,7 | 280 |
| Макароны отварные | 180 | 8,24 | 5 | 56,35 | 312 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | | 8,35 | 44 |
| Батон йодированный | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 800 | 34,75 | 29 | 117,51 | 895 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Плюшка | 50 | 0,43 | | 2,87 | 14 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 380 | 0,95 | 1 | 35,81 | 163 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.В.



**МЕНЮ дети от 7 до 11 лет
2 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак НШ | | | | | |
| Котлета рыбная "Волжанка" | 90 | 11,1 | 8 | 9,91 | 156 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,31 | 5 | 22,08 | 148 |
| Овощи натуральные соленые (огурец соленый) | 35 | 0,39 | | 0,08 | 4 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 28 | 2,1 | 1 | 14,39 | 73 |
| Оладьи 1шт | 35 | 2,1 | 2 | 14 | 86 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак НШ | 553 | 19,2 | 16 | 75,49 | 528 |
| Обед | | | | | |
| Солянка по-домашнему из птицы 250/15 | 265 | 5,33 | 6 | 9,42 | 110 |
| Гуляш из свинины 50/50 | 100 | 11,34 | 29 | 4,5 | 322 |
| Рис отварной | 150 | 3,85 | 5 | 40,17 | 224 |
| Чай с ль. лоном, сахарным песком 200/15/8 | 223 | 0,27 | | 15,27 | 64 |
| Хлеб ржаной | 37 | 2,44 | | 12,36 | 64 |
| Батон йодированный | 30 | 2,25 | 1 | 15,42 | 79 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 805 | 25,48 | 41 | 97,14 | 863 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Груша 1 шт | 140 | 0,68 | 1 | 17,55 | 78 |
| Кондитерское изделие в инд.упаковке | 15 | 1 | 5 | 8 | 83 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 355 | 1,68 | 6 | 45,75 | 249 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
2 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|---------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак СЗ | | | | | |
| Котлета рыбная "Волжанка" | 90 | 11,1 | 8 | 9,91 | 156 |
| Картофельное пюре | 180 | 3,97 | 6 | 26,5 | 178 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 36 | 2,7 | 1 | 18,5 | 94 |
| Коржи Молочные | 40 | 2,6 | 5 | 4,7 | 160 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ | 561 | 20,57 | 20 | 74,64 | 649 |
| Обед | | | | | |
| Солянка по-домашнему из птицы 250/15 | 265 | 5,33 | 6 | 9,42 | 110 |
| Гуляш из свинины 50/50 | 100 | 11,34 | 29 | 4,5 | 322 |
| Рис отварной | 180 | 4,61 | 6 | 48,2 | 269 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 34 | 2,24 | | 11,36 | 59 |
| Батон йодированный | 25 | 1,88 | 1 | 12,85 | 66 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 819 | 25,6 | 42 | 101,36 | 887 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Груша 1 шт | 140 | 0,68 | 1 | 17,55 | 78 |
| Кондитерское изделие в инд.упаковке | 15 | 1 | 5 | 8 | 83 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 355 | 1,68 | 6 | 45,75 | 249 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.В.



**МЕНЮ дети от 7 до 11 лет
3 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак НШ | | | | | |
| Каша рисовая жидкая молочная с маслом сливочным 150/6 | 156 | 4,04 | 7 | 23,89 | 176 |
| Молоко в индивидуальной упаковке | 200 | 6 | 6 | 9,4 | 134 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батончик к чаю | 30 | 2,25 | 1 | 15,42 | 79 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак НШ | 601 | 12,49 | 14 | 63,74 | 450 |
| Обед | | | | | |
| Суп картофельный с яйцом, курой 250/10 | 260 | 7,04 | 4 | 20,08 | 146 |
| Тефтели "Сочные" с соусом 70/50 | 120 | 8,2 | 15 | 9,05 | 202 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,77 | 6 | 39,62 | 248 |
| Компот из клубники с/м | 180 | 0,2 | | 19,43 | 81 |
| Хлеб ржаной | 22 | 1,45 | | 7,35 | 38 |
| Батон йодированный | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 752 | 27,16 | 26 | 105,81 | 767 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Слойка с конфитюром | 60 | 3,61 | 12 | 23,62 | 215 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 390 | 4,13 | 13 | 56,56 | 364 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 3 день, 1 недели

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак СЗ | | | | | |
| Каша рисовая жид. мол. с маслом 180/3 | 183 | 4,81 | 5 | 28,61 | 184 |
| Блинчик с вишней 2 шт | 140 | 2,8 | 4 | 57,4 | 262 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 25 | 1,88 | 1 | 12,85 | 66 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ | 693 | 10,21 | 11 | 126,63 | 634 |
| Обед | | | | | |
| Суп картофельный с яйцом, курой 250/10 | 260 | 7,04 | 4 | 20,08 | 146 |
| Тефтели "Сочные" с соусом 70/50 | 120 | 8,2 | 15 | 9,05 | 202 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,53 | 7 | 47,57 | 298 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 37 | 2,44 | | 12,36 | 64 |
| Батон йодированный | 28 | 2,1 | 1 | 14,39 | 73 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 840 | 30,51 | 27 | 118,48 | 844 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Слойка с конфитюром | 60 | 3,61 | 12 | 23,62 | 215 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 390 | 4,13 | 13 | 56,56 | 364 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.В.



**МЕНЮ дети от 7 до 11 лет
4 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|---------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак НШ | | | | | |
| Биточек "Школьный" | 80 | 14,35 | 17 | 11,73 | 257 |
| Макароны отварные | 150 | 6,86 | 5 | 46,96 | 260 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 32 | 2,4 | 1 | 16,45 | 84 |
| Печенье "Венское" | 30 | 1,8 | 4 | 18 | 115 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак НШ | 507 | 25,61 | 27 | 108,17 | 777 |
| Обед | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,87 | 4 | 8,96 | 84 |
| Плов со свиной | 220 | 16,84 | 38 | 42,88 | 584 |
| Сок | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | | 6,68 | 35 |
| Батон йодированный | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 710 | 21,53 | 43 | 89 | 843 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Плюшка | 50 | 0,43 | | 2,87 | 14 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 380 | 0,95 | 1 | 35,81 | 163 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
4 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак СЗ | | | | | |
| Биточек "Школьный" | 80 | 14,35 | 17 | 11,73 | 257 |
| Макароны отварные | 180 | 8,24 | 5 | 56,35 | 312 |
| Бобовые отварные (кукуруза консервированная) | 10 | 0,16 | | 1,01 | 5 |
| Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/6 | 221 | 0,25 | | 15,21 | 63 |
| Батон йодированный | 40 | 3 | 1 | 20,56 | 105 |
| Печенье 1шт | 20 | 1,1 | 7 | 11,9 | 111 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ | 551 | 27,1 | 30 | 116,76 | 853 |
| Обед | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,87 | 4 | 8,96 | 84 |
| Плов со свининой | 220 | 16,84 | 38 | 42,88 | 584 |
| Чай с сахарным песком, лимоном 200/15/10 | 225 | 0,29 | | 15,33 | 64 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | | 11,69 | 61 |
| Батон йодированный | 28 | 2,1 | 1 | 14,39 | 73 |
| Пышка домашняя | 50 | 3,57 | 6 | 21,88 | 158 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 808 | 26,98 | 49 | 115,13 | 1 024 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Плюшка | 50 | 0,43 | | 2,87 | 14 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 380 | 0,95 | 1 | 35,81 | 163 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством


Баруздина О.В.



**МЕНЮ дети от 7 до 11 лет
5 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак НШ | | | | | |
| Гуляш из птицы 50/50 | 100 | 14,39 | 16 | 3,21 | 214 |
| Рис отварной | 150 | 3,85 | 5 | 40,17 | 224 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 32 | 2,4 | 1 | 16,45 | 84 |
| Мандарин 1 шт | 110 | 0,88 | | 8,25 | 42 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак НШ | 607 | 21,72 | 22 | 83,11 | 625 |
| Обед | | | | | |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, курой 250/20 | 270 | 8,23 | 3 | 12,7 | 112 |
| Биточек Нежный | 100 | 9,7 | 27 | 11,37 | 327 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,31 | 5 | 22,08 | 148 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 21 | 1,39 | | 7,01 | 37 |
| Печенье 1шт | 20 | 1,1 | 7 | 11,9 | 111 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 776 | 23,93 | 42 | 80,09 | 796 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Груша 1 шт | 140 | 0,68 | 1 | 17,55 | 78 |
| Кондитерское изделие в инд. упаковке | 15 | 1 | 5 | 8 | 83 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 355 | 1,68 | 6 | 45,75 | 249 |

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор


Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством


Баруздина О.Е.



**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
5 день, 1 недели**

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак СЗ | | | | | |
| Гуляш из птицы 50/50 | 100 | 14,39 | 16 | 3,21 | 214 |
| Рис отварной | 150 | 3,85 | 5 | 40,17 | 224 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 32 | 2,4 | 1 | 16,45 | 84 |
| Мандарин 1 шт | 110 | 0,88 | | 8,25 | 42 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ | 607 | 21,72 | 22 | 83,11 | 625 |
| Обед | | | | | |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, курой 250/20 | 270 | 8,23 | 3 | 12,7 | 112 |
| Биточек Нежный | 100 | 9,7 | 27 | 11,37 | 327 |
| Картофельное пюре | 180 | 3,97 | 6 | 26,5 | 178 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 26 | 1,72 | | 8,68 | 45 |
| Батон йодированный | 26 | 1,95 | 1 | 13,36 | 68 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 817 | 25,77 | 37 | 87,64 | 791 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Груша 1 шт | 140 | 0,88 | 1 | 17,55 | 78 |
| Кондитерское изделие в инд. упаковке | 15 | 1 | 5 | 8 | 83 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 355 | 1,68 | 6 | 45,75 | 249 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.В.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 6 день, 1 недели

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак СЗ | | | | | |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 14,29 | 29 | 29,6 | 436 |
| Овощи натуральные соленые (огурец соленый) | 35 | 0,39 | | 0,08 | 4 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 29 | 2,18 | 1 | 14,91 | 76 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ | 609 | 17,58 | 31 | 72,36 | 638 |
| Обед | | | | | |
| Суп картофельный с макар. изделиями и мясом 260 | 260 | 5,41 | 5 | 20,84 | 152 |
| Печень по-строгановски 50/50 | 100 | 13,32 | 11 | 7,36 | 183 |
| Спагетти отварные | 200 | 8,17 | 6 | 55,86 | 315 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 38 | 2,51 | | 12,69 | 66 |
| Батон йодированный | 23 | 1,73 | 1 | 11,82 | 60 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Обед | 836 | 31,34 | 23 | 123,6 | 837 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Слойка с конфитюром | 60 | 3,61 | 12 | 23,62 | 215 |
| Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник | 390 | 4,13 | 13 | 56,56 | 364 |

Заместитель генерального
директора

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Баруздина О.В.