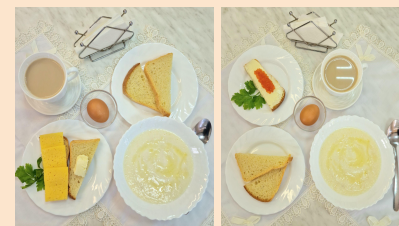


**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Каша молочная манная	250	250
Яйцо вареное	1	1
Сыр порциями	15	30
Масло порциями	10	10
Кофейный напиток	200	200
Хлеб пшеничный	50	50



7-11 лет Б-17,74 Ж-23,44 У-58,36  
Ккал-519,8  
12-18 лет Б-24,32 Ж-31,5 У-79,7  
Ккал-701,7

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Салат из свеклы отварной	60	100
Суп-пюре из зеленого горошка с гренками	250	250
Плов из кролика	150	200
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб бородинский	80	100
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-25,69 Ж-21,66 У-116,92  
Ккал-771,3  
12-18 лет Б-30,15 Ж-27,76 У-129,13  
Ккал-895,4

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Кефир	200	200
Булочка российская	60	60



7-11 лет Б-10,0 Ж-9,81 У-37,22  
Ккал-277  
12-18 лет Б-10,0 Ж-9,81 У-37,22  
Ккал-277

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/15	180/20
Какао с молоком	200	200
Хлеб пшеничный	30	50



7-11 лет Б-31,77 Ж-22,65 У-92,68  
Ккал- 697,75  
12-18 лет Б-35,14 Ж-24,35 У-107,66  
Ккал-787

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Кукуруза сладкая	60	100
Рассольник ленинградский	250	250
Биточки из говядины	100	100
Макароны отварные	150	180
Кисель из клубники	200	200
Хлеб бородинский	80	100
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-31,07 Ж-28,96 У-133,27  
Ккал-937,15  
12-18 лет Б-35,45 Ж-32,66 У-155,37  
Ккал-1077,15

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Запеканка из тыквы с соусом	150	150
Молоко кипяченое	200	200



7-11 лет Б-14,1 Ж-19 У-39,2  
Ккал-398  
12-18 лет Б-14,1 Ж-19 У-39,2  
Ккал-39

## ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Салат из квашенной капусты	60	100
Гуляш из говядины	90	100
Каша гречневая	150	180
Кофейный напиток	200	200
Хлеб пшеничный	30	60



7-11 лет Б-25,81 Ж-21,15 У-90,52  
Ккал-664,72  
12-18 лет Б-31 Ж-26,16 У-112,35  
Ккал-819,7

## ОБЕД

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Икра кабачковая	60	100
Суп из овощей	250	250
Котлеты рыбные любительские	90	120
Картофель отварной	150	180
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб бородинский	80	100
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-27,89 Ж- 21,84 У-124,22  
Ккал-809,3  
12-18 лет Б-31,56 Ж-25,74 У-141,37  
Ккал-929

## ПОЛДНИК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Ряженка	200	200
Печенье	25	25



7-11 лет Б-7,7 Ж-7,5 У-27 Ккал- 206  
12-18 лет Б-7,7 Ж-7,5 У-27 Ккал- 206

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Рыба тушеная в томате с овощами	150	150
Картофельное пюре	150	180
Чай с лимоном	200	200
Хлеб пшеничный	50	50



7-11 лет Б-21,62 Ж-16,09 У-67,05  
Ккал- 522,5  
12-18 лет Б-22,25 Ж-17,74 У-71,4  
Ккал- 560,5

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Зеленый горошек с то	60	100
Борщ с капустой и картофелем	250	250
Язык отварной в соусе	90	100
Каша пшеничная	150	180
Хлеб бородинский	80	100
Сок фруктовый	200	200
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-36,05 Ж-30,6 У-115,43  
Ккал-890,9  
12-18 лет Б-40,43 Ж-33,06 У-137,05  
Ккал-1018,5

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Кисель из клубники	200	200
Сырники из творога с сгущенным молоком	150/15	180/20



7-11 лет Б-22,92 Ж-18,68 У-52,85  
Ккал- 488,3  
12-18 лет Б-34,32 Ж-25,08 У-92,2  
Ккал- 743,6



**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Капуста тушеная	60	100
Птица отварная	100	120
Каша пшеничная	150	180
Чай с сахаром	200	200
Хлеб пшеничный	50	50



7-11 лет Б-28,4 Ж-21,84 У-89,84  
Ккал-696  
12-18 лет Б -30,6 Ж -25,04 У-98,1  
Ккал-779,3

**ОБЕД**

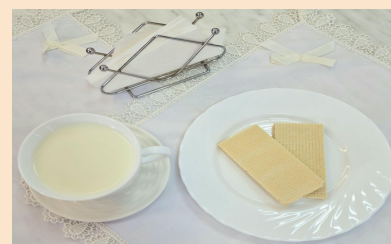
Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Салат из соленых огурцов	60	100
Суп картофельный с макаронами	250	250
Оладьи из печени	100	100
Пюре картофельное	150	180
Кисель из клубники	200	200
Хлеб бородинский	80	100
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-30,89 Ж-32,43 У-107,9  
Ккал-882,7  
12-18 лет Б-33,25 Ж-36,43 У-124,47  
Ккал-985,5

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 11 лет и старше (гр.)
Молоко кипяченое	200	200
Вафли	25	25



7-11 лет Б-9,8 Ж-5,25 У-21,1  
Ккал-191  
12-18 лет Б-9,8 Ж-5,25 У-21,1  
Ккал-191

## Среда

## ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Зеленый горошек	30	100
Сельдь с луком	80	110
Картофель тушеный	150	180
Чай с лимоном	200	200
Хлеб пшеничный	50	50



7-11 лет Б-14,62 Ж-21,76 У-63,74  
Ккал-478,5  
12-18 лет Б-21,27 Ж-27,92 У-85,68  
Ккал-643,3

## ОБЕД

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Салат из квашеной капусты	60	100
Борщ с картофелем	250	250
Гуляш из говядины	90	100
Макароны отварные	150	180
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб бородинский	80	100



7-11 лет Б-29,35 Ж-21,76 У-126,34  
Ккал-819,02  
12-18 лет Б-32,53 Ж-25,16 У-144,02  
Ккал-933,9

Свежие фрукты	100	100
---------------	-----	-----

## ПОЛДНИК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Кефир	200	200
Запеканка из творога со сметаной	150/15	180/15



7-11 лет Б-28,3 Ж-24,95 У-28,55  
Ккал-458,5  
12-18 лет Б-32,8 Ж-28,94 У-32,66  
Ккал-530,2

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Кукуруза сладкая	60	100
Птица запеченная	100	100
Каша гречневая	150	180
Какао с молоком	200	200
Хлеб пшеничный	30	50



7-11 лет Б-28,68 Ж-28,52 У-97,98  
Ккал-766,5  
12-18 лет Б-40,6 Ж-38,36 У-121,5  
Ккал-998,4

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (г.)	Выход с 12 лет и старше (г.)
Соленый огурец	60	100
Суп картофельный с пшеном	250	250
Котлеты из говядины	100	100
Картофель отварной	150	180
Чай с сахаром	200	200
Хлеб бородинский	80	100
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-28,06 Ж-22,95 У-112,57  
Ккал-775,9  
12-18 лет Б-30,33 Ж-24,16 У-126,07  
Ккал-850

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Сок фруктовый	200	200
Сосиска в тесте	100	100



7-11 лет Б-10,6 Ж-13,84 У-47,1  
Ккал-355,8  
12-18 лет Б-10,6 Ж-13,84 У-47,1  
Ккал-355,8

## ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Каша молочная геркулесовая	250	250
Сыр порциями	30	30
Какао с молоком	200	200
Масло порциями	10	10
Яйцо вареное	1	1
Хлеб пшеничный	30	50



7-11 лет Б-22,64 Ж-30,57 У- 76,6  
Ккал-669,2  
12-18 лет Б-27,62 Ж-35,2 У-86,4  
Ккал-770,7

## ОБЕД

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Икра кабачковая	60	100
Борщ с фасолью и картофелем	250	250
Рыба тушеная в томате с овощами	100	150
Рис отварной	150	180
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб бородинский	80	100
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-24,24 Ж-19,88 У-127,78  
Ккал-801,2  
12-18 лет Б-31,7 Ж-26,2 У-148,66  
Ккал-972,1

## ПОЛДНИК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Ряженка	200	200
Печенье	25	25



7-11 лет Б-7,7 Ж-7,5 У-27 Ккал-206  
12-18 лет Б-7,7 Ж-7,5 У-27 Ккал-206



## ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 11 лет и старше (гр.)
Кабачковая икра	60	100
Птица запеченная	90	100
Рис отварной	150	180
Кофейный напиток	200	200
Хлеб пшеничный	40	50



7-11 лет Б-26,67 Ж-24,45 У-94,12  
Ккал-707,3  
12-18 лет Б-29,8 Ж-29,08 У-104,96  
Ккал- 805,6

## ОБЕД

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 11 лет и старше (гр.)
Салат из соленых огурцов	60	100
Суп гороховый с картофелем	250	250
Поджарка из говядины	90	100
Макароньы отварные	150	180
Компот из сухофруктов	200	200
Свежие фрукты	100	100
Хлеб бородинский	80	100



7-11 лет Б-41,08 Ж-27,46 У-122,4  
Ккал-903,9  
12-18 лет Б-46,45 Ж-32,25 У-141,17  
Ккал-1032,1

## ПОЛДНИК

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (г.)	Выход с 11 лет и старше (г.)
Кефир	200	200
Вафли	25	25



7-11 лет Б-9,8 Ж-5,25 У-19,5  
Ккал-184  
12-18 лет Б-9,8 Ж-5,25 У-19,5  
Ккал-184

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Омлет натуральный	110	110
Кабачковая икра	100	110
Бутерброд с сыром	35	35
Кофейный напиток	200	200



7-11 лет Б-17,5 Ж-30,6 У-42,7  
Ккал-521  
12-18 лет Б-17,5 Ж-30,6 У-42,7  
Ккал-521

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Кукуруза сладкая	60	100
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	250
Плов по-узбекски	150	200
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб бородинский	80	100
Свежие фрукты	100	100



7-11 лет Б-20,95 Ж-23,01 У-124,32  
Ккал-792,1  
12-18 лет Б-27,83 Ж-30,36  
У-151,67 Ккал-997,6

**ПОЛДНИК**

Наименование блюда	Выход с 7 до 11 лет (гр.)	Выход с 12 лет и старше (гр.)
Ряженка	200	200
Ватрушка с творогом	75	75



7-11лет- Б -9,8 Ж -7,8 У -45,6  
Ккал- 354  
12-18 лет- Б -9,8 Ж -7,8 У -45,6  
Ккал- 354

