

Бесплатное питание с 7 лет до 11 лет 206,13	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Яблоки	100	40,30	0,4	0,4	9,8	47,0
Каша вязкая молочная ячневая	150/7	29,51	5,4	2,78	36,6	193,63
Чай с молоком	150/50/15	21,30	1,52	1,35	15,9	81,0
Ватрушка с творогом	75	8,00	8,86	15,28	24,98	272,0
Хлеб пшеничный	50	3,66	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за завтрак			28,89	17,85	91,67	637,89
Обед						
Салат из свеклы отварной	60	8,58	0,84	3,6	4,96	55,68
Суп из овощей на мясном бульоне	200	16,69	1,26	3,98	7,31	76,2
Плов из отварной курицы	210	48,98	17,79	10,98	30,51	320,59
Компот из свежих яблок	200	16,64	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб ржано-пшеничный	60	8,21	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	4,26	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за обед			27,36	19,88	131,45	821,91
Бесплатное питание с 11 лет и старше 202,00						
Завтрак						
Яблоки	100	36,40	0,4	0,4	9,8	47,0
Каша вязкая молочная ячневая	150/7	29,51	5,4	2,78	36,6	193,63
Чай с молоком	150/50/15	21,30	1,52	1,35	15,9	81,0
Ватрушка с творогом	75	8,00	8,86	15,28	24,98	272,0
Хлеб пшеничный	50	3,43	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за завтрак			28,89	17,85	91,67	637,89
Обед						
Салат из свеклы отварной	100	8,58	1,4	6,01	8,26	55,68
Суп из овощей на мясном бульоне	250	16,69	1,58	4,98	9,14	76,2
Плов из отварной курицы	210	48,98	17,79	10,98	30,51	320,59
Компот из свежих яблок	200	16,64	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб ржано-пшеничный	60	8,21	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	4,26	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за обед			28,24	23,29	129,58	878,08

Бесплатное питание с 7 лет до 11 лет 206,13	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Зеленый горошек консервированный	65	12,83	2,01	1,30	4,22	26,13
Омлет натуральный	180	78,44	16,72	29,79	3,16	347,58
Чай с лимоном	200/15/7	6,27	0,13	0,02	15,2	62,0
Хлеб пшеничный	50	5,23	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за завтрак			22,81	31,61	46,73	552,61
Обед						
Икра морковная	60	12,69	4,49	0,06	12,33	54,72
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	23,24	1,75	2,22	12,31	84,8
Рагу из овощей	150	21,85	2,52	15,7	12,28	202,85
Котлета рубленая запеченная с молочным соусом	100	23,51	3,01	7,84	8,86	119,0
Напиток из плодов шиповника	200	13,2	0,67	0,27	20,76	88,2
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,90	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	3,97	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за обед			19,75	27,25	120,33	770,01
Бесплатное питание с 11 лет и старше 202,00	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Зеленый горошек консервированный	100	16,68	2,88	2,72	5,78	59,2
Омлет натуральный	200	70,60	18,57	33,1	3,51	386,2
Чай с лимоном	200/15/7	6,27	0,13	0,02	15,2	62,0
Хлеб пшеничный	50	5,09	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за завтрак			25,53	36,34	48,52	624,3
Обед						
Икра морковная	100	12,69	7,48	0,1	20,55	91,2
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	23,24	2,19	2,78	15,39	106,0
Рагу из овощей	180	21,85	3,02	18,84	14,73	243,42
Котлета рубленая запеченная с молочным соусом	100	23,51	3,01	7,84	8,86	119,0
Напиток из плодов шиповника	200	13,20	0,67	0,27	20,76	88,2
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,90	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	3,97	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за обед			23,68	30,99	134,08	902,66

Бесплатное питание с 7 лет до 11 лет 206,13	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	14,14	1,81	3,81	14,23	98,52
Капа вязкая молочная кукурузная	150/7	29,51	5,4	2,78	36,6	193,63
Сыр (порциями российский)	20	37,82	4,64	5,9	--	72,0
Какао с молоком	200	18,33	4,07	3,54	17,57	118,6
Хлеб пшеничный	50	2,97	3,95	0,50	17,4	116,9
Итого за завтрак			19,87	16,53	85,8	599,65
Обед						
Салат из свежих помидоров	60	14,46	0,66	3,66	2,74	46,62
Рассольник Ленинградский на мясном бульоне	200	21,34	1,61	4,07	9,58	85,8
Жаркое по-домашнему	200	47,92	18,51	20,67	18,94	337,14
Сок виноградный	200	10,73	0,6	0,40	32,6	136,4
Хлеб ржано-пшеничный	60	5,30	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	3,61	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за обед			28,69	29,96	117,65	860,8
Бесплатное питание с 11 лет и старше 202,00	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	13,20	3,02	6,35	23,72	164,2
Капа вязкая молочная ячневая	210	29,51	7,31	10,98	39,2	286,0
Сыр (порциями российский)	20	21,02	4,64	5,9	--	72,0
Масло (порциями ,сливочное)	10	12,60	0,08	7,25	0,19	66,0
Какао с молоком	200	18,33	4,07	3,54	17,57	118,6
Хлеб пшеничный	50	3,98	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за завтрак			18,35	21,37	97,89	685,7
Обед						
Салат из свежих помидоров	100	14,46	1,1	6,1	4,57	77,7
Рассольник Ленинградский на мясном бульоне	250	21,34	2,01	5,09	11,98	107,25
Жаркое по-домашнему	250	47,92	23,13	25,83	23,67	421,42
Сок виноградный	200	10,73	0,6	0,40	32,6	136,4
Хлеб ржано-пшеничный	60	5,30	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	3,61	3,95	0,50	24,15	116,9
Итого за обед			34,15	38,58	126,61	997,61

Бесплатное питание с 7 лет до 11 лет 206,13	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Салат из свёклы с курагой и изюмом	60	13,20	1,11	3,62	10,83	80,4
Макаронны отварные с сыром	200	43,93	13,53	15,91	34,1	334,4
Чай с молоком, сахаром	150/50/15	8,00	1,52	1,35	15,9	81,0
Яблоки	100	35,10	0,4	0,4	9,8	47,0
Хлеб пшеничный	50	2,54	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за завтрак			20,51	21,78	94,78	659,7
Обед						
Салат из овощей (капуста белокочанная)	60	12,24	1,71	4,47	1,83	54,42
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	12,59	2,05	2,22	12,55	87,2
Картофельное пюре	150	25,97	3,06	4,8	20,43	137,25
Рулет с луком и яйцом	100	32,79	12,02	9,76	9,26	173
Компот из смеси сухофруктов	200	8,84	0,66	0,09	32,01	132,8
Хлеб ржано-пшеничный	60	6,11	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	4,82	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за обед			26,81	22,5	129,87	839,51
Бесплатное питание с 11 лет и старше 202,00	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Салат из свёклы с курагой и изюмом	100	7,70	1,85	6,03	18,05	134,0
Макаронны отварные с сыром	200	43,93	13,53	15,91	34,1	334,4
Чай с молоком, сахаром	150/50/15	8,00	1,52	1,35	15,9	81,0
Яблоки	100	35,10	0,4	0,4	9,8	47,0
Хлеб пшеничный	50	3,91	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за завтрак			21,25	24,19	102,0	713,3
Обед						
Салат из овощей (капуста белокочанная)	100	12,24	2,85	7,46	3,05	90,7
Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	12,59	2,56	2,77	15,68	109,0
Картофельное пюре	180	25,97	3,67	5,76	24,51	164,7
Рулет с луком яйцом	100	32,79	12,02	9,76	9,26	173,0
Компот из смеси сухофруктов	200	8,84	0,66	0,09	32,01	132,8
Хлеб ржано-пшеничный	60	6,11	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	4,82	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за обед			29,07	27,0	138,3	925,04

Бесплатное питание с 7 лет до 11 лет 206,13	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Кукуруза сахарная консервированная	60	6,40	1,62	1,39	3,24	31,99
Омлет натур с морковью	150	55,84	12,73	23,56	4,63	281,53
Чай с лимоном	200/15/7	6,27	0,13	0,02	15,2	62,0
Яблоки	100	29,90	0,4	0,4	9,8	47,0
Хлеб пшеничный	50	4,36	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за завтрак			18,83	25,87	57,02	539,42
Обед						
Салат из овощей (капуста белокочанная)	60	4,20	1,71	4,47	1,83	54,42
Суп картофельный с куриным филе	200/10	16,50	1,87	2,26	13,49	91,2
Рыба отварная с маслом	200	35,76	34,28	14,83	1,63	276,37
Картофельное пюре	150	25,97	3,06	4,80	20,43	137,25
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	10,73	0,31	--	39,4	160,0
Хлеб ржано-пшеничный	60	5,46	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	4,74	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за обед		103,12	48,54	27,52	130,57	974,08
Бесплатное питание с 11 лет и старше 202,00						
Завтрак						
Кукуруза сахарная консервированная	100	6,40	2,05	2,91	9,8	736
Омлет натур с морковью	200	55,84	16,98	31,41	6,18	375,38
Чай с лимоном	200/15/7	6,27	0,13	0,02	15,2	62,0
Яблоки	100	26,00	0,4	0,4	9,8	47,0
Хлеб пшеничный	50	4,13	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за завтрак			23,51	34,06	56,33	674,88
Обед						
Салат из овощей (капуста белокочанная)	100	4,20	2,85	7,46	3,05	90,7
Суп картофельный с куриным филе	250/10	16,50	1,87	2,26	13,49	91,2
Рыба отварная с маслом	200	35,76	34,28	14,83	1,63	276,37
Картофельное пюре	180	25,97	3,67	5,76	24,51	164,7
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	10,73	0,31	--	39,4	160,0
Хлеб ржано-пшеничный	60	5,46	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	4,74	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за обед			50,29	31,46	135,87	1037,81

Бесплатное питание с 7 лет до 11 лет 206,13	выход	цена	Б	Ж	У	К/Кал
Завтрак						
Яблоко	100	28,60	0,4	0,4	9,8	47,0
Пудинг из творога с соусом	150	67,84	15,45	13,05	26,7	286,87
Чай с сахаром	200/15	3,75	0,07	0,02	15,0	60,0
Хлеб пшеничный	50	2,58	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за завтрак			19,87	13,97	75,65	510,77
Обед						
Салат из отварной свёклы	60	8,57	0,84	3,6	4,96	55,68
Суп крестьянский на мясном бульоне	200	9,73	1,18	3,92	4,87	61,0
Птица отварная	100/10	42,77	23,48	25,82	0,48	328,0
Картофельное пюре	150	25,97	3,06	4,8	20,43	137,25
Сок томатный	200	13,20	2,0	0,2	5,8	33,0
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,56	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	1,56	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за обед			37,87	39,5	90,33	869,77
Бесплатное питание с 11 лет и старше 202,00						
Завтрак						
Яблоко	100	20,80	0,4	0,4	9,8	47,0
Пудинг из творога с соусом	200	67,00	20,6	17,04	35,6	382,49
Чай с сахаром	200/15	3,75	0,07	0,02	15,0	60,0
Хлеб пшеничный	50	2,54	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за завтрак			25,02	18,32	136,31	606,39
Обед						
Салат из отварной свёклы	100	8,57	1,4	6,0	8,26	92,8
Суп крестьянский на мясном бульоне	250	9,73	1,48	4,91	6,09	76,25
Птица отварная	100/10	42,77	23,48	25,82	0,48	328,0
Картофельное пюре	180	25,97	3,67	5,76	24,51	164,7
Сок томатный	200	13,20	2,0	0,2	5,8	33,0
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,56	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный	50	1,56	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого за обед			39,34	43,67	98,93	949,59