

1 неделя							
№	Наименование	6/7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
<b>Понедельник</b>							
	Вереница с вареной рыбой со сливочным маслом	150/5	345	200/5	405.2	200/5	466
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Чай черный сладкий	200	13.5	200	13.5	200	13.5
	Фрукт	100	52	100	52	100	52
<b>Вторник</b>							
	Тефтели говядины (духовка) с соусом	70/30	194	80/30	208	90/30	218
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	92	130	120	150	138
	Чай с молоком	200	19	200	19	200	19
	Бутерброд с сыром	20/5	68	20/5	68	20/5	68
<b>Среда</b>							
	Суп с вермишелью с мясом курицы	200/20	170	200/20	170	200/20	170
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Суфле	60	72	60	72	60	72
	Сок фруктовый	200	92	200	92	200	92
<b>Четверг</b>							
	Рыба (минтай) духовка с соусом	70/30	63	80/30	71	100/30	86
	Гарнир: рис	100	325	100	325	100	325
	Салат из свежих овощей на растительном масле	60	31	70	36	80	41
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Кисель плодово-ягодный	200	92	200	92	200	92
<b>Пятница</b>							
	Жаркое из мяса курицы	200	178.8	230	206	250	224
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Питьевый напиток	100	212	120	244	140	278

2 неделя							
№	Наименование	6/7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
<b>Понедельник</b>							
	Колбаса говяжья (духовка) с соусом	80/30	141	90/30	158	100/30	174
	Гарнир: макароны отварные	100	112	120	135	130	146
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Чай черный сладкий с медом	200	13.5	200	13.5	200	13.5
	Мед	20	33	30	33	30	33
<b>Вторник</b>							
	Суп лапша с мясом курицы	200/20	170	230/20	196	250/20	213
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Фрукт	100	52	100	52	100	52
	Кисель на молоке	200	213	200	213	200	213
<b>Среда</b>							
	Пилов из мяса говядины	200	295	220	346	240	398
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Компот	200	92	200	92	200	92
<b>Четверг</b>							
	Биточки говяжьи (духовка) с соусом	70/30	63	80/30	71	100/30	86
	Гарнир: картофельное пюре	100	81.7	120	107	130	123
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Салат из свежих овощей (салат, перец, помидор) на растительном масле	60	31	70	36	80	41
	Чай черный с лимоном	200	13.5	200	13.5	200	13.5
<b>Пятница</b>							
	Борщ с мясом курицы	200/20	107.8	230/20	124	250/20	135
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Чай с молоком	200	19	200	19	200	19
	Компотированное яблоко	100	212	120	244	140	278

3 неделя							
№	Наименование	6/7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
<b>Понедельник</b>							
	Пельмени из мяса говядины	200	584	230	672	250	730
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Чай черный сладкий с медом	200	20	200	20	200	20
<b>Вторник</b>							
	Биточки говяжьи (духовка) с соусом	70/30	194	80/30	208	90/30	218
	гарнир: макароны	100	112	120	135	130	146
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Кисель плодово-ягодный	100	112	120	135	130	146
<b>Среда</b>							
	Суп "Харчо" из мяса курицы	200/20	170	230/20	196	250/20	213
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Салат овощной на растительном масле	60	31	70	36	80	41
	Чай черный с лимоном	200	13.5	200	13.5	200	13.5
<b>Четверг</b>							
	Рыба (минтай) духовка с соусом	70/30	63	80/30	71	100/30	86
	Гарнир: рис	100	325	100	325	100	325
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Компот	200	92	200	92	200	92
	Фрукт	100	52	100	52	100	52
<b>Пятница</b>							
	Гуляш из мяса курицы	80/30	67	90/30	75	100/30	83.1
	Гарнир: картофельное пюре	100	81.7	120	107	130	123
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Питьевый напиток	100	212	120	244	140	278

4 неделя							
№	Наименование	6/7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
<b>Понедельник</b>							
	Сосиски говяжьи (духовка) с соусом	80/30	141	90/30	158	100/30	174
	Гарнир: макароны отварные	100	112	120	135	130	146
	Овощная нарезка	60	31	70	36	80	41
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Компот	200	92	200	92	200	92
<b>Вторник</b>							
	Курица тушенная с соусом	70/30	285	80/30	314	90/30	342
	гарнир: картофельное пюре	100	81.7	120	107	130	123
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Чай черный сладкий	200	13.5	200	13.5	200	13.5
	Компотированное яблоко	100	212	120	244	140	278
<b>Среда</b>							
	Рассольник с мясом курицы	200/20	98	230/20	112	250/20	121
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Кисель	200	92	200	92	200	92
	Фрукт	100	52	100	52	100	52
<b>Четверг</b>							
	Тефтели говяжьи (духовка) с соусом	70/30	194	80/30	208	90/30	218
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	92	130	120	150	138
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Компот	200	92	200	92	200	92
<b>Пятница</b>							
	Вереница с вареной рыбой со сливочным маслом	150/5	345	200/5	405.2	200/5	466
	Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
	Кобейный напиток	200	120	200	120	200	120
	Суфле	60	72	60	72	60	72