

Примерное меню								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 1 статьи 14.1 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 6 до 10 лет включительно)								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ, г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (35%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
1 ДЕНЬ								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	9,16	8,24	1,95	122,06	40,80	14,28	55,08
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	145	4,33	2,40	25,79	143,15	7,95	2,78	10,73
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,42	0,50	1,92
ИТОГО:		15,34	10,77	66,94	428,41	60,56	21,20	81,76
2 ДЕНЬ								
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	70/30	10,92	18,00	16,27	270,13	29,66	10,38	40,04
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	160	3,00	3,57	6,20	129,45	25,09	8,78	33,87
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,39	0,49	1,88
ИТОГО:		15,71	21,70	48,47	509,78	60,56	21,20	81,76
3 ДЕНЬ								
ЗРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	90	12,00	10,02	13,25	246,38	31,05	10,87	41,92
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	150	6,85	4,99	33,14	233,49	15,81	5,54	21,35
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,74	0,61	2,35
ИТОГО:		21,24	18,80	87,86	659,37	60,56	21,20	81,76
4 ДЕНЬ								
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	21,30	20,60	4,80	291,10	27,10	9,48	36,58
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,21	5,27	19,22	137,13	21,13	7,40	28,53
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,18	13,50	61,02	1,94	0,68	2,62
ИТОГО:		26,88	26,05	72,02	628,45	60,56	21,20	81,76
5 ДЕНЬ								
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100	16,20	12,90	6,30	208,10	42,73	14,96	57,69
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	4,30	5,70	47,20	243,00	11,14	3,90	15,04
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,27	0,79	3,06
ИТОГО:		23,21	18,81	85,50	588,42	60,56	21,20	81,76
6 ДЕНЬ								
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	240	17,10	7,80	21,00	223,00	57,58	20,16	77,74
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,37	0,48	1,85
ИТОГО:		18,73	7,93	46,00	328,20	60,56	21,20	81,76
7 ДЕНЬ								
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250	16,38	14,62	38,32	448,41	48,35	16,92	65,27
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,82	0,64	2,46
ИТОГО:		18,67	14,79	85,82	646,37	60,56	21,20	81,76
8 ДЕНЬ								
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	215	9,21	17,29	1,50	473,71	56,84	19,90	76,74
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		11,61	17,49	31,50	601,51	60,56	21,20	81,76

9 ДЕНЬ								
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	75/30	8,03	13,98	13,38	210,38	39,93	13,97	53,90
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	140	6,85	4,99	33,14	217,92	14,76	5,17	19,93
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,61	0,14	10,50	47,46	1,45	0,51	1,96
ИТОГО:		16,75	19,11	73,02	540,76	60,56	21,20	81,76
10 ДЕНЬ								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	90	9,16	8,24	1,95	122,06	36,72	12,86	49,58
ЩОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	5,10	18,60	132,70	20,45	7,16	27,61
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ИТОГО:		14,28	13,51	48,05	371,26	60,56	21,20	81,76
11 ДЕНЬ								
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	95	16,20	12,90	6,30	208,10	40,59	14,21	54,80
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	145	4,33	2,40	25,79	143,15	7,95	2,78	10,73
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,62	0,57	2,19
ИТОГО:		22,59	15,45	78,09	542,43	60,56	21,20	81,76
12 ДЕНЬ								
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	240	17,10	7,80	21,00	223,00	57,58	20,16	77,74
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,37	0,48	1,85
ИТОГО:		18,73	7,93	46,00	328,20	60,56	21,20	81,76

Примерное меню								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 1 статьи 14.1 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 11 до 13 лет включительно)								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (35%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
1 ДЕНЬ								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	120	9,16	8,24	1,95	122,06	48,96	17,14	66,10
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	170	4,33	2,40	25,79	143,15	9,33	3,26	12,59
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,75	0,61	2,36
ИТОГО:		15,73	10,81	69,44	439,71	70,43	24,65	95,08
2 ДЕНЬ								
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	90/50	10,92	18,00	16,27	270,13	39,31	13,76	53,07
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	160	3,00	3,57	6,20	129,45	25,09	8,78	33,87
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,61	0,56	2,17
ИТОГО:		15,94	21,72	49,97	516,56	70,43	24,65	95,08
3 ДЕНЬ								
ЭРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	100	12,00	10,02	13,25	246,38	34,50	12,08	46,58
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	280,18	18,98	6,64	25,62
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	0,05	5,79	0,11	52,80	7,32	2,56	9,88
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,25	0,79	3,04
ИТОГО:		21,79	21,02	91,40	741,68	70,43	24,65	95,08
4 ДЕНЬ								
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	110	21,30	20,60	4,80	291,10	33,12	11,59	44,71
ЩОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,72	6,12	22,32	159,24	24,54	8,59	33,13
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,53	0,22	16,50	74,58	2,38	0,83	3,21
ИТОГО:		19,17	26,29	96,51	664,12	70,43	24,65	95,08
5 ДЕНЬ								
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	120	16,20	12,90	6,30	208,10	51,28	17,95	69,22
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	170	4,30	5,70	47,20	243,00	12,62	4,42	17,04
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		23,06	18,80	84,50	583,90	70,43	24,65	95,08
6 ДЕНЬ								
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	280	17,10	7,80	21,00	223,00	67,17	23,51	90,68
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,65	0,58	2,23
ИТОГО:		18,96	7,95	47,50	334,98	70,43	24,65	95,08
7 ДЕНЬ								
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	300	16,38	14,62	38,32	448,41	58,02	20,31	78,33
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	2,02	0,71	2,73
ИТОГО:		18,83	14,81	86,82	650,89	70,43	24,65	95,08
8 ДЕНЬ								
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	255	9,21	17,29	1,50	561,84	67,41	23,60	91,01
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,41	0,49	1,90
ИТОГО:		10,84	17,42	26,50	667,04	70,43	24,65	95,08
9 ДЕНЬ								
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	85/50	8,03	13,98	13,38	210,38	46,90	16,41	63,31
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	165	6,85	4,99	33,14	256,83	17,40	6,09	23,48
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,72	0,60	2,32
ИТОГО:		16,98	19,13	74,52	586,45	70,43	24,65	95,08
10 ДЕНЬ								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	105	9,16	8,24	1,95	122,06	42,84	15,00	57,84
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	175	3,62	5,95	21,70	154,82	23,86	8,35	32,21
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,12	0,74	2,86
ИТОГО:		15,18	14,39	53,65	404,68	70,43	24,65	95,08
11 ДЕНЬ								
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ТИЦЫ	115	16,20	12,90	6,30	208,10	49,14	17,20	66,34
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	170	4,33	2,40	25,79	143,15	9,33	3,26	12,59
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,57	0,55	2,12
ИТОГО:		22,52	15,45	77,59	540,17	70,43	24,65	95,08
12 ДЕНЬ								
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	280	17,10	7,80	21,00	223,00	67,17	23,51	90,68
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,65	0,58	2,23
ИТОГО:		18,96	7,95	47,50	334,98	70,43	24,65	95,08
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 1 статьи 14.1 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 6 до 10 лет включительно)								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ, г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (35%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
1 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	90	1,10	6,10	6,90	87,00	14,41	5,04	19,45
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	5,01	4,39	7,76	120,90	8,17	2,86	11,03
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	110	9,16	8,24	1,95	122,06	44,88	15,71	60,59
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	4,33	2,40	25,79	143,15	8,78	3,07	11,85
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		46,35	59,75	245,60	1717,40	90,86	31,80	122,66
2 ДЕНЬ								

ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60	1,30	8,50	9,63	125,27	8,01	2,80	10,81
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,60	3,79	0,72	76,56	14,19	4,97	19,16
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	75/30	10,92	18,00	16,27	270,13	31,56	11,05	42,61
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	150	3,00	3,57	6,20	129,45	23,52	8,23	31,75
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,59	0,56	2,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,59	0,56	2,15
ИТОГО:		28,44	30,96	126,80	858,20	90,86	31,80	122,66
3 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	75	3,00	9,90	19,60	179,50	13,06	4,57	17,63
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,71	3,91	3,57	83,60	11,97	4,19	16,16
ЗРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	95	12,00	10,02	13,25	246,38	32,78	11,47	44,25
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	160	6,85	4,99	33,14	233,49	16,87	5,90	22,77
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,12	0,74	2,86
ИТОГО:		17,84	21,00	98,90	627,20	90,86	31,80	122,66
4 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	1,50	10,10	11,70	143,70	12,04	4,21	16,25
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	200/5	4,20	5,20	23,20	154,80	13,84	4,84	18,68
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	21,30	20,60	4,80	291,10	30,11	10,54	40,65
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,21	5,27	19,22	137,13	21,13	7,40	28,53
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,67	0,58	2,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,68	0,59	2,27
ИТОГО:		22,76	26,04	116,90	792,90	90,86	31,80	122,66
5 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60	1,30	8,50	9,63	125,27	8,01	2,80	10,81
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,16	7,52	8,16	114,00	11,85	4,15	16,00
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	95	13,69	6,11	4,75	130,00	40,59	14,21	54,80
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,64	4,33	37,36	206,00	11,14	3,90	15,04
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,52	0,53	2,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,53	0,54	2,07
ИТОГО:		19,18	24,24	146,60	741,76	90,86	31,80	122,66
6 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	0,60	0,10	2,30	13,00	10,01	3,50	13,51
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	200	2,60	5,50	13,40	113,80	6,89	2,41	9,30
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	260	17,10	7,80	21,00	223,00	62,37	21,83	84,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,10	0,74	2,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		25,34	13,80	95,60	575,40	90,86	31,80	122,66
7 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	80	1,10	6,10	6,90	87,00	12,81	4,48	17,29
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	5,76	7,39	19,90	178,50	8,17	2,86	11,03
ЩОУ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250	19,40	16,13	1,00	386,00	48,35	16,92	65,27
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,65	0,93	3,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,65	0,93	3,58
ИТОГО:		32,07	30,11	81,71	880,53	90,86	31,80	122,66

8 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	65	0,60	0,10	2,30	13,00	10,55	3,69	14,25
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,59	3,80	0,69	69,95	11,21	3,92	15,13
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	220	10,29	9,97	10,30	354,00	58,16	20,35	78,51
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,00	21,78	85,68	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ИТОГО:		16,77	14,20	60,07	635,63	90,86	31,80	122,66
9 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	70	1,30	8,50	9,63	125,27	9,35	3,27	12,62
СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУПОЙ	200	2,68	4,19	2,66	80,22	7,52	2,63	10,16
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	90/50	8,03	13,98	13,38	210,38	49,35	17,27	66,63
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	150	6,85	4,99	33,14	217,92	15,81	5,54	21,35
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,20	0,77	2,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,20	0,77	2,97
ИТОГО:		23,87	32,07	105,81	838,91	90,86	31,80	122,66
10 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,28	1,55	2,51	26,27	3,16	1,11	4,26
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	200	4,20	4,70	15,28	123,48	21,78	7,62	29,41
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	90	15,40	6,40	3,70	134,00	36,72	12,85	49,57
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,12	4,68	12,78	133,00	19,09	6,68	25,77
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,08	0,00	21,80	87,60	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,36	0,48	1,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,37	0,48	1,85
ИТОГО:		26,15	17,60	76,07	594,75	90,86	31,80	122,66
11 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	60	1,51	2,61	0,00	45,20	11,66	4,08	15,75
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,71	3,91	3,57	83,60	11,97	4,19	16,16
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	105	18,67	8,33	6,48	177,27	44,87	15,70	60,57
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,61	2,00	21,49	119,29	8,23	2,88	11,11
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,87	0,65	2,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,87	0,65	2,52
ИТОГО:		29,81	17,20	86,74	660,88	90,86	31,80	122,66
12 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	0,60	0,10	2,30	13,00	10,01	3,50	13,51
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	200	2,60	5,50	13,40	113,80	6,89	2,41	9,30
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	260	17,10	7,80	21,00	223,00	62,37	21,83	84,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,10	0,74	2,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		25,34	13,80	95,60	575,40	90,86	31,80	122,66
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 1 статьи 14.1 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 11 до 13 лет включительно)								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ, г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (35%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
1 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,01	4,39	7,76	120,90	10,22	3,58	13,79
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	130	9,16	8,24	1,95	122,06	53,04	18,56	71,60

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	4,33	2,40	25,79	143,15	9,87	3,46	13,33
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,24	0,78	3,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,25	0,79	3,04
ИТОГО:		24,81	21,56	108,90	756,95	105,62	36,97	142,59
2 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,60	3,79	0,72	76,56	17,31	6,06	23,37
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	85/30	10,92	18,00	16,27	270,13	35,36	12,38	47,73
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	180	3,00	3,57	6,20	129,45	28,22	9,88	38,10
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ИТОГО:		18,21	21,92	82,97	656,30	105,62	36,97	142,59
3 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	3,00	9,90	19,60	179,50	17,41	6,09	23,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
ЭРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	105	12,00	10,02	13,25	246,38	36,23	12,68	48,90
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	233,49	18,98	6,64	25,62
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		29,24	32,89	132,53	1019,65	105,62	36,97	142,59
4 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	100	1,50	10,10	11,70	143,70	17,20	6,02	23,22
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,20	5,20	23,20	154,80	18,59	6,51	25,10
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	21,30	20,60	4,80	291,10	30,11	10,54	40,65
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,21	5,27	19,22	137,13	24,54	8,59	33,13
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ИТОГО:		35,72	41,62	127,42	1019,61	105,62	36,97	142,59
5 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,16	7,52	8,16	114,00	14,38	5,03	19,42
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	13,69	6,11	4,75	130,00	47,00	16,45	63,45
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	3,64	4,33	37,36	206,00	13,37	4,68	18,04
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,99	0,70	2,69
ИТОГО:		25,22	26,83	104,81	763,62	105,62	36,97	142,59
6 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	15,73	5,51	21,24
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59
7 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,76	7,39	19,90	178,50	10,22	3,58	13,79
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	19,40	16,13	1,00	386,00	56,09	19,63	75,72

НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,91	0,25	19,00	85,88	2,74	0,96	3,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	39	2,99	0,26	19,50	88,14	2,75	0,96	3,71
ИТОГО:		32,30	30,13	83,21	887,31	105,62	36,97	142,59
8 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	80	0,60	0,10	2,30	13,00	12,98	4,54	17,52
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,59	3,80	0,69	69,95	15,22	5,33	20,55
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	10,29	9,97	10,30	354,00	66,09	23,13	89,22
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,00	21,78	85,68	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,97	0,69	2,66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ИТОГО:		17,23	14,24	63,07	649,19	105,62	36,97	142,59
9 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	100	1,30	8,50	9,63	125,27	13,35	4,67	18,02
СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУПНОЙ	250	2,68	4,19	2,66	80,22	9,41	3,29	12,70
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	100/50	8,03	13,98	13,38	210,38	54,26	18,99	73,26
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	217,92	18,98	6,64	25,62
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ИТОГО:		24,79	32,15	111,81	866,03	105,62	36,97	142,59
10 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,28	1,55	2,51	26,27	5,26	1,84	7,11
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	250	4,20	4,70	15,28	123,48	27,23	9,53	36,76
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	15,40	6,40	3,70	134,00	40,80	14,28	55,08
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,12	4,68	12,78	133,00	21,82	7,64	29,45
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,08	0,00	21,80	87,60	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,56	0,55	2,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,57	0,55	2,12
ИТОГО:		26,45	17,62	78,07	603,79	105,62	36,97	142,59
11 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	90	1,51	2,61	0,00	45,20	17,50	6,12	23,62
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	18,67	8,33	6,48	177,27	47,00	16,45	63,45
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	3,61	2,00	21,49	119,29	9,87	3,46	13,33
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,29	0,80	3,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,30	0,81	3,11
ИТОГО:		30,73	17,28	92,74	688,00	105,62	36,97	142,59
12 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	45,73	5,51	21,24
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59



/Г.В. Урозаева/



/Л.Г. Носова/