

"Согласовано"

"Согласовано"

Главный технолог

ООО "РБЕ" Авербах Р.М.



**Примерное 21-дневное меню и пищевая ценность используемых блюд на
2026 год для детей школьного возраста, пребывающих в государственных
организациях города Москвы.
Возраст: 12 лет и старше**

Разработано с учетом рекомендаций и требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения и приказа № 228 от 22 марта 2021 г. "Об утверждении Норм питания получателей социальных услуг в государственных организациях социального обслуживания города Москвы"

Отбор: Вид диеты В списке "гр.12-18"

Номер дня				Диеты	Белки, в г.	Жиры, в г.	Углеводы, в г.	Энергетич. ценность, в кКал
Вид приема пищи								
Код	Наименование для печати	Выход	№ р-ры					
День 1					122	110	414	3 138
Завтрак					29	28	89	722
20-00037174	Творог детский порционный	100,00		гр.12-18	8,50	4,50	3,50	89,00
20-00037219	Каша жидкая молочная гречневая	200,00	183	гр.12-18	9,04	9,78	34,56	262,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.12-18	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					36	34	120	927
20-00074433	Салат из капусты б/к с огурцом	100,00	52	гр.12-18	1,30	7,09	3,42	83,00
20-00070093	Суп куриный с вермишелью	250,00	278	гр.12-18	4,05	4,15	12,20	103,00
20-00132731	Язык говяжий отварной со сливочным соусом	75/25	519	гр.12-18	18,40	14,73	5,00	226,00
20-00074315	Картофель, запеченный по-домашнему	180,00	633/В1	гр.12-18	4,64	6,32	37,85	227,00
20-00106022	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	200,00	820	гр.12-18	0,44		19,58	80,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					12	9	35	266
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.12-18	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00097956	Средиземноморская пицца с курицей и сыром	80,00	1087	гр.12-18	11,06	8,39	25,64	222,00
Ужин					37	32	139	990
20-00043395	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	100,00	40	гр.12-18	1,06	10,12	3,70	110,00
20-00071299	Фишболы	140,00	471	гр.12-18	23,94	5,77	25,83	251,00
20-00097678	Ризотто	180,00	630/В1	гр.12-18	4,07	14,94	40,05	311,00
20-00063718	Кисель из вишни	200,00	786	гр.12-18	0,20	0,04	27,30	110,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 2					108	108	331	2 735
Завтрак					20	33	67	642
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.12-18	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031578	Каша жидкая пшенная молочная	200,00	233	гр.12-18	5,32	7,98	23,04	186,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					39	35	86	820
20-00052750	Салат Зимний	100,00	63	гр.12-18	2,07	8,81	8,59	122,00
20-00126192	Суп с рыбными консервами	250,00	95	гр.12-18	2,13	3,48	17,00	108,00
20-00063707	Люля-кебаб из говядины	100,00	540	гр.12-18	24,18	17,95	1,07	263,00
20-00133015	Ассорти из печеных овощей (кабач,перец,цветная,морковь,фасоль)	180,00		гр.12-18	2,99	3,55	9,88	83,00
20-00126566	Отвар шиповника без сахара	200,00	129	гр.12-18	0,54	0,22	7,72	36,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00

20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					10	11	59	377
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00079564	Печенье сахарное	40,00	12.21	гр.12-18	2,96	3,76	29,24	163,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.12-18	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					37	29	98	802
20-00038509	Салат зеленый с помидорами	100,00	570	гр.12-18	1,08	8,18	3,18	91,00
20-00132666	Куриное фрикассе в сливочном соусе	150,00	8526	гр.12-18	27,24	11,78	7,83	246,00
20-00123142	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	180,00	641/В1	гр.12-18	3,83	8,19	30,89	212,00
20-00112751	Кисель из клюквы	200,00	786	гр.12-18	0,08	0,04	25,36	102,00
20-00110564	Хлеб пшеничный	15,00	480	гр.12-18	1,29	0,21	6,77	34,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин								
20-00128069	Ряженка 2,5%	220,00	386	гр.12-18				
День 3					118	123	417	3 254
Завтрак					31	48	89	911
20-00126543	Сыр	50,00	13	гр.12-18	11,60	14,75		179,00
20-00043616	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	200,00	228	гр.12-18	8,42	11,78	31,46	266,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128077	Напиток кофейный на молоке	210,00	433	гр.12-18	3,65	3,76	21,42	134,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					33	44	138	1 083
20-00047854	Салат витаминный (б/к кап, гор, морк, пер, лук зел)	100,00	49 2 в	гр.12-18	1,59	6,07	9,62	99,00
20-00037269	Суп-пюре из разных овощей	250,00	46	гр.12-18	4,03	6,65	20,10	158,00
20-00043224	Котлеты домашние	100,00	456	гр.12-18	14,47	20,61	11,27	288,00
20-00132684	Паста "Пенне" с овощами и томатом	180,00	400	гр.12-18	5,38	5,99	36,09	220,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.12-18	0,10		17,50	70,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.12-18	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.12-18	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					3	1	26	129
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.12-18	0,72	0,36	7,29	35,00
20-00127986	Булочка Школьная	30,00	425, 405	гр.12-18	2,49	0,95	18,39	92,00
Ужин					42	22	133	898
20-00051060	Салат из капусты пекинской и свежих огурцов	100,00	5 м	гр.12-18	1,16	6,15	2,01	68,00
20-00132830	Наггетсы рыбные	150,00	595	гр.12-18	27,33	8,18	22,05	272,00
20-00073463	Картофель по-деревенски	180,00	646/В1	гр.12-18	5,22	6,44	42,55	248,00
20-00112842	Кисель абрикосовый	200,00	784	гр.12-18	1,04	0,06	24,18	102,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 4					141	125	415	3 357
Завтрак					41	33	84	797
20-00127949	Пудинг творожный запеченный	230,00	5.16	гр.12-18	33,47	21,92	36,20	476,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00

20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00126414	Соус ванильный	30,00	675/В1	гр.12-18	0,58	1,48	4,54	34,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					50	36	141	1 087
20-00038000	Салат из картофеля с огурцами	100,00	24	гр.12-18	1,74	4,32	12,98	98,00
20-00126217	Суп картофельный с горохом и мясом	270,00	102	гр.12-18	9,67	11,34	27,19	248,00
20-00132717	Чиполлетти из курицы	150,00	621	гр.12-18	23,76	15,44	22,77	326,00
20-00126174	Овощи запеченные	180,00	315	гр.12-18	5,06	3,58	13,14	104,00
20-00012565	Компот из яблок	200,00	409	гр.12-18	0,16	0,16	13,90	58,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.12-18	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					8	8	45	284
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.12-18	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.12-18	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					36	41	113	971
20-00038509	Салат зеленый с помидорами	100,00	570	гр.12-18	1,08	8,18	3,18	91,00
20-00074039	Плов мясной	240,00	509	гр.12-18	26,04	28,15	44,81	538,00
20-00072523	Рататуй	50,00	335	гр.12-18	0,94	3,63	3,76	52,00
20-00113081	Напиток из плодов сухих (изюм)	200,00	845	гр.12-18	0,42	0,10	19,82	82,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
День 5					109	114	348	2 858
Завтрак					20	32	72	662
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.12-18	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031857	Каша молочная жидкая Дружба	200,00	226	гр.12-18	5,40	7,90	28,24	206,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					46	47	110	1 048
20-00112015	Салат-коктейль из овощей	100,00	165	гр.12-18	1,29	20,17	5,94	210,00
20-00049450	Рассольник ленинградский (рис)	250,00	82	гр.12-18	2,18	5,38	17,28	125,00
20-00132841	Печень тушеная по-таирски (азу)	105/50	17	гр.12-18	28,83	15,13	3,60	267,00
20-00069347	Каша гречневая с луком	180,00	657	гр.12-18	5,92	5,38	26,96	180,00
20-00109033	Компот из клубники и яблок	200,00	489	гр.12-18	0,10	0,10	14,14	58,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					4	2	24	132
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.12-18	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00127988	Булочка с изюмом	30,00	501	гр.12-18	2,35	2,10	14,93	88,00
Ужин					32	24	111	783
20-00133018	Салат "Восторг" из белокочанной капусты	100,00	20 м	гр.12-18	1,23	5,19	11,49	98,00

20-00124414	Рыба, запеченная с луком и сыром (минтай филе)	130,00	451	гр.12-18	18,99	11,26	8,02	209,00
20-00044806	Картофель отварной со сливочным маслом и зеленью	180,00	310	гр.12-18	3,65	5,78	28,85	182,00
20-00041398	Кисель из черной смородины	200,00	418	гр.12-18	0,26	0,10	20,92	86,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 6					119	132	386	3 211
Завтрак					39	46	56	797
20-00126543	Сыр	50,00	13	гр.12-18	11,60	14,75		179,00
20-00037114	Омлет натуральный запеченный	130,00	253	гр.12-18	13,59	16,76	2,56	216,00
20-00086710	Капуста брокколи на пару	80,00	339	гр.12-18	2,70	1,48	1,71	31,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.12-18	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					36	31	117	894
20-00007069	Салат из моркови с маслом растительным	100,00	52	гр.12-18	1,18	7,08	9,27	106,00
20-00069931	Борщ Краснодарский	250,00	211	гр.12-18	2,13	3,48	12,58	90,00
20-00114249	Пельмени отварные с маслом и сметаной	220/5/10	1072	гр.12-18	24,89	19,06	45,64	454,00
20-00126566	Отвар шиповника без сахара	200,00	129	гр.12-18	0,54	0,22	7,72	36,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					11	13	74	461
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.12-18	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.12-18	3,15	1,05	44,10	200,00
Ужин					31	41	117	965
20-00014348	Салат зеленый с огурцами	100,00	34	гр.12-18	0,96	14,12	1,70	138,00
20-00114105	Котлета Особая	100,00	269	гр.12-18	16,67	19,87	15,80	309,00
20-00069484	Макароны отварные с овощами	180,00	400	гр.12-18	5,80	6,05	35,71	220,00
20-00106013	Компот из вишни с/м	200,00	815	гр.12-18	0,18	0,04	22,30	90,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин								
20-00128069	Ряженка 2,5%	220,00	386	гр.12-18				
День 7					121	129	450	3 442
Завтрак					42	32	115	918
20-00126538	Запеканка из творога с яблоком	230,00	428	гр.12-18	31,07	19,25	50,78	501,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128077	Напиток кофейный на молоке	210,00	433	гр.12-18	3,65	3,76	21,42	134,00
20-00109518	Соус клюквенный	50,00	400	гр.12-18	0,03	0,01	6,38	26,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					44	41	169	1 220
20-00080877	Винегрет с фасолью	100,00	26	гр.12-18	1,96	10,20	25,86	203,00
20-00067246	Суп «Чорба» с говядиной	250,00	260	гр.12-18	10,25	12,88	19,08	233,00

20-00071309	Каштаны рыбные с соусом пикантным	190,00	472	гр.12-18	19,40	10,89	20,22	257,00
20-00132746	Рис припущенный / перец сладкий запеченный	160/20	305	гр.12-18	4,28	5,69	42,84	239,00
20-00106022	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	200,00	820	гр.12-18	0,44		19,58	80,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					4	8	33	224
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00003874	Апельсины свежие	200,00	458	гр.12-18	1,80	0,40	16,20	76,00
20-00127989	Кекс с цукатами	30,00	920	гр.12-18	2,08	7,99	16,45	146,00
Ужин					23	39	102	847
20-00037354	Салат из помидоров и свежей капусты с растительным маслом	100,00	8.5	гр.12-18	1,55	4,31	6,10	69,00
20-00112667	Жаркое по-домашнему	280,00	631	гр.12-18	14,08	33,10	32,82	484,00
20-00041404	Кисель из брусники	200,00	418	гр.12-18	0,18	0,12	21,14	86,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 8					147	144	416	3 556
Завтрак					24	34	78	717
20-00037174	Творог детский порционный	100,00		гр.12-18	8,50	4,50	3,50	89,00
20-00043616	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	200,00	228	гр.12-18	8,42	11,78	31,46	266,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					54	69	134	1 370
20-00106637	Сельдь филе с/с	150,00	20	гр.12-18	16,35	20,25		248,00
20-00072381	Салат из баклажанов и помидоров	30,00	46	гр.12-18	0,46	1,28	1,93	21,00
20-00069983	Суп «Кубанский»	250,00	248	гр.12-18	11,25	5,00	28,08	203,00
20-00112523	Шницель мясной	100,00	268	гр.12-18	13,47	31,42	15,32	398,00
20-00073749	Рагу из овощей (1 в) с соусом томатным	180,00	334 1 в	гр.12-18	2,83	9,23	21,04	178,00
20-00041549	Гренки из хлеба пшеничного	15,00	153	гр.12-18	2,04	0,33	10,69	54,00
20-00078056	Компот из клюквы	200,00	811	гр.12-18	0,10	0,04	14,72	60,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					10	11	59	377
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00079564	Печенье сахарное	40,00	12.21	гр.12-18	2,96	3,76	29,24	163,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.12-18	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					52	24	114	874
20-00063279	Салат из овощей с кукурузой	100,00	81	гр.12-18	1,55	7,25	10,12	112,00
20-00071322	Стрипсы куриные	140,00	595	гр.12-18	36,65	9,59	22,34	322,00
20-00132793	Капуста тушеная с болгарским перцем	180,00	500 м	гр.12-18	3,42	5,09	14,83	119,00
20-00113228	Напиток абрикосовый	200,00	844	гр.12-18	0,84	0,04	16,14	68,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.12-18	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00

День 9						99	122	376	3 005
Завтрак						20	33	67	642
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.12-18	7,62	6,90	0,42	94,00	
20-00031578	Каша жидкая пшенная молочная	200,00	233	гр.12-18	5,32	7,98	23,04	186,00	
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00	
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00	
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00	
Второй завтрак						1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00	
Обед						35	35	127	966
20-00099525	Салат из свеклы	100,00	34	гр.12-18	1,50	6,10	8,81	96,00	
20-00036992	Суп-пюре из разных овощей	250,00	140	гр.12-18	3,23	5,58	13,63	118,00	
20-00123744	Рыба, запеченная под маринадом (минтай филе)	95/95	446	гр.12-18	18,66	13,59	12,88	249,00	
20-00109244	Картофель отварной со сливочным маслом	180,00	636	гр.12-18	3,82	5,22	30,85	185,00	
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.12-18	0,10		17,50	70,00	
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.12-18	1,72	0,28	9,02	45,00	
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00	
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.12-18	2,11	3,74	10,96	86,00	
Полдник						10	11	38	291
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00	
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00	
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.12-18	0,96	0,24	9,00	42,00	
20-00127751	Булочка домашняя с сахаром	30,00	424	гр.12-18	2,46	4,23	18,74	123,00	
Ужин						33	43	122	1 012
20-00063262	Салат витаминный с растительным маслом	100,00	33	гр.12-18	1,05	15,14	10,36	182,00	
20-00132756	Паприкаш	100,00	506	гр.12-18	15,76	16,75	3,09	226,00	
20-00044862	Каша рассыпчатая (гречневая)	180,00	353	гр.12-18	9,04	9,77	40,77	288,00	
20-00041386	Компот из груши	200,00	409	гр.12-18	0,10	0,08	26,52	108,00	
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00	
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00	
Второй ужин									
20-00128069	Ряженка 2,5%	220,00	386	гр.12-18					
День 10						134	134	387	3 292
Завтрак						46	36	96	890
20-00043899	Суфле творожное паровое	230,00	269	гр.12-18	34,91	22,56	32,06	472,00	
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00	
20-00128077	Напиток кофейный на молоке	210,00	433	гр.12-18	3,65	3,76	21,42	134,00	
20-00126454	Соус из смородины	50,00	400 м	гр.12-18	0,05	0,02	6,56	27,00	
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00	
Второй завтрак						1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00	
Обед						36	42	129	1 036
20-00079440	Салат из свежих огурцов с зеленью с р/м 2в	100,00	103/В2	гр.12-18	0,64	11,08	1,74	109,00	
20-00070093	Суп куриный с вермишелью	250,00	278	гр.12-18	4,05	4,15	12,20	103,00	
20-00126407	Язык тушеный в сметанном соусе	150,00	513	гр.12-18	18,72	20,43	5,52	281,00	
20-00069431	Рис с овощами	180,00	665	гр.12-18	3,98	5,04	40,63	223,00	
20-00041388	Компот из кураги	200,00	412	гр.12-18	1,20	0,08	26,70	112,00	
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00	
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00	
Полдник						8	8	33	231

20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.12-18	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.12-18	0,72	0,36	7,29	35,00
Ужин					37	40	98	902
20-00038509	Салат зеленый с помидорами	100,00	570	гр.12-18	1,08	8,18	3,18	91,00
20-00069257	Котлеты «Полтавские»	100,00	539	гр.12-18	23,03	26,72	9,70	371,00
20-00102075	Овощи запеченные	180,00	315/2	гр.12-18	5,13	3,83	22,88	146,00
20-00041398	Кисель из черной смородины	200,00	418	гр.12-18	0,26	0,10	20,92	86,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 11					114	108	346	2 811
Завтрак					24	34	60	640
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.12-18	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00132627	Сухие завтраки с молоком	200,00	348	гр.12-18	5,04	5,38	7,90	100,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.12-18	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					58	42	112	1 058
20-00088045	Салат "Паллада"	100,00	143	гр.12-18	5,18	9,46	3,01	118,00
20-00126230	Суп крестьянский с мясом и сметаной	265,00	98	гр.12-18	5,01	8,67	10,63	140,00
20-00111660	Печень по-строгановски	120/50	507	гр.12-18	33,08	14,20	3,86	275,00
20-00097668	Изделия макаронные отварные (спагетти)	180,00	629	гр.12-18	6,98	8,12	45,13	281,00
20-00126566	Отвар шиповника без сахара	200,00	129	гр.12-18	0,54	0,22	7,72	36,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					3	2	38	182
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.12-18	0,80	0,80	19,60	88,00
20-00127991	Ватрушка с повидлом	30,00	1019	гр.12-18	1,97	1,29	18,25	92,00
Ужин					28	30	114	837
20-00014348	Салат зеленый с огурцами	100,00	34	гр.12-18	0,96	14,12	1,70	138,00
20-00132834	"Морские" шарики (треска) в сливочно-томатном соусе	140/40	470	гр.12-18	15,30	5,89	22,30	203,00
20-00044809	Пюре картофельное	180,00	362	гр.12-18	3,85	8,89	25,69	198,00
20-00008130	Компот из лимонов	200,00	682	гр.12-18	0,16	0,02	22,50	90,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин								
20-00128069	Ряженка 2,5%	220,00	386	гр.12-18				
День 12					109	121	368	3 001
Завтрак					22	37	59	657
20-00126543	Сыр	50,00	13	гр.12-18	11,60	14,75		179,00
20-00064035	Каша овсяная на молоке	200,00	360	гр.12-18	3,58	4,46	15,58	116,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00

Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					35	33	125	935
20-00070309	Салат из моркови и огурцов	100,00	66	гр.12-18	1,52	7,24	10,18	112,00
20-00043416	Щи со сметаной	250,00	30	гр.12-18	2,08	1,70	9,08	60,00
20-00108101	Пудинг из риса с отварным протертым мясом запеченный	240,00	2.56	гр.12-18	23,28	22,90	44,21	475,00
20-00106022	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	200,00	820	гр.12-18	0,44		19,58	80,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					9	12	51	353
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.12-18	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00032247	Груша	200,00	338	гр.12-18	0,80	0,60	20,60	92,00
Ужин					36	32	102	838
20-00052365	Салат зеленый с луком, яйцом и растительным маслом	100,00	9.82	гр.12-18	2,22	8,61	2,63	97,00
20-00096674	Рагу из птицы	300,00	342	гр.12-18	20,88	16,41	29,31	348,00
20-00126523	Фасоль стручковая с яйцом запеченная	70,00	7.53	гр.12-18	3,34	5,56	2,23	72,00
20-00113307	Напиток смородиновый	200,00	853	гр.12-18	0,12	0,04	16,84	68,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.12-18	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
День 13					129	121	408	3 236
Завтрак					42	32	79	768
20-00043897	Запеканка творожная с изюмом	230,00	80	гр.12-18	34,34	22,24	29,26	455,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00109518	Соус клюквенный	50,00	400	гр.12-18	0,03	0,01	6,38	26,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					37	36	132	999
20-00132810	Салат "Дуэт" из свеклы и перца болгарского с заправкой	100,00		гр.12-18	1,46	3,58	8,60	72,00
20-00040911	Рассольник ленинградский	250,00	104	гр.12-18	2,45	5,28	17,15	125,00
20-00102166	Бефстроганов	50/50	493	гр.12-18	16,31	16,01	3,75	224,00
20-00044862	Каша рассыпчатая (гречневая)	180,00	353	гр.12-18	9,04	9,77	40,77	288,00
20-00113081	Напиток из плодов сухих (изюм)	200,00	845	гр.12-18	0,42	0,10	19,82	82,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					6	4	58	297
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.12-18	3,15	1,05	44,10	200,00
20-00127992	Булочка с маком (улитка)	30,00	1005	гр.12-18	2,80	3,32	13,59	95,00
Ужин					36	40	108	939
20-00032212	Салат из капусты белокочанной, огурцов и сладкого перца	100,00	17	гр.12-18	1,28	7,18	4,09	86,00
20-00078128	Суфле рыбное	140,00	457	гр.12-18	21,32	16,81	5,42	258,00
20-00126178	Картофель по-деревенски с сыром	180,00	645/B1	гр.12-18	6,05	15,07	35,17	301,00
20-00041404	Кисель из брусники	200,00	418	гр.12-18	0,18	0,12	21,14	86,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00

20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 14					119	146	359	3 230
Завтрак					38	44	63	804
20-00132784	Ассорти из свежих овощей «Витаминка»	50,00	173м	гр.12-18	0,50	0,06	1,72	10,00
20-00126543	Сыр	50,00	13	гр.12-18	11,60	14,75		179,00
20-00002032	Омлет варенный на пару	150,00	4.6	гр.12-18	15,30	16,32	3,95	224,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128077	Напиток кофейный на молоке	210,00	433	гр.12-18	3,65	3,76	21,42	134,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					36	32	125	933
20-00038509	Салат зеленый с помидорами	100,00	570	гр.12-18	1,08	8,18	3,18	91,00
20-00126192	Суп с рыбными консервами	250,00	95	гр.12-18	2,13	3,48	17,00	108,00
20-00114249	Пельмени отварные с маслом и сметаной	220/5/10	1072	гр.12-18	24,89	19,06	45,64	454,00
20-00010137	Компот из клубники свежезамороженной	200,00	680	гр.12-18			17,86	72,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					11	11	55	365
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00079564	Печенье сахарное	40,00	12.21	гр.12-18	2,96	3,76	29,24	163,00
20-00003874	Апельсины свежие	200,00	458	гр.12-18	1,80	0,40	16,20	76,00
Ужин					33	59	93	1 034
20-00052750	Салат Зимний	100,00	63	гр.12-18	2,07	8,81	8,59	122,00
20-00038569	Шницель натуральный рубленый из свинины	100,00	267	гр.12-18	18,26	43,42	11,55	510,00
20-00132655	Капуста тушеная с томатами	180,00	500 м	гр.12-18	2,93	5,09	14,08	113,00
20-00126566	Отвар шиповника без сахара	200,00	129	гр.12-18	0,54	0,22	7,72	36,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.12-18	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин								
20-00128069	Ряженка 2,5%	220,00	386	гр.12-18				
День 15					114	121	389	3 100
Завтрак					28	38	86	801
20-00037174	Творог детский порционный	100,00		гр.12-18	8,50	4,50	3,50	89,00
20-00043616	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	200,00	228	гр.12-18	8,42	11,78	31,46	266,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.12-18	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					42	42	137	1 095
20-00069684	Салат овощной с фасолью (огурцы сол, картофель, морковь, лук, зелень)	100,00	140	гр.12-18	2,15	10,28	28,86	217,00
20-00097892	Суп с лапшой с мясом (говядина)	250/15	280	гр.12-18	6,39	11,58	12,46	180,00
20-00132822	Запеканка из картофеля с рыбой	280,00	80	гр.12-18	26,29	18,62	36,48	420,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.12-18	0,10		17,50	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00

Полдник					3	4	36	196
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.12-18	0,80	0,80	19,60	88,00
20-00127993	Булочка печеная ванильная	30,00	12.1	гр.12-18	2,44	3,63	15,93	106,00
Ужин					32	29	98	775
20-00053699	Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата	100,00	68	гр.12-18	1,72	7,24	11,46	118,00
20-00070505	Говядина тушеная	100,00	499	гр.12-18	15,28	16,05	1,04	210,00
20-00126174	Овощи запеченные	180,00	315	гр.12-18	5,06	3,58	13,14	104,00
20-00041373	Компот из чернослива	200,00	412	гр.12-18	0,46	0,14	21,48	90,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.12-18	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 16					144	136	417	3 474
Завтрак					35	49	84	918
20-00126543	Сыр	50,00	13	гр.12-18	11,60	14,75		179,00
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.12-18	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00105151	Каша манная молочная	250,00	227	гр.12-18	8,13	10,03	39,85	283,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					46	41	138	1 102
20-00043414	Салат зеленый с огурцами и помидорами	100,00	35	гр.12-18	0,96	14,13	2,22	140,00
20-00069991	Суп Минестроне	250,00	249	гр.12-18	2,10	7,90	12,83	130,00
20-00126406	Печень тушеная в сметане	150,00	103	гр.12-18	26,75	11,97	4,35	233,00
20-00132800	Фарфалле отварные	180,00	631	гр.12-18	6,59	5,15	45,09	254,00
20-00112845	Кисель из вишни	200,00	418	гр.12-18	0,26	0,06	22,56	92,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.12-18	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					8	7	44	276
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128048	Чай с лимоном и сахаром	200,00	11.41	гр.12-18			9,98	40,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.12-18	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.12-18	0,96	0,24	9,00	42,00
Ужин					48	32	120	960
20-00043390	Салат "Степной" из различных овощей с р/м	100,00	41	гр.12-18	1,51	10,19	8,15	130,00
20-00096663	Котлета Пожарская	160,00	613	гр.12-18	33,46	9,36	17,57	288,00
20-00052934	Овощи по-карпатски с рисом	180,00	226	гр.12-18	3,82	10,76	24,25	209,00
20-00106022	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	200,00	820	гр.12-18	0,44		19,58	80,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.12-18	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
День 17					97	96	379	2 768
Завтрак					17	20	68	518
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.12-18	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00031578	Каша жидкая пшенная молочная	200,00	233	гр.12-18	5,32	7,98	23,04	186,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00

20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					37	33	140	1 003
20-00086927	Винегрет овощной	100,00	46	гр.12-18	1,39	6,17	7,94	93,00
20-00070079	Суп-пюре из тыквы и овощей	250,00	228	гр.12-18	2,40	4,13	10,50	88,00
20-00069229	Митболы с томатным соусом	100/50	543	гр.12-18	16,31	11,85	16,68	239,00
20-00069552	Каша гречневая с овощами	180,00	658	гр.12-18	6,97	5,67	31,91	207,00
20-00113081	Напиток из плодов сухих (изюм)	200,00	845	гр.12-18	0,42	0,10	19,82	82,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.12-18	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					4	2	23	130
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.12-18	0,72	0,36	7,29	35,00
20-00127995	Булочка молочная	30,00	502	гр.12-18	2,77	2,04	15,92	93,00
Ужин					32	33	116	884
20-00037735	Салат витаминный с болгарским перцем	100,00	2	гр.12-18	1,36	6,17	6,66	88,00
20-00123897	Рыба запеченная (филе минтая)	95,00	444	гр.12-18	17,50	6,04	5,09	144,00
20-00069413	Картофель фри (запеченный)	180,00	648/В1	гр.12-18	5,22	19,03	42,55	362,00
20-00041402	Кисель из клюквы	200,00	418	гр.12-18	0,14	0,04	20,06	82,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 18					112	144	336	3 089
Завтрак					20	24	76	601
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.12-18	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00036951	Каша жидкая рисовая молочная	200,00	182	гр.12-18	5,08	7,56	32,82	220,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					46	76	95	1 245
20-00106637	Сельдь филе с/с	150,00	20	гр.12-18	16,35	20,25		248,00
20-00041214	Огурцы свежие	30,00	70	гр.12-18	0,21	0,03	0,57	3,00
20-00081157	Щи «Новгородские»	250,00	287	гр.12-18	1,93	3,80	8,35	75,00
20-00114128	Рагу из свинины и овощей	280,00	263	гр.12-18	19,54	50,71	26,96	641,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.12-18	0,10		17,50	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					9	12	50	349
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.12-18	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.12-18	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					37	31	93	800
20-00052365	Салат зеленый с луком, яйцом и растительным маслом	100,00	9.82	гр.12-18	2,22	8,61	2,63	97,00

20-00096681	Фрикассе из курицы	150,00	599	гр.12-18	18,65	14,43	7,43	234,00
20-00069479	Макароны спагетти с брокколи	180,00	398	гр.12-18	7,72	6,86	33,01	225,00
20-00126566	Отвар шиповника без сахара	200,00	129	гр.12-18	0,54	0,22	7,72	36,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин								
20-00128069	Ряженка 2,5%	220,00	386	гр.12-18				
День 19					135	120	407	3 257
Завтрак					48	38	101	945
20-00126542	Пудинг из творога с персиком	220,00	433	гр.12-18	36,19	22,40	42,39	517,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.12-18	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.12-18	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00109509	Соус ванильный	50,00	675/B1	гр.12-18	0,96	2,47	7,56	57,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					46	42	129	1 078
20-00070297	Салат «Мозаика»	100,00	134	гр.12-18	2,91	7,38	10,35	119,00
20-00126217	Суп картофельный с горохом и мясом	270,00	102	гр.12-18	9,67	11,34	27,19	248,00
20-00069194	Рулет из трески II с яйцом	160,00	369	гр.12-18	21,47	14,24	19,47	291,00
20-00115660	Овощи тушеные (1в) с растительным маслом	200,00	330	гр.12-18	4,58	7,46	8,92	122,00
20-00041373	Компот из чернослива	200,00	412	гр.12-18	0,46	0,14	21,48	90,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					4	2	26	135
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.12-18	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00113353	Булочка к чаю	30,00	442	гр.12-18	2,64	1,35	16,95	91,00
Ужин					28	31	119	866
20-00112460	Салат из капусты белокочанной и свежих огурцов	100,00	5	гр.12-18	1,33	6,10	3,50	74,00
20-00108093	Плов куриный	280,00	592	гр.12-18	18,68	19,66	52,67	462,00
20-00072523	Рататуй	50,00	335	гр.12-18	0,94	3,63	3,76	52,00
20-00078110	Напиток вишневый	200,00	847	гр.12-18	0,10	0,02	17,24	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					7	8	10	139
20-00126567	Кефир 3,2 %	240,00	386	гр.12-18	7,10	7,82	9,79	139,00
День 20					121	119	381	3 084
Завтрак					24	31	69	655
20-00037174	Творог детский порционный	100,00		гр.12-18	8,50	4,50	3,50	89,00
20-00132627	Сухие завтраки с молоком	200,00	348	гр.12-18	5,04	5,38	7,90	100,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128077	Напиток кофейный на молоке	210,00	433	гр.12-18	3,65	3,76	21,42	134,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					39	41	116	987
20-00114638	Салат Радуга	100,00	104	гр.12-18	2,74	12,73	6,28	151,00
20-00077130	Уха ростовская	250,00	119	гр.12-18	10,15	4,90	15,40	148,00
20-00069272	«Ежики» мясные	100,00	527	гр.12-18	14,31	16,45	13,24	258,00

20-00132793	Капуста тушеная с болгарским перцем	180,00	500 м	гр.12-18	3,42	5,09	14,83	119,00
20-00106022	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	200,00	820	гр.12-18	0,44		19,58	80,00
20-00039906	Хлеб пшеничный	50,00	480	гр.12-18	4,30	0,70	22,55	114,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					10	8	69	396
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.12-18	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.12-18	3,15	1,05	44,10	200,00
Ужин					40	32	95	828
20-00038509	Салат зеленый с помидорами	100,00	570	гр.12-18	1,08	8,18	3,18	91,00
20-00102096	Печень по-строгановски	100/50	507	гр.12-18	27,78	13,11	3,86	245,00
20-00044809	Пюре картофельное	180,00	362	гр.12-18	3,85	8,89	25,69	198,00
20-00041398	Кисель из черной смородины	200,00	418	гр.12-18	0,26	0,10	20,92	86,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.12-18	6,18	6,59	9,68	124,00
День 21					102	138	377	3 161
Завтрак					23	36	75	722
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.12-18	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00043616	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	200,00	228	гр.12-18	8,42	11,78	31,46	266,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.12-18	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128047	Чай с сахаром	200,00	11.36	гр.12-18	0,20	0,06	7,06	30,00
20-00039900	Хлеб пшеничный	80,00	480	гр.12-18	6,88	1,12	36,08	182,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.12-18	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					37	47	124	1 069
20-00014349	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем	100,00	531	гр.12-18	2,20	8,12	6,12	106,00
20-00040911	Рассольник ленинградский	250,00	104	гр.12-18	2,45	5,28	17,15	125,00
20-00068154	Паста «Болоньезе»	280,00	404	гр.12-18	25,00	32,59	41,72	560,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.12-18	0,10		17,50	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Полдник					5	9	33	228
20-00012639	Чай без сахара	200,00	11.35	гр.12-18	0,20	0,06	0,08	2,00
20-00003874	Апельсины свежие	200,00	458	гр.12-18	1,80	0,40	16,20	76,00
20-00127996	Кекс творожный	30,00	924/В1	гр.12-18	2,60	8,23	16,46	150,00
Ужин					36	45	123	1 048
20-00037224	Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	100,00	50	гр.12-18	4,77	9,51	7,56	135,00
20-00126699	Рыба по-архангельски (минтай филе в панировке, сметана, отварное яйцо, зеленый лук)	115,00	454 м	гр.12-18	18,77	8,41	5,64	174,00
20-00126183	Картофель, запеченный с луком	180,00	302	гр.12-18	5,20	26,21	41,78	423,00
20-00041386	Компот из груши	200,00	409	гр.12-18	0,10	0,08	26,52	108,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.12-18	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039892	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	481	гр.12-18	3,96	0,72	23,70	117,00
Второй ужин								
20-00128069	Ряженка 2,5%							

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Идентификатор: cf960d87-4941-4046-b0ff-02cccc6a612c0

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

220,00386гр.12-18

ОТПРАВЛЕНО

ООО "РБЕ", Грудкин Александр Александрович
Эл.доверенность №6b103805-cc23-4be6-bbc6-f01febb33f34

05.05.26 18:00 (MSK)

Сертификат 6905375C99A1C18B4B5E4BC4019C039B

УТВЕРЖДЕНО

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ "МОЙ СЕМЕЙНЫЙ ЦЕНТР "ГОРИЗОНТ",
Маковеева Валентина Николаевна, Директор

06.05.26 12:51 (MSK)

Сертификат 00FC28E00FE71DCD30FC1CE352A2027E9B