

"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: 7-11 лет**

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.7-11"

Номер дня Вид приема пищи				Диеты	Белки, в г.	Жиры, в г.	Углеводы, в г.	Энергетич. ценность, в кКал
Код	Наименование для печати	Выход	№ р-ры					
День 1					102	92	347	2 630
Завтрак					19	22	61	517
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.7-11	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00007101	Каша жидкая молочная гречневая	150,00	183	гр.7-11	6,81	6,74	26,04	192,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.7-11	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					36	32	106	862
20-00074432	Салат из капусты б/к с огурцом	60,00	52	гр.7-11	0,78	4,25	2,05	50,00
20-00070092	Суп куриный с вермишелью	200,00	278	гр.7-11	5,96	6,06	9,72	118,00
20-00132731	Язык говяжий отварной со сливочным соусом	75/25	519	гр.7-11	18,40	14,73	5,00	226,00
20-00074315	Картофель, запеченный по-домашнему	180,00	633/В1	гр.7-11	4,64	6,32	37,85	227,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.7-11	0,40		17,62	72,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					12	9	35	266
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.7-11	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00097956	Средиземноморская пицца с курицей и сыром	80,00	1087	гр.7-11	11,06	8,39	25,64	222,00
Ужин					28	23	115	775
20-00043996	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	60,00	40	гр.7-11	0,64	6,07	2,22	66,00
20-00113581	Фишболы	90,00	471	гр.7-11	17,44	3,23	17,87	170,00
20-00092696	Ризотто	150,00	630/В1	гр.7-11	3,39	12,45	33,38	260,00
20-00063718	Кисель из вишни	200,00	786	гр.7-11	0,20	0,04	27,30	110,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 2					85	80	264	2 121
Завтрак					15	22	43	433
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.7-11	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031577	Каша жидкая пшенная молочная	150,00	233	гр.7-11	3,99	6,20	17,52	143,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					31	27	69	639
20-00070332	Салат Зимний	60,00	63	гр.7-11	1,24	5,29	5,15	73,00
20-00106609	Суп с рыбными консервами	200,00	95	гр.7-11	1,70	2,78	13,60	86,00
20-00069299	Люля-кебаб из говядины	80,00	540	гр.7-11	19,34	14,36	0,86	210,00

20-00133014	Ассорти из печеных овощей (кабач,перец,цветная,морковь,фасоль)	150,00		гр.7-11	2,49	2,96	8,24	69,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.7-11	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					9	9	44	295
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00072312	Печенье сахарное	20,00	12.21	гр.7-11	1,48	1,88	14,62	81,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.7-11	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					29	22	87	660
20-00072269	Салат зеленый с помидорами	60,00	570	гр.7-11	0,65	4,91	1,91	55,00
20-00132658	Куриное фрикассе в сливочном соусе	100,00	8526	гр.7-11	18,16	7,85	5,22	164,00
20-00123142	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	180,00	641/В1	гр.7-11	3,83	8,19	30,89	212,00
20-00078056	Компот из клюквы	200,00	811	гр.7-11	0,10	0,04	14,72	60,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.7-11				
День 3					94	105	359	2 755
Завтрак					24	42	71	757
20-00046852	Сыр	40,00	13	гр.7-11	9,28	11,80		143,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес)	150,00	228	гр.7-11	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.7-11	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00041341	Напиток кофейный на молоке	200,00	433	гр.7-11	3,48	3,58	20,38	128,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.7-11	5,16	0,84	27,06	136,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					28	37	115	907
20-00106642	Салат витаминный	60,00	49 2 в	гр.7-11	0,95	3,65	5,77	60,00
20-00037268	Суп-пюре из разных овощей	200,00	46	гр.7-11	3,22	5,32	16,08	126,00
20-00073728	Котлеты домашние	90,00	456	гр.7-11	13,02	18,55	10,14	259,00
20-00132683	Паста "Пенне" с овощами и томатом	150,00	400	гр.7-11	4,49	5,00	30,08	183,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.7-11	0,10		17,50	70,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.7-11	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.7-11	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					3	1	26	127
20-00070964	Чай	180,00	411	гр.7-11	0,05	0,02	0,02	
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.7-11	0,72	0,36	7,29	35,00
20-00127986	Булочка Школьная	30,00	425, 405	гр.7-11	2,49	0,95	18,39	92,00
Ужин					31	18	117	754
20-00132694	Салат из капусты пекинской и свежих огурцов	80,00	5 м, ТК ДС	гр.7-11	0,93	4,92	1,61	54,00
20-00132829	Наггетсы рыбные	100,00	595	гр.7-11	18,22	5,45	14,70	181,00
20-00073463	Картофель по-деревенски	180,00	646/В1	гр.7-11	5,22	6,44	42,55	248,00
20-00112842	Кисель абрикосовый	200,00	784	гр.7-11	1,04	0,06	24,18	102,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116

20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 4					116	108	342	2 806
Завтрак					38	32	66	706
20-00127949	Пудинг творожный запеченный	230,00	5.16	гр.7-11	33,47	21,92	36,20	476,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00126414	Соус ванильный	30,00	675/B1	гр.7-11	0,58	1,48	4,54	34,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					34	26	104	782
20-00072259	Салат из картофеля с огурцами	60,00	24	гр.7-11	1,04	2,59	7,79	59,00
20-00126216	Суп гороховый с мясом и гренками	220,00	102	гр.7-11	8,49	10,23	23,19	218,00
20-00068347	Чиполлетти из курицы	80,00	621	гр.7-11	12,67	8,23	12,14	174,00
20-00126174	Овощи запеченные	180,00	315	гр.7-11	5,06	3,58	13,14	104,00
20-00012565	Компот из яблок	200,00	409	гр.7-11	0,16	0,16	13,90	58,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					8	8	45	284
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.7-11	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.7-11	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					30	35	95	816
20-00032503	Салат зеленый с помидорами	80,00	570	гр.7-11	0,86	6,54	2,54	73,00
20-00074038	Плов мясной	200,00	509	гр.7-11	21,70	23,46	37,34	448,00
20-00072523	Рататуй	50,00	335	гр.7-11	0,94	3,63	3,76	52,00
20-00113082	Напиток из плодов сухих (изюм)	180,00	845	гр.7-11	0,38	0,09	17,84	74,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
День 5					94	88	289	2 326
Завтрак					15	22	47	445
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.7-11	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031863	Каша молочная жидкая Дружба	150,00	226	гр.7-11	4,05	5,93	21,18	155,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					38	36	91	845
20-00132738	Салат-коктейль из овощей	60,00	165	гр.7-11	0,77	12,10	3,56	126,00
20-00044114	Рассольник ленинградский	200,00	82	гр.7-11	1,74	4,30	13,82	100,00
20-00132728	Печень тушеная по-таирски (азу)	90/50	17	гр.7-11	24,81	14,29	3,60	242,00
20-00069346	Каша гречневая с луком	150,00	657	гр.7-11	4,94	4,49	22,47	150,00
20-00109033	Компот из клубники и яблок	200,00	489	гр.7-11	0,10	0,10	14,14	58,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00

20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					3	2	24	130
20-00070964	Чай	180,00	411	гр.7-11	0,05	0,02	0,02	
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.7-11	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00127988	Булочка с изюмом	30,00	501	гр.7-11	2,35	2,10	14,93	88,00
Ужин					30	21	96	696
20-00133022	Салат "Восторг" из белокочанной капусты	60,00	20 м	гр.7-11	0,74	3,11	6,89	59,00
20-00124414	Рыба, запеченная с луком и сыром (минтай филе)	130,00	451	гр.7-11	18,99	11,26	8,02	209,00
20-00044806	Картофель отварной со сливочным маслом и зеленью	180,00	310	гр.7-11	3,65	5,78	28,85	182,00
20-00042651	Кисель из черной смородины	180,00	418	гр.7-11	0,23	0,09	18,83	77,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 6					97	107	330	2 680
Завтрак					29	37	38	599
20-00040000	Сыр	20,00	13	гр.7-11	4,64	5,90		72,00
20-00037114	Омлет натуральный запеченный	130,00	253	гр.7-11	13,59	16,76	2,56	216,00
20-00086710	Капуста брокколи на пару	80,00	339	гр.7-11	2,70	1,48	1,71	31,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.7-11	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					30	25	95	723
20-00003700	Салат из моркови	60,00	52	гр.7-11	0,71	4,25	5,56	64,00
20-00069930	Борщ Краснодарский	200,00	211	гр.7-11	1,66	2,54	9,88	70,00
20-00116615	Пельмени отварные с маслом и сметаной	185/5/10	1072	гр.7-11	20,90	16,88	38,32	388,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.7-11	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					11	13	74	461
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.7-11	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.7-11	3,15	1,05	44,10	200,00
Ужин					27	33	101	803
20-00005833	Салат зеленый с огурцами	60,00	34	гр.7-11	0,58	8,47	1,02	83,00
20-00126464	Котлета Особая	90,00	269	гр.7-11	15,00	17,88	14,22	278,00
20-00069483	Макароны отварные с овощами	150,00	400	гр.7-11	4,68	5,07	29,73	183,00
20-00106013	Компот из вишни с/м	200,00	815	гр.7-11	0,18	0,04	22,30	90,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.7-11				
День 7					97	107	363	2 801
Завтрак					38	32	96	821
20-00126538	Запеканка из творога с яблоком	230,00	428	гр.7-11	31,07	19,25	50,78	501,00

20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041341	Напиток кофейный на молоке	200,00	433	гр.7-11	3,48	3,58	20,38	128,00
20-00109518	Соус клюквенный	50,00	400	гр.7-11	0,03	0,01	6,38	26,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					29	28	119	846
20-00080879	Винегрет с фасолью	60,00	26	гр.7-11	1,13	6,12	5,98	83,00
20-00069997	Суп «Чорба» с говядиной	200,00	260	гр.7-11	8,20	10,30	15,26	186,00
20-00068229	Каштаны рыбные с соусом пикантным	90,00	472	гр.7-11	9,32	6,04	11,66	139,00
20-00132744	Рис припущенный / перец сладкий запеченный	130/20	305	гр.7-11	3,54	4,71	35,07	197,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.7-11	0,40		17,62	72,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					4	8	33	222
20-00070964	Чай	180,00	411	гр.7-11	0,05	0,02	0,02	
20-00003874	Апельсины свежие	200,00	458	гр.7-11	1,80	0,40	16,20	76,00
20-00127989	Кекс с цукатами	30,00	920	гр.7-11	2,08	7,99	16,45	146,00
Ужин					19	32	85	702
20-00087644	Салат из помидоров и свежей капусты с растительным маслом	60,00	8.5	гр.7-11	0,93	2,59	3,66	41,00
20-00112666	Жаркое по-домашнему	240,00	631	гр.7-11	12,07	28,37	28,13	415,00
20-00042654	Кисель из брусники	180,00	418	гр.7-11	0,16	0,11	19,03	77,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 8					109	109	325	2 721
Завтрак					14	20	51	441
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.7-11	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес)	150,00	228	гр.7-11	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					44	56	115	1 144
20-00086609	Сельдь филе с/с	110,00	20	гр.7-11	11,99	14,85		182,00
20-00072381	Салат из баклажанов и помидоров	30,00	46	гр.7-11	0,46	1,28	1,93	21,00
20-00069982	Суп «Кубанский»	200,00	248	гр.7-11	9,00	4,00	22,46	162,00
20-00112673	Шницель мясной	90,00	268	гр.7-11	12,12	28,28	13,79	358,00
20-00069461	Рагу из овощей (1 в) с соусом томатным	150,00	334 1 в	гр.7-11	2,25	6,45	17,55	138,00
20-00041549	Гренки из хлеба пшеничного	15,00	153	гр.7-11	2,04	0,33	10,69	54,00
20-00078056	Компот из клюквы	200,00	811	гр.7-11	0,10	0,04	14,72	60,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					9	9	44	295
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00

20-00072312	Печенье сахарное	20,00	12.21	гр.7-11	1,48	1,88	14,62	81,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.7-11	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					35	17	84	623
20-00099540	Салат из овощей с кукурузой	60,00	81	гр.7-11	0,93	4,35	6,07	67,00
20-00117072	Стрипсы куриные	90,00	595	гр.7-11	23,56	6,17	14,36	207,00
20-00132793	Капуста тушеная с болгарским перцем	180,00	500 м	гр.7-11	3,42	5,09	14,83	119,00
20-00113229	Напиток абрикосовый	180,00	844	гр.7-11	0,76	0,04	14,53	61,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
День 9					88	110	316	2 617
Завтрак					15	30	43	508
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.7-11	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031577	Каша жидкая пшенная молочная	150,00	233	гр.7-11	3,99	6,20	17,52	143,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.7-11	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					32	31	108	835
20-00043040	Салат из свеклы	60,00	34	гр.7-11	0,90	3,66	5,29	58,00
20-00037167	Суп-пюре из разных овощей	200,00	140	гр.7-11	2,58	4,46	10,90	94,00
20-00123744	Рыба, запеченная под маринадом (минтай филе)	95/95	446	гр.7-11	18,66	13,59	12,88	249,00
20-00077695	Картофель отварной со сливочным маслом	150,00	636	гр.7-11	3,18	4,35	25,71	155,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.7-11	0,10		17,50	70,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.7-11	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.7-11	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					10	11	37	291
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.7-11	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00127751	Булочка домашняя с сахаром	30,00	424	гр.7-11	2,46	4,23	18,74	123,00
Ужин					30	38	106	889
20-00112878	Салат витаминный с растительным маслом	80,00	33	гр.7-11	0,84	12,11	8,29	146,00
20-00132756	Паприкаш	100,00	506	гр.7-11	15,76	16,75	3,09	226,00
20-00044889	Каша рассыпчатая (гречневая)	150,00	353	гр.7-11	7,53	8,15	33,98	240,00
20-00041386	Компот из груши	200,00	409	гр.7-11	0,10	0,08	26,52	108,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.7-11				
День 10					119	115	325	2 816
Завтрак					42	35	77	793
20-00043899	Суфле творожное паровое	230,00	269	гр.7-11	34,91	22,56	32,06	472,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041341	Напиток кофейный на молоке	200,00	433	гр.7-11	3,48	3,58	20,38	128,00

20-00126454	Соус из смородины	50,00	400 м	гр.7-11	0,05	0,02	6,56	27,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					29	31	99	798
20-00088034	Салат из свежих огурцов с зеленью с р/м 2в	60,00	103/В2	гр.7-11	0,38	6,65	1,04	65,00
20-00070092	Суп куриный с вермишелью	200,00	278	гр.7-11	5,96	6,06	9,72	118,00
20-00101476	Язык тушеный в сметанном соусе	100,00	513	гр.7-11	12,49	13,62	3,68	187,00
20-00063579	Рис с овощами	150,00	665	гр.7-11	3,57	4,07	32,73	182,00
20-00042655	Компот из кураги	180,00	412	гр.7-11	0,94	0,05	18,16	77,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					8	8	32	231
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.7-11	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.7-11	0,72	0,36	7,29	35,00
Ужин					33	34	86	784
20-00072269	Салат зеленый с помидорами	60,00	570	гр.7-11	0,65	4,91	1,91	55,00
20-00102094	Котлеты «Полтавские»	90,00	539	гр.7-11	21,12	24,42	8,13	337,00
20-00102075	Овощи запеченные	180,00	315/2	гр.7-11	5,13	3,83	22,88	146,00
20-00042651	Кисель из черной смородины	180,00	418	гр.7-11	0,23	0,09	18,83	77,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 11					86	89	291	2 310
Завтрак					19	32	40	524
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.7-11	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00132625	Сухие завтраки с молоком	150,00	348	гр.7-11	3,78	4,04	5,93	75,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.7-11	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00041509	Какао с молоком	200,00	434	гр.7-11	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					41	33	93	830
20-00088046	Салат "Паллада"	60,00	143	гр.7-11	3,11	5,68	1,81	71,00
20-00099485	Суп крестьянский с мясом и сметаной	215,00	98	гр.7-11	4,75	7,16	8,58	118,00
20-00100492	Печень по-строгановски	75/50	507	гр.7-11	21,16	11,74	3,85	206,00
20-00069702	Изделия макаронные отварные (спагетти)	150,00	629	гр.7-11	5,82	6,77	37,61	234,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.7-11	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					3	2	38	182
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.7-11	0,80	0,80	19,60	88,00
20-00127991	Ватрушка с повидлом	30,00	1019	гр.7-11	1,97	1,29	18,25	92,00
Ужин					21	22	98	680

20-00005833	Салат зеленый с огурцами	60,00	34	гр.7-11	0,58	8,47	1,02	83,00
20-00132831	"Морские" шарики (треска) в сливочно-томатном соусе	70/20	470	гр.7-11	10,67	4,02	15,38	140,00
20-00044809	Пюре картофельное	180,00	362	гр.7-11	3,85	8,89	25,69	198,00
20-00008130	Компот из лимонов	200,00	682	гр.7-11	0,16	0,02	22,50	90,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.7-11				
День 12					93	110	306	2 591
Завтрак					19	36	41	566
20-00126543	Сыр	50,00	13	гр.7-11	11,60	14,75		179,00
20-00064035	Каша овсяная на молоке	200,00	360	гр.7-11	3,58	4,46	15,58	116,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.7-11	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					31	28	104	792
20-00070308	Салат из моркови и огурцов	60,00	66	гр.7-11	0,91	4,34	6,11	67,00
20-00042361	Щи со сметаной	200,00	30	гр.7-11	1,66	1,36	7,26	48,00
20-00007829	Пудинг из риса с отварным протертым мясом запеченный	200,00	2.56	гр.7-11	21,48	21,34	39,64	436,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.7-11	0,40		17,62	72,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					9	12	51	353
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.7-11	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00032247	Груша	200,00	338	гр.7-11	0,80	0,60	20,60	92,00
Ужин					27	27	78	662
20-00126607	Салат зеленый с луком, яйцом и растительным маслом	80,00	9.82	гр.7-11	1,86	7,55	2,82	86,00
20-00076039	Рагу из птицы	230,00	342	гр.7-11	16,01	12,58	22,47	267,00
20-00126523	Фасоль стручковая с яйцом запеченная	70,00	7.53	гр.7-11	3,34	5,56	2,23	72,00
20-00113307	Напиток смородиновый	200,00	853	гр.7-11	0,12	0,04	16,84	68,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
День 13					112	106	351	2 815
Завтрак					38	31	61	677
20-00043897	Запеканка творожная с изюмом	230,00	80	гр.7-11	34,34	22,24	29,26	455,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00109518	Соус клюквенный	50,00	400	гр.7-11	0,03	0,01	6,38	26,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					33	32	108	850

20-00132816	Салат "Дуэт" из свеклы и перца болгарского с заправкой	60,00		гр.7-11	0,88	2,15	5,16	43,00
20-00040910	Рассольник ленинградский	200,00	104	гр.7-11	1,96	4,22	13,72	100,00
20-00102166	Бефстроганов	50/50	493	гр.7-11	16,31	16,01	3,75	224,00
20-00044889	Каша рассыпчатая (гречневая)	150,00	353	гр.7-11	7,53	8,15	33,98	240,00
20-00113082	Напиток из плодов сухих (изюм)	180,00	845	гр.7-11	0,38	0,09	17,84	74,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					6	4	58	297
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.7-11	3,15	1,05	44,10	200,00
20-00127992	Булочка с маком (улитка)	30,00	1005	гр.7-11	2,80	3,32	13,59	95,00
Ужин					28	32	94	781
20-00032210	Салат из капусты белокочанной, огурцов и сладкого перца	60,00	17	гр.7-11	0,75	4,24	2,24	50,00
20-00066024	Суфле рыбное	100,00	457	гр.7-11	15,23	12,01	3,87	184,00
20-00126178	Картофель по-деревенски с сыром	180,00	645/B1	гр.7-11	6,05	15,07	35,17	301,00
20-00042654	Кисель из брусники	180,00	418	гр.7-11	0,16	0,11	19,03	77,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 14					94	122	301	2 681
Завтрак					26	35	52	630
20-00132784	Ассорти из свежих овощей «Витаминка»	50,00	173м	гр.7-11	0,50	0,06	1,72	10,00
20-00040000	Сыр	20,00	13	гр.7-11	4,64	5,90		72,00
20-00054001	Омлет варенный на пару	120,00	4.6	гр.7-11	11,76	16,64	3,06	209,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00041341	Напиток кофейный на молоке	200,00	433	гр.7-11	3,48	3,58	20,38	128,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.7-11	5,16	0,84	27,06	136,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					29	26	106	770
20-00072269	Салат зеленый с помидорами	60,00	570	гр.7-11	0,65	4,91	1,91	55,00
20-00106609	Суп с рыбными консервами	200,00	95	гр.7-11	1,70	2,78	13,60	86,00
20-00116615	Пельмени отварные с маслом и сметаной	185/5/10	1072	гр.7-11	20,90	16,88	38,32	388,00
20-00010137	Компот из клубники свежемороженой	200,00	680	гр.7-11			17,86	72,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					10	9	41	283
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00072312	Печенье сахарное	20,00	12.21	гр.7-11	1,48	1,88	14,62	81,00
20-00003874	Апельсины свежие	200,00	458	гр.7-11	1,80	0,40	16,20	76,00
Ужин					28	52	80	904
20-00070332	Салат Зимний	60,00	63	гр.7-11	1,24	5,29	5,15	73,00
20-00126468	Шницель натуральный рубленый из свинины	90,00	267	гр.7-11	15,90	40,38	11,21	472,00
20-00132655	Капуста тушеная с томатами	180,00	500 м	гр.7-11	2,93	5,09	14,08	113,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.7-11	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.7-11	5,16	0,84	27,06	136,00

20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.7-11				
День 15					93	93	303	2 427
Завтрак					18	24	59	525
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.7-11	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес)	150,00	228	гр.7-11	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00036404	Какао с молоком	200,00	416	гр.7-11	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					36	33	100	838
20-00112419	Салат овощной с фасолью	60,00	140	гр.7-11	1,29	6,17	7,54	91,00
20-00097891	Суп с лапшой с мясом (говядина)	200/15	280	гр.7-11	6,15	9,40	10,00	148,00
20-00132821	Запеканка из картофеля с рыбой	240,00	80	гр.7-11	22,54	15,96	31,27	360,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.7-11	0,10		17,50	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					3	4	36	196
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.7-11	0,80	0,80	19,60	88,00
20-00127993	Булочка печеная ванильная	30,00	12.1	гр.7-11	2,44	3,63	15,93	106,00
Ужин					29	25	79	658
20-00092174	Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата	60,00	68	гр.7-11	1,03	4,34	6,88	71,00
20-00070505	Говядина тушеная	100,00	499	гр.7-11	15,28	16,05	1,04	210,00
20-00126174	Овощи запеченные	180,00	315	гр.7-11	5,06	3,58	13,14	104,00
20-00042709	Компот из чернослива	180,00	412	гр.7-11	0,41	0,13	19,33	81,00
20-00039906	Хлеб пшеничный	50,00	480	гр.7-11	4,30	0,70	22,55	114,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 16					103	103	338	2 691
Завтрак					22	38	58	663
20-00040000	Сыр	20,00	13	гр.7-11	4,64	5,90		72,00
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.7-11	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031701	Каша манная молочная	200,00	227	гр.7-11	6,51	8,02	31,87	226,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.7-11	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					34	28	117	859
20-00044019	Салат зеленый с огурцами и помидорами	60,00	35	гр.7-11	0,58	8,48	1,33	84,00
20-00069990	Суп Минестроне	200,00	249	гр.7-11	1,68	6,32	10,26	104,00
20-00086812	Печень тушеная в сметане	100,00	103	гр.7-11	17,83	7,98	2,90	155,00
20-00132799	Фарфалле отварные	150,00	631	гр.7-11	5,49	4,29	37,58	212,00
20-00106013	Компот из вишни с/м	200,00	815	гр.7-11	0,18	0,04	22,30	90,00

20-00039905	Хлеб пшеничный	60,00	480	гр.7-11	5,16	0,84	27,06	136,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					8	8	44	278
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00112916	Чай с лимоном и сахаром	200,00	423	гр.7-11	0,18	0,04	10,14	42,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.7-11	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.7-11	0,96	0,24	9,00	42,00
Ужин					31	22	88	673
20-00043123	Салат "Степной" из различных овощей	60,00	41	гр.7-11	0,91	6,11	4,89	78,00
20-00090141	Котлета Пожарская	100,00	613	гр.7-11	20,91	5,85	10,98	180,00
20-00067340	Овощи по-карпатски с рисом	150,00	226	гр.7-11	3,18	8,97	20,21	174,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.7-11	0,40		17,62	72,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
День 17					84	86	321	2 394
Завтрак					12	17	44	384
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.7-11	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00031577	Каша жидкая пшенная молочная	150,00	233	гр.7-11	3,99	6,20	17,52	143,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					32	28	118	851
20-00106690	Винегрет овощной	60,00	46	гр.7-11	0,83	3,70	4,76	56,00
20-00070077	Суп-пюре из тыквы и овощей	200,00	228	гр.7-11	1,92	3,30	8,40	70,00
20-00080538	Митболы с томатным соусом	90/50	543	гр.7-11	14,76	11,35	15,46	223,00
20-00069551	Каша гречневая с овощами	150,00	658	гр.7-11	5,81	4,73	26,60	173,00
20-00113082	Напиток из плодов сухих (изюм)	180,00	845	гр.7-11	0,38	0,09	17,84	74,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.7-11	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					4	2	23	130
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.7-11	0,72	0,36	7,29	35,00
20-00127995	Булочка молочная	30,00	502	гр.7-11	2,77	2,04	15,92	93,00
Ужин					30	31	105	819
20-00032264	Салат витаминный	80,00	2	гр.7-11	1,09	4,94	5,33	70,00
20-00123897	Рыба запеченная (филе минтая)	95,00	444	гр.7-11	17,50	6,04	5,09	144,00
20-00069413	Картофель фри (запеченный)	180,00	648/В1	гр.7-11	5,22	19,03	42,55	362,00
20-00041401	Кисель из клюквы	180,00	418	гр.7-11	0,13	0,04	18,05	74,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 18					89	118	279	2 538

Завтрак					15	21	50	451
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.7-11	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00027118	Каша жидкая рисовая молочная	150,00	182	гр.7-11	3,83	5,07	24,74	161,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					37	62	82	1 034
20-00086609	Сельдь филе с/с	110,00	20	гр.7-11	11,99	14,85		182,00
20-00041214	Огурцы свежие	30,00	70	гр.7-11	0,21	0,03	0,57	3,00
20-00099472	Щи «Новгородские»	200,00	287	гр.7-11	1,54	3,04	6,68	60,00
20-00114127	Рагу из свинины и овощей	240,00	263	гр.7-11	16,75	43,46	23,11	550,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.7-11	0,10		17,50	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					9	12	50	349
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.7-11	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00096714	Яблоки	200,00	458	гр.7-11	0,80	0,80	19,60	88,00
Ужин					27	22	75	610
20-00052341	Салат зеленый с луком, яйцом и растительным маслом	60,00	9.82	гр.7-11	1,39	5,66	2,11	65,00
20-00068127	Фрикассе из курицы	100,00	599	гр.7-11	12,43	9,62	4,95	156,00
20-00069478	Макароны спагетти с брокколи	150,00	398	гр.7-11	6,44	5,72	27,51	188,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.7-11	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.7-11				
День 19					112	102	338	2 722
Завтрак					45	38	83	854
20-00126542	Пудинг из творога с персиком	220,00	433	гр.7-11	36,19	22,40	42,39	517,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00036404	Какао с молоком	200,00	416	гр.7-11	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00109509	Соус ванильный	50,00	675/B1	гр.7-11	0,96	2,47	7,56	57,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					35	32	104	843
20-00070296	Салат «Мозаика»	60,00	134	гр.7-11	1,75	4,43	6,21	71,00
20-00126216	Суп гороховый с мясом и гренками	220,00	102	гр.7-11	8,49	10,23	23,19	218,00
20-00069190	Рулет из трески II с яйцом	100,00	369	гр.7-11	13,42	8,90	12,17	182,00
20-00115660	Овощи тушеные (1в) с растительным маслом	200,00	330	гр.7-11	4,58	7,46	8,92	122,00
20-00042709	Компот из чернослива	180,00	412	гр.7-11	0,41	0,13	19,33	81,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					4	2	26	135

20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.7-11	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00113353	Булочка к чаю	30,00	442	гр.7-11	2,64	1,35	16,95	91,00
Ужин					21	24	95	680
20-00112456	Салат из капусты белокочанной и свежих огурцов	80,00	5	гр.7-11	1,06	4,88	2,80	59,00
20-00081021	Плов куриный	200,00	592	гр.7-11	13,30	14,06	37,62	330,00
20-00072523	Рататуй	50,00	335	гр.7-11	0,94	3,63	3,76	52,00
20-00078110	Напиток вишневый	200,00	847	гр.7-11	0,10	0,02	17,24	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.7-11	5,92	6,52	8,16	116,00
День 20					99	103	333	2 663
Завтрак					15	27	46	489
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.7-11	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00132625	Сухие завтраки с молоком	150,00	348	гр.7-11	3,78	4,04	5,93	75,00
20-00063563	Масло сливочное	20,00	12.7	гр.7-11	0,10	16,50	0,16	150,00
20-00041341	Напиток кофейный на молоке	200,00	433	гр.7-11	3,48	3,58	20,38	128,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					35	33	99	828
20-00122788	Салат Радуга	60,00	104	гр.7-11	1,64	7,64	3,77	91,00
20-00077128	Уха ростовская	200,00	119	гр.7-11	9,36	4,02	12,06	122,00
20-00126470	«Ежики» мясные	90,00	527	гр.7-11	12,88	14,81	11,92	232,00
20-00132793	Капуста тушеная с болгарским перцем	180,00	500 м	гр.7-11	3,42	5,09	14,83	119,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.7-11	0,40		17,62	72,00
20-00039906	Хлеб пшеничный	50,00	480	гр.7-11	4,30	0,70	22,55	114,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					10	8	69	396
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00072313	Вафли	20,00	12.21	гр.7-11	0,56	0,66	15,46	70,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.7-11	3,15	1,05	44,10	200,00
Ужин					32	28	87	732
20-00032503	Салат зеленый с помидорами	80,00	570	гр.7-11	0,86	6,54	2,54	73,00
20-00100492	Печень по-строгановски	75/50	507	гр.7-11	21,16	11,74	3,85	206,00
20-00044809	Пюре картофельное	180,00	362	гр.7-11	3,85	8,89	25,69	198,00
20-00041398	Кисель из черной смородины	200,00	418	гр.7-11	0,26	0,10	20,92	86,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.7-11	6,18	6,59	9,68	124,00
День 21					87	113	321	2 650
Завтрак					18	25	49	490
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.7-11	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес)	150,00	228	гр.7-11	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.7-11	0,05	8,25	0,08	75,00

20-00128046	Чай с сахаром	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	7,04	30,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.7-11	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					31	38	104	883
20-00005834	Салат из капусты белокачанной со сладким перцем	60,00	531	гр.7-11	1,32	4,87	3,67	64,00
20-00040910	Рассольник ленинградский	200,00	104	гр.7-11	1,96	4,22	13,72	100,00
20-00108095	Паста «Болоньезе»	240,00	404	гр.7-11	21,43	27,96	35,76	480,00
20-00099575	Компот из плодов с/м	200,00	123	гр.7-11	0,10		17,50	70,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Полдник					5	9	33	228
20-00128041	Чай без сахара	200,00	420	гр.7-11	0,14	0,04	0,04	2,00
20-00003874	Апельсины свежие	200,00	458	гр.7-11	1,80	0,40	16,20	76,00
20-00127996	Кекс творожный	30,00	924/В1	гр.7-11	2,60	8,23	16,46	150,00
Ужин					33	41	112	955
20-00037222	Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	60,00	50	гр.7-11	2,86	5,71	4,54	81,00
20-00126699	Рыба по-архангельски (минтай филе в панировке, сметана, отварное яйцо, зеленый	115,00	454 м	гр.7-11	18,77	8,41	5,64	174,00
20-00126183	Картофель, запеченный с луком	180,00	302	гр.7-11	5,20	26,21	41,78	423,00
20-00041386	Компот из груши	200,00	409	гр.7-11	0,10	0,08	26,52	108,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.7-11	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039897	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	481	гр.7-11	2,64	0,48	15,80	78,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.7-11				

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"			
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ		Идентификатор: cf960d87-4941-4046-b0ff-02ccc6a612c0	
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