

2-неделя

1-й день						
Наименования блюда	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Голень куриная (запеченная) с соусом	70/30	128,102	80/30	139,747	90/30	151,393
Гарнир: макароны	100	9,8	130	9,8	150	9,8
Какао с молоком	200	183,61	200	183,61	200	183,61
Фрукт	100	52	100	52	100	52
Хлеб пшеничный; ржаной со сливочным маслом с сыром	20/5/3	36,8/20,1	35/5/3	64,4/40,2	40/5/3	73,6/40,2

2-й день

7-10 лет						
Наименования б.люда	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Вареники с картошкой	150/5	271,194	200/5	311,873	200/5	338,992
Самса духовая с мясом говядины	60	38,4	60	41,2	60	44
Чай черный сладкий	200	27,93	200	27,93	200	27,93
Хлеб пшеничный; ржаной	20	36,8	35	64,4	40	73,6

3-й день

7-10 лет						
Наименования блюда	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Плов с мясом говядины	150	249,15	200	286,522	230	311,437
Компот из сухофруктов	200	120,6	200	120,6	200	120,6
Хлеб пшеничный; ржаной	20	36,8	35	64,4	40	73,6
Мед	10	26,2	10	26,2	10	26,2

4-й день

7-10 лет						
Наименования блюда	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Биточки рыбные с соусом	70/30	180,279	80/30	196,668	100/30	213,057
Гарнир рис припущенный	100	211	130	273	150	317
Салат из свежих огурцов	60	99,22	70	115,756	80	132,293
Чай с лимоном	200	49,513	200	49,513	200	49,513
Хлеб пшеничный; ржаной	20	36,8	35	64,4	40	73,6

5-й день

7-10 лет						
Наименования блюда	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Жаркое из мяса курицы	200	189,14	230	217,511	250	236,425
Питьевой йогурт	100	9,8	100	9,8	100	9,8
Хлеб пшеничный; ржаной	20	36,8	35	64,4	40	73,6

3-неделя

1-й день						
Наименования блюда	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Манты из мяса говядины	200	176,8	230	198,2	250	209,4
Хлеб пшеничный; ржаной	20/5/3	124	30/5/3	148,8	40/5/3	173,6