

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|--|------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|
| | Какао на молоке | 1/200 | 1,69 | 1,23 | 0,24 | 26,11 | 0,01 | 0 | 0 | 1,26 | 53,97 | 6,3 | 0,82 |
| | ИТОГО: | | 32,01 | 21,58 | 87,37 | 665,13 | 0,208 | 20,4 | 9 | 341,76 | 495,37 | 90,08 | 6,4 |
| ОБЕД 7-11 лет | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Салат из морской капусты | 1/60 | 0,9 | 0,2 | 0 | 5,4 | 0,04 | 2 | 0,2 | 40 | 55 | 170 | 0 |
| | капуста морская, лук зеленый | | | | | | | | | | | | |
| 21 | Суп фасолевый с мясом | 200/20 | 5,53 | 4,75 | 19,4 | 145 | 0,19 | 12,37 | 0,02 | 46,14 | 139,07 | 37,92 | 1,81 |
| | говядина, фасоль красная, лук, морковь, картофель, масло | | | | | | | | | | | | |
| 38 | Рыба запеченная под соусом | 80/50 | 17,85 | 14 | 6,6 | 225 | 0,12 | 3,12 | 0,04 | 132,51 | 266,1 | 43 | 1,08 |
| | филе тиляпии, лук, морковь, сметана 20%, сыр | | | | | | | | | | | | |
| 4/а | Соус томатный | 1/50 | 0,40 | 0,86 | 3,1 | 21,85 | 0,01 | 0,98 | 0,00 | 3,40 | 6,90 | 3,50 | 0,12 |
| | томат паста, лук, морковь, масло сливочное, мука | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Картофельное пюре | 1/150 | 3,24 | 5,6 | 22 | 156 | 0,15 | 25,6 | 0,03 | 69,5 | 96,7 | 34,48 | 1,4 |
| | картофель, молоко 2%, масло сливочное | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,82 | 0 | 25,3 | 99,62 | 0,01 | 0,26 | 0 | 25,13 | 21,72 | 15,96 | 1,91 |
| | сухофрукты, сахар песок | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 1/20 | 3,16 | 0,4 | 20,76 | 94,4 | 0,064 | 0 | 0 | 10 | 34,4 | 14 | 0,64 |
| | Хлеб ржаной | 1/20 | 1,36 | 0,24 | 9,28 | 43 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 24,6 | 9,2 | 0,46 |
| | ИТОГО: | | 33,26 | 26,05 | 106,44 | 790,27 | 0,614 | 44,33 | 0,29 | 332,68 | 644,49 | 328,06 | 7,42 |
| ОБЕД 12-18 лет | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Салат из морской капусты | 1/100 | 1,8 | 0,4 | 0 | 10,8 | 0,04 | 4 | 0,4 | 80 | 110 | 340 | 0 |
| | капуста морская, лук зеленый | | | | | | | | | | | | |
| 21 | Суп фасолевый с мясом | 250/20 | 6,64 | 5,70 | 23,28 | 174,00 | 0,23 | 14,84 | 0,02 | 55,37 | 166,88 | 45,50 | 2,17 |
| | говядина, фасоль красная, лук, морковь, картофель, масло | | | | | | | | | | | | |
| 38 | Рыба запеченная под соусом | 100/50 | 17,85 | 14 | 6,6 | 225 | 0,12 | 3,12 | 0,04 | 132,51 | 266,1 | 43 | 1,08 |
| | филе тиляпии, лук, морковь, сметана 20%, сыр | | | | | | | | | | | | |
| 4/а | Соус томатный | 1/50 | 0,40 | 0,86 | 3,1 | 21,85 | 0,01 | 0,98 | 0,00 | 3,40 | 6,90 | 3,50 | 0,12 |
| | томат паста, лук, морковь, масло сливочное, мука | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Картофельное пюре | 1/180 | 4,32 | 7,47 | 29,33 | 208 | 0,2 | 34,13 | 0,04 | 92,67 | 128,9 | 45,97 | 1,87 |
| | картофель, молоко 2%, масло сливочное | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,82 | 0 | 25,3 | 99,62 | 0,01 | 0,26 | 0 | 25,13 | 21,72 | 15,96 | 1,91 |
| | сухофрукты, сахар песок | | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 1/20 | 3,16 | 0,4 | 20,76 | 94,4 | 0,064 | 0 | 0 | 10 | 34,4 | 14 | 0,64 |
| | Хлеб ржаной | 1/20 | 1,36 | 0,24 | 9,28 | 43 | 0,03 | 0 | 0 | 6 | 24,6 | 9,2 | 0,46 |
| | ИТОГО: | | 36,35 | 29,07 | 117,65 | 876,67 | 0,702 | 57,334 | 0,504 | 405,08 | 759,504 | 517,13 | 8,252 |
| ПОЛДНИК 7-18 лет | | | | | | | | | | | | | |
| 63 | Макароны с сыром | 1/150/15 | 9,1 | 11,22 | 35,97 | 286 | 0,13 | 0,24 | 0,075 | 0,24 | 143,32 | 31,39 | 0,99 |
| | макароны в-с, масло сливочное, сыр | | | | | | | | | | | | |
| | Чай | 1/200 | 0,4 | 0 | 1,38 | 21,8 | 0 | 0,2 | 0,1 | 9,9 | 16,5 | 8,8 | 1,64 |
| | Яблоко | 1/100 | 0,6 | 0 | 16,95 | 69 | 0,02 | 19,5 | 0 | 24 | 16,5 | 13,5 | 3,3 |
| | ИТОГО: | | 10,1 | 11,22 | 54,3 | 376,8 | 0,15 | 19,94 | 0,175 | 34,14 | 176,32 | 53,69 | 5,93 |
| | ВСЕГО: | 7-11 лет | 66,85 | 54,7 | 199,36 | 1573,78 | 0,866 | 64,97 | 6,465 | 608,18 | 1189,28 | 433,25 | 15,53 |
| | ВСЕГО: | 11-18 лет | 68,36 | 50,65 | 205,02 | 1541,8 | 0,91 | 77,734 | 9,504 | 746,84 | 1254,87 | 607,21 | 14,652 |