1 день										
Наименование блюда	Возрастная категория									
	7-11 лет					12-18 лет				
ЗАВТРАК	выход, гр.	белки	жиры	углеводы	ккал.	выход, гр.	белки	жиры	углеводы	ккал
Гуляш из печени	90	11	12	41	310	100	15	14	45	370
Рис отварной	120	9	3	75	363	150	11	4	94	454
Хлеб	30	3,61	1,51	21,9	110	30	3,61	1,51	21,9	110
Чай с сахаром	200	0,02	0	10	40	200	0,02	0	10	40
ИТОГ	440	23,63	16,51	155,1	823	480	29,63	19,51	170,9	974
ОБЕД										
Суп (сайровый)	250	5	5,1	15	170	300	6	7,2	20	200
Картофельное пюре со слив. маслом	150	3,1	5	21	165	200	4,1	7	28	220
Изделия колбасные отварные (сосиски)/огурец	100/30	5,6	9	2,8	167	100/30	5,6	9	2,8	167
Хлеб	2/30	7,2	3,02	43	220	2/30	7,2	3,02	43	220
Компот из сухофруктов с сахаром	200	2	0	30	120	200	2	0	30	120
ИТОГ	790	22,9	22,12	111,8	842	890	24,9	26,22	123,8	927
Итого за день	1230	46,53	38,63	266,9	1665	1370	54,53	45,73	294,7	1901

2 день										
Наименование блюда	Возрастная категория									
	7-11 лет					12-18 лет				
ЗАВТРАК	выход, гр.	белки	жиры	углеводы	ккал.	выход, гр.	белки	жиры	углеводы	ккал.
Каша молочная с маслом слив.	200/10	9	12,5	32,6	288	250/10	12	17,5	36,6	355
Сыр порционный	20	5,3	5,5	1,14	103	20	5,3	5,5	1,14	103
Хлеб	30	3,61	1,51	21,9	110	30	3,61	1,51	21,9	110
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	4,8	4,5	22	140	200	5	5,75	25	170
ИТОГ	460	22,71	24,01	77,64	641	510	25,91	30,26	84,64	738
ОБЕД										
Рассольник	250	3,2	3,9	13,9	115	300	5	6	20	184
Тефтели/помидор	90/30	12	5	5,5	280	100/30	14	17	7	306
Каша гречневая с маслом слив.	150	7	5	29	201	200	9	8	37	250
Хлеб	2/30	7,2	3,02	43	220	2/30	7,2	3,02	43	220
Кисель из свежезаморож. ягод	200	1,5	0	25	90	200	1,5	0	25	90
ИТОГ	780	30,9	16,92	116,4	906	890	36,7	34,02	132	1050
Итого за день	1240	53,61	40,93	194,04	1547	1400	62,61	64,28	216,64	1788

3 день										
Наименование блюда	Возрастная категория									
	7-11 лет					12-18 лет				
ЗАВТРАК	выход, гр.	белки	жиры	углеводы	ккал.	выход, гр.	белки	жиры	углеводы	ккал.
Картофельное пюре с маслом слив.	100	2,7	4,8	19	145	150	3,1	5	21	150
Изделия колбасные отварные (сосиски)	100	5,6	9	2,8	167	100	5,6	9	2,8	167
Чай с сахаром	200	0,02	0	10	40	200	0,02	0	10	40
Хлеб	30	3,61	1,51	21,9	110	30	3,61	1,51	21,9	110
ИТОГО	430	11,93	15,31	53,7	462	480	12,33	15,51	55,7	467
ОБЕД										
Борщ	250	5	7	13,7	140	300	6	8	15	160
Рис отварной	120	9	3	75	363	150	11	4	94	454
Курица запеченная/огурец	90/30	34,4	16,5	0,04	220	100/30	46,4	23	0,005	300