				говядина	54	54	54
Котлеты мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5	говядина фарш	75	86	96
				хлеб пшеничный	14	16	18
				молоко	19	22	25
				сухари	8	9	10
				масло растительное	5	6	7
				масло сливочное	6	7	8
Гарнир: рис отварной	100	130	150	рис	45	50	70
				масло сливочное	4	5	6
Чай сладкий	200	200	200	чай	2	2	2
				сахар	10	10	10
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
2 неделя, 1-ый день							
Ас мәзірі / Меню	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**	**Ингредиенты**	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**
	Выход гр.				**Брутто /гр.**		
Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20
				морковь	11	13	14
				лук репчатый	9	10	11
				масло растительное	4	5	5
				томатная паста	3	3	3
				бульон	191	220	240
				говядина	54	54	54
Зразы рубленные	80	90	100	говядина фарш	60	68	76
				хлеб пшеничный	9	10	11
				молоко	12	14	16
				лук репчатый	35	40	45
				масло растительное	9	10	11
				яйца	5	6	7
				сухари	7	8	9
Гарнир: перловка	100	130	150	перловка	36	47	55
				бульон	73	95	110

				масло сливочное	2,5	3,25	3,75
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Салат из белокочанной капусты	60	80	100	капуста белокочанная	58	78	98
				сахар	4	5	6
				масло растительное	4	5	6
				зелень	7	9	11
Чай сладкий	200	200	200	чай	2	2	2
				сахар	10	10	10
Сузбеше	100	100	100	сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
2 неделя, 2-ой день							
Ас мәзірі / Меню	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**	Ингредиенты	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**
	Выход/гр.				**Брутто /гр.**		
Суп с бобовыми	200/25	230/25	250/25	картофель	40	46	50
				фасоль	16	18	20
				морковь	8	9	10
				лук репчатый	8	9	10
				масло растительное	4	5	5
				бульон	140	161	175
				говядина	54	54	54
Плов (говядина)	150	180	200	говядина	107	107	107
				крупа рисовая	51	61	68
				морковь	14	17	19
				лук репчатый	9	11	12
				томатная паста	16	19	21
				масло растительное	8	10	11
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	15	15	15
				сахар	20	20	20
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Фрукт (яблоко)	200	200	200	яблоко	200	200	200

Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
2 неделя, 3-ий день							
Ас мәзірі / Меню	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**	Ингредиенты	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**
	Выход гр.				**Брутто /гр.**		
Щи из свежей капусты	200	230	250	капуста свежая	69	79	86
				морковь	11	13	14
				лук репчатый	9	10	11
				томатная паста	3	3	3
				мука пшеничная	3	3	3
				масло растительное	4	5	5
				бульон	160	184	200
				говядина	54	54	54
				сметана	8	9,2	10
Салат свекольный	60	80	100	свекла	65	83	109
				масло растительное	8	11	14
Голубцы с мясом и рисом	80	90	100	говядина (фарш)	70	70	70
				капуста белокочанная	103	103	103
				крупа рисовая	10	10	10
				лук репчатый	14	14	14
				соус	60	60	60
				сметана	16	16	16
				мука пшеничная	5	5	5
				бульон	47	47	47
				масло растительное	4	4	4
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Сок натуральный	200	200	200	сок	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
2 неделя, 4-ый день							
Ас мәзірі / Меню	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**	**Ингредиенты**	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**
	Выход/гр.				**Брутто /гр.**		

Суп с крупой	200/25	230/25	250/25	крупа овсяная	20	23	25
				морковь	11	13	14
				бульон	200	230	250
				соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				лук репчатый	9	10	11
				масло растительное	4	5	5
				говядина	54	54	54
Рыба припущенная с соусом	75/50	75/50	75/50	минтай	125	130	140
				лук репчатый	10	15	20
				сметана	10	10	10
				мука пшеничная	3	3	3
				морковь	10	15	20
				масло растительное	5	5	5
Гарнир: рис отварной	100	130	150	рис	45	50	70
				масло сливочное	4	5	6
Мед пчелиный	10	10	10	мед пчелиный	10	10	10
Кисель	200	200	200	кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
2 неделя, 5-ый день							
Ас мәзірі / Меню	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**	**Ингредиенты**	**7-10 лет**	**11-14 лет**	**15-18 лет**
	Выход гр.				**Брутто /гр.**		
Суп из овощей	200/25	230/25	250/25	капуста	20	23	25
				лук репчатый	53	61	66
				картофель	8	9	10
				морковь	11	13	14
				горошек зеленый консервированный	9	10	11
				масло растительное	4	5	5
				бульон	151	174	190
				говядина	54	54	54

Биточки мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5	говядина фарш	75	86	96
				хлеб пшеничный	14	16	18
				молоко	19	22	25
				сухари	8	9	10
				масло растительное	5	6	7
				масло сливочное	6	7	8
Гарнир: макароны	100	130	150	макароны	36	47	54
				масло сливочное	12	16	18
Салат витаминный	60	80	100	яблоки свежие	14	18	23
				помидоры свежие	18	24	29
				огурцы свежие	15	20	25
				морковь	11	15	19
				лимон для сока	6	8	10
				сахар	0,6	0,8	1
				масло растительное	12	16	20
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200	чай	2	2	2
				сахар	10	10	10