«СОГЛАСОВАНО»
Исполняющий обязанности начальника управления образования и молодежной политики администрации Нижневартовского района

_____ О. В. Бардина

«УТВЕРЖДАЮ»:

Исполняющий обязанности директора школы
_____ Артемьева Н.М.
Приказ от 02.11.2023г. № 489

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Артемьева Нина Михайловна
исполняющий обязанности директора
Сертификат: 4050 09e78 4bb8d 8270ae
Действителен с 04.09.2023г. по 04.09.2028г.
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Ваховская общеобразовательная средняя школа»

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

для организации 2-х разового питания учащихся муниципальных общеобразовательных учреждений Нижневартовского района
(7 - 11 лет)

«РАЗРАБОТАНО»

Исполняющий обязанности директора муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спектр»

_____О.Г. Дурова

«СОГЛАСОВАНО»

Представитель Нижневартовского района в Штабе родительского общественного контроля Общественного совета при Департаменте образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
_____ Т.Н. Колоскова

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ вязкая (С)		200/6	4,93	6,89	36,48	231,88
КРУПА РИСОВАЯ	39	38,6	2,62	0,38	27,47	123,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,2	57,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	86,3	86,3	2,26	2,35	3,60	48,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	6	6	0,05	4,16	0,08	37,93
КАКАО с молоком (С)		200	3,56	3,29	19,09	125,24
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,62	2,72	4,17	56,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
СЫР (порциями)		20	4,62	5,82	0,00	70,90
СЫР РОССИЙСКИЙ	20,7	20	4,62	5,82	0,00	70,90
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ(груши.мандарины,бананы,яблоки, апельсины)		130	0,55	0,44	13,33	59,41
ГРУША порционно	132,6	130	0,55	0,44	13,33	59,41
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,06	**16,74**	**83,63**	**558,83**
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (С)		60	0,95	3,01	4,94	52,54
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	69,6	48,6	0,87	0,05	1,46	11,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,49	2,41
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,99	11,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,97
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (б/м) (С)		200	4,16	5,28	15,03	125,03
КАРТОФЕЛЬ	53,33	40	0,78	0,17	6,26	29,73
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,17	0,31	7,61	45,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,63	3,12
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	43,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00

ГУЛЯШ из говядины (Р)		90	13,20	16,90	3,96	221,57
ГОВЯДИНА Б/К	84,6	71,1	12,79	10,89	1,66	155,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0,00	5,73	0,00	52,33
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,24	0,27	1,54	9,62
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5	6,3	0,09	0,01	0,50	2,45
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,3	2,3	0,08	0,00	0,26	1,36
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ отварные (С)		150	6,76	4,26	43,16	238,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	63	63	6,72	0,80	43,09	206,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,25	2,25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
СОКИ в ассортименте		200	1,40	0,20	26,40	120,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	200	1,40	0,20	26,40	120,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		24	1,58	0,29	9,50	46,94
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	24	24	1,58	0,29	9,50	46,94
			29,95	**30,14**	**115,29**	**862,84**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**46,01**	**46,88**	**198,92**	**1 421,67**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ с сыром (С)		150/5	17,83	24,78	2,23	305,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,47 шт.	99,2	12,13	10,88	0,62	149,03
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	36,9	36,9	0,97	1,00	1,54	20,91
СЫР РОССИЙСКИЙ	23	20,9	4,69	5,91	0,00	71,87
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	3,7	3,7	0,00	3,53	0,00	32,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ С САХАРОМ (С)		200	0,19	0,05	14,59	59,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		25	2,00	0,25	12,28	59,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	25	25	2,00	0,25	12,28	59,50
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ВАФЛИ,пряники,шоколад, конфеты, зефир, печенье)		35	0,98	1,16	27,06	123,90
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	35	35	0,98	1,16	27,06	123,90
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (апельсины,бананы,груша,яблоки,мандарины)		150	0,63	0,68	14,55	66,80
ЯБЛОКИ порционно	153	150	0,63	0,68	14,55	66,80
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,63	**26,92**	**70,71**	**615,45**
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консервированная)		60	1,14	5,34	4,62	71,40
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	63,2	60	1,14	5,34	4,62	71,40
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (С)		200/10/6	4,14	5,98	8,15	103,44
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	40	32	0,46	0,04	2,71	12,98
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	23,75	19	0,33	0,02	0,86	4,96
КАРТОФЕЛЬ	21,33	16	0,31	0,07	2,50	11,89
МОРКОВЬ	11,25	9	0,11	0,01	0,60	2,93
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,12	0,02	0,72	3,51
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,07	0,00	0,22	1,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,88	2,88	0,00	2,75	0,00	25,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43

ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ (горбуша)		100	10,23	5,61	7,44	121,90
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	61,6	41,2	8,18	2,55	0,00	55,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8,8	8,8	0,65	0,07	4,20	20,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,33	0,34	0,52	7,14
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,8	0,59	0,52	0,03	7,21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,4	8,8	0,12	0,02	0,70	3,43
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,27	0,31	1,75	10,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2,6	2,6	0,02	1,80	0,03	16,43
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,07	0,00	0,21	1,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,8	33,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (С)		150	3,16	4,67	21,10	140,34
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,49	0,56	20,03	95,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,63	0,65	1,00	13,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (С)		200	0,66	0,27	28,73	132,54
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,30	0,60	19,80	97,80
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	50	3,30	0,60	19,80	97,80
			26,43	**22,87**	**114,44**	**784,62**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**48,06**	**49,79**	**185,15**	**1 400,07**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с молоком сгущенным (С)		135/15	25,02	16,98	35,89	396,56
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	127,79	125,25	21,76	10,75	6,22	208,70
КРУПА МАННАЯ	8,99	8,99	0,89	0,09	6,10	28,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,53	0,44	0,39	0,02	5,31
САХАР ПЕСОК	12,46	12,46	0,00	0,00	12,07	48,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5,4	5,4	0,05	3,74	0,07	34,13
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,4	5,4	0,14	0,79	0,18	8,49
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,4	5,4	0,69	0,00	3,22	15,66
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,05	1,22	8,01	47,23
ЧАЙ С САХАРОМ и лимоном (Р)		200/7	0,25	0,06	14,79	60,66
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ЛИМОН	11,67	7	0,06	0,01	0,20	1,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ(груши.мандарины,бананы,яблоки, апельсины)		140	1,19	0,31	11,30	52,74
АПЕЛЬСИН порционно	142,9	140	1,19	0,31	11,30	52,74
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			28,86	**17,65**	**76,71**	**581,36**
Обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ порциями		60	0,51	0,07	0,98	6,56
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	63,8	60	0,51	0,07	0,98	6,56
УХА С ГОРБУШЕЙ, КАРТОФЕЛЕМ и пшеном (Р)		200/15	7,34	3,50	14,80	119,98
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	39,25	26,3	5,22	1,63	0,00	35,53
КАРТОФЕЛЬ	81,07	60,8	1,18	0,26	9,52	45,18
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,10	0,01	0,54	2,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,1	10,1	0,14	0,02	0,81	3,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	6,1	6,1	0,68	0,19	3,90	20,05

ПЛОВ из птицы (С)		200	20,83	22,45	34,55	404,24
КУРЫ потрош 1 КАТЕГОРИИ	137,2	96	17,37	14,80	0,41	184,19
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,5	7,5	0,00	7,16	0,00	65,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,6	13,1	0,17	0,03	1,04	5,11
МОРКОВЬ	14,5	11,6	0,15	0,01	0,78	3,77
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,07	0,00	0,22	1,18
КРУПА РИСОВАЯ	45,6	45,1	3,07	0,45	32,10	144,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"		200	0,00	0,00	21,64	87,01
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) "ВИТОШКА"	23	23	0,00	0,00	21,64	87,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			35,07	**26,92**	**111,93**	**811,29**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**63,93**	**44,57**	**188,64**	**1 392,65**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ вязкая (С)		160/5	7,94	7,54	39,41	262,05
ПШЕНО	49,2	49,2	5,46	1,55	31,48	161,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62,2	62,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3	2,44	2,53	3,89	52,87
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	4,1	4,1	0,00	0,00	3,97	15,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (С)		200	2,25	1,93	21,85	116,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,44
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		35	2,80	0,35	17,19	83,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	35	35	2,80	0,35	17,19	83,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)		8	0,07	5,72	0,10	52,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	8	8	0,07	5,72	0,10	52,14
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			16,97	**18,42**	**84,88**	**580,57**
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (б/т) (И)		60	0,97	2,95	5,76	53,91
СВЕКЛА	70,38	56,3	0,81	0,06	4,76	22,83
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,16	0,03	1,00	4,92
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,86	0,00	26,16
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ и курицей (Р)		200/10	4,59	5,15	15,66	124,94
КУРЫ потрош 1 КАТЕГОРИИ	16,46	11,52	2,09	1,78	0,05	22,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,27	8,27	0,86	0,99	5,56	34,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,26	0,02	3,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,2	23,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	74,67	56	1,10	0,24	8,76	41,62
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,64	8,93	0,12	0,02	0,71	3,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2,67	2,67	0,02	1,85	0,03	16,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,33	149,33	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,93	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00

ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (С)		100	13,82	11,49	7,70	183,60
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	79,6	74	12,78	2,66	3,75	83,20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0,00	5,73	0,00	52,33
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,41	2,29	14,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,6	34,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	18,3	18,3	0,47	2,67	0,64	28,76
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,07	0,00	0,22	1,18
КАРТОФЕЛЬ отварной (С)		160	3,17	4,38	25,11	152,41
КАРТОФЕЛЬ	213,33	160	3,12	0,70	25,04	118,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112	112	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5,3	5,3	0,05	3,68	0,07	33,50
СОКИ в ассортименте		200	1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,30	0,60	19,80	97,80
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	50	3,30	0,60	19,80	97,80
			30,65	**25,17**	**118,83**	**815,86**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**47,62**	**43,59**	**203,71**	**1 396,43**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВАРЕНИКИ ИЗ П/Ф ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИВОДСТВА С КАРТОФЕЛЕМ с маслом		150/5	6,28	12,41	36,01	285,20
ВАРЕНИКИ (П/Ф) ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА ЗАМОРОЖЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	139,8	139,8	6,24	8,95	35,94	253,59
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ с молоком (С)		200	1,31	1,36	16,61	86,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (С)		50	4,00	7,41	28,22	195,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,67	4,18	23,53	146,47
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,1	1,1	0,14	0,02	0,02	0,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,33
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,2	3,2	0,00	3,06	0,00	27,91
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	1,7	1,7	0,04	0,01	1,08	4,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,2	14,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,81
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ(груши.мандарины,бананы,яблоки, апельсины)		140	1,19	0,31	10,37	49,08
МАНДАРИН порционно	142,8	140	1,19	0,31	10,37	49,08
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,78	**21,49**	**91,21**	**616,56**
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (Ог/Гр)		60	1,10	3,11	5,60	55,12
КАРТОФЕЛЬ	32	24	0,47	0,11	3,75	17,84
МОРКОВЬ	13,5	10,8	0,14	0,01	0,72	3,51
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	16,6	10,8	0,32	0,02	0,68	4,19
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,5	6	0,08	0,01	0,18	1,09
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	10,9	10,8	0,09	0,01	0,27	1,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,97

СВЕКОЛЬНИК с мясом и сметаной (И)		200/10/6	4,28	5,96	10,59	113,51
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	59,25	47,4	0,68	0,05	4,01	19,23
КАРТОФЕЛЬ	39,6	29,7	0,58	0,13	4,65	22,08
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,09	0,01	0,49	2,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2	0,11	0,02	0,65	3,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,08	0,00	0,25	1,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,8	2,8	0,00	2,68	0,00	24,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ домашние (С)		100	15,32	14,17	16,22	250,29
ГОВЯДИНА Б/К	66,7	56,2	10,12	8,60	1,31	123,16
СВИНИНА МЯСНАЯ Б/К	17,7	15,9	2,19	4,22	0,37	43,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,11	0,12	7,16	34,11
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20	0,52	0,54	0,83	11,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,8	7,3	0,10	0,02	0,58	2,85
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1,28	0,00	5,97	28,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,7	0,7	0,00	0,67	0,00	6,10
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (И)		150	3,26	4,98	9,07	94,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215	172	3,01	0,18	7,83	44,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	43,61
МОРКОВЬ	7	5,6	0,07	0,01	0,37	1,82
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,28
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,06	0,00	0,20	1,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,4	4,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (Р)		200	1,14	0,08	27,59	115,54
КУРАГА	22,67	22,67	1,14	0,08	11,13	49,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	17	17	0,00	0,00	16,46	65,82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			31,49	**29,20**	**109,03**	**822,62**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**44,27**	**50,69**	**200,24**	**1 439,18**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "АРТЕКОВСКАЯ" вязкая (С)		180/5	7,28	8,02	38,25	261,15
ПШЕНО	21,8	21,4	2,38	0,68	13,69	70,33
КРУПА РИСОВАЯ	19,3	19,1	1,30	0,18	13,59	61,23
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	136	136	3,56	3,70	5,67	77,07
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0,00	0,00	5,23	20,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КАКАО с молоком (С)		200	3,56	3,29	19,09	125,24
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,62	2,72	4,17	56,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ С СЫРОМ (С)		50	5,75	8,69	14,37	158,77
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,33	0,29	14,29	69,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	6	6	0,05	4,16	0,08	37,93
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,37	4,24	0,00	51,58
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			20,50	**22,88**	**78,04**	**611,98**
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (С)		60	0,95	3,01	4,94	52,54
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	69,6	48,6	0,87	0,05	1,46	11,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,49	2,41
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,99	11,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,97
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ с зеленым горошком и мясом		200/10	4,08	5,20	9,03	99,31
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20,2	16,2	0,28	0,02	0,74	4,23
КАРТОФЕЛЬ	53,87	40,4	0,79	0,17	6,32	30,02
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,10	0,01	0,54	2,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,1	0,11	0,02	0,64	3,16
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	9,9	6,5	0,19	0,01	0,41	2,52
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153,5	153,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ из говядины (б/т) (С)		200	18,88	23,66	40,06	448,57
ГОВЯДИНА Б/К	98,3	83	14,94	12,72	1,93	181,88
КРУПА РИСОВАЯ	50	50	3,40	0,49	35,58	160,28
МОРКОВЬ	25	20	0,24	0,02	1,33	6,51

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	13	0,17	0,03	1,03	5,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	15	15	0,13	10,40	0,19	94,83
СОКИ в ассортименте		200	1,40	0,40	22,80	102,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200	1,40	0,40	22,80	102,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		35	2,66	0,28	17,22	82,04
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,31	0,42	13,86	68,46
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	35	35	2,31	0,42	13,86	68,46
			30,28	**32,97**	**107,91**	**852,92**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**50,78**	**55,85**	**185,95**	**1 464,90**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (С)		180/5	18,93	24,88	2,91	314,34
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,59 шт.	144,6	17,68	15,86	0,91	217,24
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	46,3	46,3	1,21	1,26	1,93	26,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	4,5	4,5	0,00	4,30	0,00	39,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ С САХАРОМ и лимоном (Р)		200/7	0,25	0,06	14,79	60,66
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ЛИМОН	11,67	7	0,06	0,01	0,20	1,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		35	2,80	0,35	17,19	83,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	35	35	2,80	0,35	17,19	83,30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)		10	0,09	7,15	0,13	65,17
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	10	10	0,09	7,15	0,13	65,17
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (апельсины,бананы,груша,яблоки,мандарины)		150	0,63	0,68	14,55	66,80
ЯБЛОКИ порционно	153,1	150	0,63	0,68	14,55	66,80
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,70	**33,12**	**49,57**	**590,27**
Обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ порциями		60	0,51	0,07	0,98	6,56
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	63,8	60	0,51	0,07	0,98	6,56
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (С)		200/10/6	4,14	5,98	8,15	103,44
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	40	32	0,46	0,04	2,71	12,98
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	23,75	19	0,33	0,02	0,86	4,96
КАРТОФЕЛЬ	21,33	16	0,31	0,07	2,50	11,89
МОРКОВЬ	11,25	9	0,11	0,01	0,60	2,93
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,12	0,02	0,72	3,51
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,07	0,00	0,22	1,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,88	2,88	0,00	2,75	0,00	25,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ с говядиной (С)		200	21,44	21,70	21,30	366,97
ГОВЯДИНА Б/К	124,8	105,3	18,94	16,13	2,45	230,75
КАРТОФЕЛЬ	142,27	106,7	2,08	0,47	16,69	79,30
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,3	0,17	0,03	1,06	5,19
МОРКОВЬ	15	12	0,15	0,01	0,80	3,91
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,3	5,3	0,00	5,06	0,00	46,22
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,10	0,00	0,30	1,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (И)		200	0,45	0,00	29,35	119,15
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,7	22,7	0,45	0,00	12,89	53,33
САХАР ПЕСОК	17	17	0,00	0,00	16,46	65,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			32,93	**28,65**	**99,74**	**789,62**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**55,63**	**61,77**	**149,31**	**1 379,89**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ИЗЮМОМ и джемом (С)		135/15	17,83	11,35	35,32	316,46
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	89,5	87,7	15,24	7,53	4,36	146,13
САХАР ПЕСОК	11,4	11,4	0,00	0,00	11,04	44,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2,9	2,9	0,02	2,01	0,04	18,33
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	39	39	1,02	1,06	1,63	22,10
КРУПА МАННАЯ	5,9	5,9	0,59	0,06	4,01	18,90
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5,9	5,9	0,14	0,03	3,73	15,71
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6	0,74	0,66	0,04	9,01
ДЖЕМ	15	15	0,08	0,00	10,47	42,14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (С)		200	2,25	1,93	21,85	116,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,44
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		40	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			27,03	**16,48**	**83,18**	**593,30**
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (м/р) (С)		70	0,97	4,20	5,74	65,31
СВЕКЛА	84,88	67,9	0,97	0,07	5,74	27,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,2	4,2	0,00	4,13	0,00	37,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,1	2,1	0,00	0,00	0,00	0,00
УХА С ГОРБУШЕЙ, КАРТОФЕЛЕМ и пшеном (Р)		200/15	7,34	3,50	14,80	119,98
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	39,25	26,3	5,22	1,63	0,00	35,53
КАРТОФЕЛЬ	81,07	60,8	1,18	0,26	9,52	45,18
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,10	0,01	0,54	2,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,1	10,1	0,14	0,02	0,81	3,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	6,1	6,1	0,68	0,19	3,90	20,05

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ с томатным соусом (С)		80/20	12,49	13,07	8,77	191,17
КУРЫ потрош 1 КАТЕГОРИИ	84,86	59,4	10,75	9,16	0,25	113,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14,67	14,67	1,08	0,12	7,00	33,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,67	18,67	0,49	0,50	0,78	10,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	3,7	3,7	0,03	2,56	0,05	23,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	0,9	0,9	0,01	0,62	0,01	5,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,10	0,11	0,60	3,76
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0,03	0,00	0,08	0,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ и кукурузой (Р)		150	3,90	5,39	36,28	209,22
КРУПА РИСОВАЯ	48,6	48,1	3,27	0,48	34,23	154,19
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92,8	92,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,9	8,3	0,11	0,02	0,66	3,24
МОРКОВЬ	10,38	8,3	0,11	0,01	0,55	2,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,1	2,1	0,00	2,01	0,00	18,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	4,1	4,1	0,03	2,84	0,05	25,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	17,9	12,5	0,38	0,03	0,79	4,85
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ с витаминной смесью "Витошка" (Р)		200	0,18	0,05	20,95	85,04
АПЕЛЬСИН	32,84	22	0,18	0,05	1,73	8,04
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) "ВИТОШКА"	5	5	0,00	0,00	4,70	18,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		40	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			30,89	**27,07**	**124,04**	**852,50**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**57,92**	**43,55**	**207,22**	**1 445,80**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ с сыром (С)		200	10,81	11,04	40,23	303,59
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	58,7	58,7	6,27	0,74	40,14	192,46
СЫР РОССИЙСКИЙ	22,7	20	4,48	5,65	0,00	68,77
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	6,7	6,7	0,06	4,65	0,09	42,36
ЧАЙ С САХАРОМ (С)		200	0,19	0,05	14,59	59,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ, вафли, зефир, конфеты, шоколад, печенье)		30	1,77	1,41	22,50	109,80
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ(груши.мандарины,бананы,яблоки, апельсины)		130	0,55	0,44	13,33	59,41
ГРУША порционно	132,7	130	0,55	0,44	13,33	59,41
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,72	**13,24**	**105,38**	**603,76**
Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ (б/т) (И)		70	1,00	3,45	5,53	57,65
МОРКОВЬ	82,13	65,7	0,81	0,07	4,37	21,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,5	14,7	0,19	0,03	1,16	5,73
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,5	3,5	0,00	3,35	0,00	30,53
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ и мясом (С)		200/10	5,81	7,96	18,56	169,33
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,68	1,91	10,76	66,96
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	1,8	1,8	0,02	1,25	0,02	11,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,43	0,54	0,49	0,03	6,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,1	25,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	53,33	40	0,78	0,17	6,26	29,73
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,53	8	0,11	0,02	0,63	3,12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0,00	1,91	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (минтай)		100	12,76	4,86	6,32	120,70
РЫБА МИНТАЙ ПБГ	111,7	67	10,26	0,58	0,00	46,30
МОРКОВЬ	25	20	0,24	0,02	1,33	6,51
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8	0,11	0,02	0,63	3,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,59	0,06	3,82	18,19
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,26	0,27	0,42	5,66
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	10,4	1,27	1,14	0,07	15,63
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (С)		150	3,16	4,67	21,10	140,34
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,49	0,56	20,03	95,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,63	0,65	1,00	13,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ в ассортименте		200	1,00	0,00	25,40	110,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200	1,00	0,00	25,40	110,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			30,12	**21,84**	**116,87**	**791,52**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**45,84**	**35,08**	**222,25**	**1 395,28**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПОЛЕЗНАЯ (пшенно-кукурузная) МОЛОЧНАЯ жидкая (Р)		150/5	4,71	6,06	25,07	177,46
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	14,7	14,5	1,16	0,17	9,90	45,82
ПШЕНО	14,7	14,5	1,61	0,46	9,27	47,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	72,6	72,6	1,90	1,97	3,03	41,14
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0,00	0,00	2,80	11,23
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ с молоком (С)		200	1,31	1,36	16,61	86,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		25	2,00	0,25	12,28	59,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	25	25	2,00	0,25	12,28	59,50
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (С)		50	3,64	7,99	29,51	205,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	28,4	28,4	2,98	3,40	19,10	118,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,10	0,53	3,35
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0,00	0,00	8,13	32,52
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0,00	0,00	1,55	6,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,2	4,2	0,00	4,01	0,00	36,63
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	4,2	4,2	0,11	0,12	0,17	2,38
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,8	0,22	0,19	0,01	2,71
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,5	0,18	0,16	0,01	2,25
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,5	0,5	0,06	0,01	0,01	0,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,5	9,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			15,57	**18,54**	**89,80**	**595,45**
Обед						
САЛАТ "ЗИМНИЙ" овощной (м/р)		60	0,89	6,05	4,65	77,28
КАРТОФЕЛЬ	24	18	0,35	0,08	2,81	13,38
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	10,85	10,2	0,09	0,01	0,17	1,12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,12	0,02	0,74	3,62
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	1,95
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	12,92	8,4	0,25	0,02	0,53	3,26
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0,00	5,91	0,00	53,95

СВЕКОЛЬНИК с мясом и сметаной (И)		200/10/6	4,28	5,96	10,59	113,51
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	59,25	47,4	0,68	0,05	4,01	19,23
КАРТОФЕЛЬ	39,6	29,7	0,58	0,13	4,65	22,08
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,09	0,01	0,49	2,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2	0,11	0,02	0,65	3,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,08	0,00	0,25	1,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,8	2,8	0,00	2,68	0,00	24,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (С)		100	13,30	9,97	8,61	171,68
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	86	71	12,27	2,55	3,60	79,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,36	2,02	12,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	43,61
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,32	1,83	0,44	19,80
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	0,40	0,46	2,55	15,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,6	37,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ рассыпчатая (С)		150	7,20	5,32	32,51	206,72
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,6	59	7,16	1,86	32,44	175,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
НАПИТОК ягодный (Р)		200	0,12	0,05	12,48	52,98
ЯГОДЫ СВ/М	24,49	24	0,12	0,05	0,86	6,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,30	0,60	19,80	97,80
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	50	3,30	0,60	19,80	97,80
			32,51	**28,31**	**110,78**	**825,45**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**48,08**	**46,85**	**200,58**	**1 420,90**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ вязкая (С)		200/6	4,93	6,89	36,48	231,88
КРУПА РИСОВАЯ	39	38,6	2,62	0,38	27,47	123,74
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,2	57,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	86,3	86,3	2,26	2,35	3,60	48,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0,00	0,00	5,33	21,30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	6	6	0,05	4,16	0,08	37,93
КАКАО с молоком (С)		200	3,56	3,29	19,09	125,24
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,62	2,72	4,17	56,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,60	0,45	22,10	107,10
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	45	45	3,60	0,45	22,10	107,10
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)		7	0,06	5,00	0,09	45,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	7	7	0,06	5,00	0,09	45,62
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (апельсины,бананы,груша,яблоки,мандарины)		140	1,19	0,31	11,30	52,74
АПЕЛЬСИН порционно	142,8	140	1,19	0,31	11,30	52,74
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,34	**15,94**	**89,06**	**562,58**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и мясом (С)		200/10	6,74	6,53	15,36	147,75
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
КАРТОФЕЛЬ	53,33	40	0,78	0,17	6,26	29,73
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,17	0,31	7,61	45,97
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,63	3,12
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0,00	3,82	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" (С)		90	14,55	18,23	8,64	258,40
ГОВЯДИНА Б/К	78,9	66,6	11,98	10,20	1,55	145,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,07	0,01	0,43	2,10
МОРКОВЬ	13,5	10,8	0,14	0,01	0,72	3,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,33	0,34	0,52	7,14

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,2	0,88	0,79	0,05	10,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9	9	1,15	0,00	5,37	26,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ для жарки	7,2	7,2	0,00	6,88	0,00	62,80
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (И)		150	3,26	4,98	9,07	94,66
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215	172	3,01	0,18	7,83	44,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0,00	4,77	0,00	43,61
МОРКОВЬ	7	5,6	0,07	0,01	0,37	1,82
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,28
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,06	0,00	0,20	1,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,4	4,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ в ассортименте		200	1,40	0,40	22,80	102,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200	1,40	0,40	22,80	102,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			32,34	**31,04**	**95,83**	**796,31**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**45,68**	**46,98**	**184,89**	**1 358,89**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ вязкая (С)		150/5	7,47	7,30	37,06	248,18
ПШЕНО	46,2	46,2	5,13	1,46	29,56	151,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,4	58,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	87,6	87,6	2,30	2,38	3,66	49,64
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0,00	0,00	3,77	15,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ С САХАРОМ (С)		200	0,19	0,05	14,59	59,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		15	1,20	0,15	7,37	35,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	15	15	1,20	0,15	7,37	35,70
БУЛОЧКА ЗАВИТУШКА (С)		50	3,01	5,63	34,48	200,63
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,72	4,25	23,91	148,81
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ на подпыл	1,48	1,48	0,16	0,17	1,00	6,20
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0,00	0,00	3,58	14,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	1,61	1,61	0,01	1,12	0,02	10,18
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,15	0,14	0,01	1,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,55	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,14	0,14	0,02	0,00	0,00	0,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (апельсины,бананы,груша,яблоки,мандарины)		115	0,48	0,39	11,79	52,56
ГРУША порционно	117,3	115	0,48	0,39	11,79	52,56
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,35	**13,52**	**105,29**	**596,63**
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консервированная)		60	1,14	5,34	4,62	71,40
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	63,2	60	1,14	5,34	4,62	71,40
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (С)		200/10/6	4,14	5,98	8,15	103,44
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	40	32	0,46	0,04	2,71	12,98
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	23,75	19	0,33	0,02	0,86	4,96

КАРТОФЕЛЬ	21,33	16	0,31	0,07	2,50	11,89
МОРКОВЬ	11,25	9	0,11	0,01	0,60	2,93
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,12	0,02	0,72	3,51
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,07	0,00	0,22	1,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,88	2,88	0,00	2,75	0,00	25,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ с соусом томатным (б/р) (горбуша) (С)		60/30	8,73	8,34	8,51	144,55
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	55,4	37,1	7,36	2,30	0,00	50,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7,9	7,9	0,58	0,06	3,77	17,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,3	11,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,1	7,9	0,11	0,02	0,63	3,08
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,48	0,53	3,03	18,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5	4,5	0,00	4,30	0,00	39,25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	1,4	1,4	0,01	0,97	0,02	8,85
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,16	0,94	5,86
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,04	0,00	0,12	0,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ с овощами (С)		150	3,09	8,26	23,19	180,56
КАРТОФЕЛЬ	170	127,5	2,48	0,55	19,95	94,76
МОРКОВЬ	18,75	15	0,18	0,02	1,00	4,88
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,5	24	0,32	0,05	1,90	9,37
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,11	0,00	0,34	1,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	8	8	0,00	7,64	0,00	69,77
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК брусничный (С)		200	0,17	0,11	25,17	102,38
БРУСНИКА	25	24,5	0,17	0,11	1,94	9,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		55	3,63	0,66	21,78	107,58
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	55	55	3,63	0,66	21,78	107,58
			24,70	**29,09**	**116,02**	**827,11**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**37,05**	**42,61**	**221,31**	**1 423,74**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ с сыром (С)		150/5	17,83	24,78	2,23	305,69
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,47 шт.	99,2	12,13	10,88	0,62	149,03
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	36,9	36,9	0,97	1,00	1,54	20,91
СЫР РОССИЙСКИЙ	23	20,9	4,69	5,91	0,00	71,87
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	3,7	3,7	0,00	3,53	0,00	32,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (С)		200	2,25	1,93	21,85	116,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,44
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
БУТЕРБРОД с маслом сливочным		30	1,69	7,35	9,95	112,77
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,60	0,20	9,82	47,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	10	10	0,09	7,15	0,13	65,17
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			25,68	**36,94**	**40,36**	**601,54**
Обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ порциями		60	0,51	0,07	0,98	6,56
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	63,8	60	0,51	0,07	0,98	6,56
УХА С ГОРБУШЕЙ, КАРТОФЕЛЕМ и пшеном (Р)		200/15	7,34	3,50	14,80	119,98
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	39,25	26,3	5,22	1,63	0,00	35,53
КАРТОФЕЛЬ	81,07	60,8	1,18	0,26	9,52	45,18
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,10	0,01	0,54	2,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,1	10,1	0,14	0,02	0,81	3,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	6,1	6,1	0,68	0,19	3,90	20,05
ПЛОВ из птицы (С)		200	20,83	22,45	34,55	404,24
КУРЫ потрош 1 КАТЕГОРИИ	137,2	96	17,37	14,80	0,41	184,19
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,5	7,5	0,00	7,16	0,00	65,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,6	13,1	0,17	0,03	1,04	5,11
МОРКОВЬ	14,5	11,6	0,15	0,01	0,78	3,77
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,07	0,00	0,22	1,18
КРУПА РИСОВАЯ	45,6	45,1	3,07	0,45	32,10	144,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00

НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	200		0,00	0,00	21,64	87,01
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) "ВИТОШКА"	23	23	0,00	0,00	21,64	87,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С	45		3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45		2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			35,07	**26,92**	**111,93**	**811,29**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**60,75**	**63,86**	**152,29**	**1 412,83**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с молоком сгущенным (С)		135/15	25,02	16,98	35,89	396,56
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	127,79	125,25	21,76	10,75	6,22	208,70
КРУПА МАННАЯ	8,99	8,99	0,89	0,09	6,10	28,79
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,53	0,44	0,39	0,02	5,31
САХАР ПЕСОК	12,46	12,46	0,00	0,00	12,07	48,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5,4	5,4	0,05	3,74	0,07	34,13
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,4	5,4	0,14	0,79	0,18	8,49
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,4	5,4	0,69	0,00	3,22	15,66
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,05	1,22	8,01	47,23
ЧАЙ С САХАРОМ и лимоном (Р)		200/7	0,25	0,06	14,79	60,66
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ЛИМОН	11,67	7	0,06	0,01	0,20	1,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (апельсины,бананы,груша,яблоки,мандарины)		150	0,63	0,68	14,55	66,80
ЯБЛОКИ порционно	153,1	150	0,63	0,68	14,55	66,80
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			28,30	**18,02**	**79,96**	**595,42**
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ с зеленым горошком (И)		70	1,31	5,39	6,89	82,01
КАРТОФЕЛЬ	32,27	24,2	0,48	0,11	3,78	17,98
СВЕКЛА	16,5	13,2	0,19	0,01	1,12	5,35
МОРКОВЬ	13,13	10,5	0,13	0,01	0,70	3,41
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	14,4	13,5	0,11	0,01	0,22	1,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,3	4,4	0,06	0,01	0,35	1,72
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	17,5	11,4	0,34	0,02	0,72	4,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,3	5,3	0,00	5,22	0,00	47,65
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ и курицей (Р)		200/10	4,59	5,15	15,66	124,94
КУРЫ потрош 1 КАТЕГОРИИ	16,46	11,52	2,09	1,78	0,05	22,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,27	8,27	0,86	0,99	5,56	34,61

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,26	0,02	3,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,2	23,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	74,67	56	1,10	0,24	8,76	41,62
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,64	8,93	0,12	0,02	0,71	3,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2,67	2,67	0,02	1,85	0,03	16,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,33	149,33	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,93	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ (И)		90	13,13	6,50	9,61	144,92
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	67,8	63	10,88	2,26	3,19	70,83
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,12	0,02	0,72	3,51
МОРКОВЬ	11,25	9	0,11	0,01	0,60	2,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,86	0,00	26,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	9	9	0,66	0,07	4,30	20,47
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18	18	0,48	0,49	0,75	10,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,2	0,88	0,79	0,05	10,82
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (С)		150	3,16	4,67	21,10	140,34
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,49	0,56	20,03	95,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,63	0,65	1,00	13,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОКИ в ассортименте		200	1,40	0,20	26,40	120,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	200	1,40	0,20	26,40	120,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		40	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,64	0,48	15,84	78,24
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	40	2,64	0,48	15,84	78,24
			29,27	**22,71**	**115,18**	**784,21**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**57,57**	**40,73**	**195,14**	**1 379,63**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВАРЕНИКИ ИЗ П/Ф ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИВОДСТВА С КАРТОФЕЛЕМ с маслом		150/5	6,29	12,41	36,03	285,37
ВАРЕНИКИ (П/Ф) ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА ЗАМОРОЖЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	139,9	139,9	6,25	8,95	35,96	253,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ с молоком (С)		200	1,31	1,36	16,61	86,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ С СЫРОМ (С)		50	5,75	8,69	14,37	158,77
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,33	0,29	14,29	69,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	6	6	0,05	4,16	0,08	37,93
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,37	4,24	0,00	51,58
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (апельсины,бананы,груша,яблоки,мандарины)		150	1,28	0,33	11,12	52,59
МАНДАРИН порционно	153	150	1,28	0,33	11,12	52,59
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,63	**22,79**	**78,13**	**583,14**
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (С)		60	0,95	3,01	4,94	52,54
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	69,6	48,6	0,87	0,05	1,46	11,18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,08	0,01	0,49	2,41
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,99	11,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,97
СВЕКОЛЬНИК с мясом и сметаной (И)		200/10/6	4,28	5,96	10,59	113,51
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	59,25	47,4	0,68	0,05	4,01	19,23
КАРТОФЕЛЬ	39,6	29,7	0,58	0,13	4,65	22,08
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,09	0,01	0,49	2,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2	0,11	0,02	0,65	3,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,08	0,00	0,25	1,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,8	2,8	0,00	2,68	0,00	24,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43

ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ (С)		90	14,23	15,77	8,96	235,17
ГОВЯДИНА Б/К	88,5	74,7	13,44	11,45	1,74	163,70
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5	4,5	0,00	4,30	0,00	39,25
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9	0,12	0,02	0,72	3,51
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,10	0,00	0,33	1,72
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,94
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,5	4,5	0,57	0,00	2,69	13,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ отварные (С)		150	6,76	4,26	43,16	238,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	63	63	6,72	0,80	43,09	206,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,25	2,25	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
НАПИТОК из плодов шиповника (Р)		200	0,66	0,27	25,83	120,92
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
САХАР ПЕСОК	17	17	0,00	0,00	16,46	65,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		23	1,75	0,18	11,32	53,91
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	23	23	1,75	0,18	11,32	53,91
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,65	0,30	9,90	48,90
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	25	25	1,65	0,30	9,90	48,90
			30,28	**29,75**	**114,70**	**863,11**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**44,91**	**52,54**	**192,83**	**1 446,25**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" (С)		200/5	5,20	6,62	29,63	203,69
КРУПА РИСОВАЯ	15,3	15,2	1,03	0,15	10,82	48,72
ПШЕНО	15,3	15,2	1,69	0,48	9,72	49,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3	2,44	2,53	3,89	52,87
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3	0,00	0,00	5,13	20,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КАКАО с молоком (С)		200	3,56	3,29	19,09	125,24
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,62	2,72	4,17	56,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,80	0,40	24,60	117,20
СЫР (порциями)		13	3,00	3,79	0,00	46,09
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,5	13	3,00	3,79	0,00	46,09
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			19,47	**16,98**	**79,65**	**559,04**
Обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ порциями		60	0,51	0,07	0,98	6,56
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	63,8	60	0,51	0,07	0,98	6,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ со сметаной (б/м) (И)		200/6	1,95	3,59	13,22	93,39
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,17	0,26	9,39	44,59
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,04	4	0,36	0,04	2,58	12,13
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,06	0,01	0,32	1,56
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12	12	0,10	0,01	0,19	1,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0,00	2,39	0,00	21,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
ПЛОВ из говядины (б/т) (С)		200	18,88	23,66	40,06	448,57
ГОВЯДИНА Б/К	98,3	83	14,94	12,72	1,93	181,88
КРУПА РИСОВАЯ	50	50	3,40	0,49	35,58	160,28
МОРКОВЬ	25	20	0,24	0,02	1,33	6,51
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	13	0,17	0,03	1,03	5,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	15	15	0,13	10,40	0,19	94,83

СОКИ в ассортименте		200	1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			28,73	**28,42**	**114,42**	**828,02**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**48,20**	**45,40**	**194,07**	**1 387,06**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (С)		150/5	15,88	21,44	2,46	268,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,01 шт.	121,15	14,82	13,29	0,77	182,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	38,8	38,8	1,02	1,06	1,62	21,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	3,8	3,8	0,00	3,63	0,00	33,14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ С САХАРОМ и лимоном (Р)		200/7	0,25	0,06	14,79	60,66
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ЛИМОН	11,67	7	0,06	0,01	0,20	1,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		20	1,60	0,20	9,82	47,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	20	20	1,60	0,20	9,82	47,60
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (50) (С)		50	5,75	8,69	14,37	158,77
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,33	0,29	14,29	69,26
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	6	6	0,05	4,16	0,08	37,93
СЫР РОССИЙСКИЙ	16,5	15	3,37	4,24	0,00	51,58
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ (апельсины,бананы,груша,яблоки,мандарины)		150	0,63	0,51	15,38	68,55
ГРУША порционно	153,1	150	0,63	0,51	15,38	68,55
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			24,11	**30,90**	**56,82**	**604,33**
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консервированная)		60	1,14	5,34	4,62	71,40
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	63,2	60	1,14	5,34	4,62	71,40
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, с мясом и сметаной (С)		200/10/6	4,14	5,98	8,15	103,44
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	40	32	0,46	0,04	2,71	12,98
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	23,75	19	0,33	0,02	0,86	4,96
КАРТОФЕЛЬ	21,33	16	0,31	0,07	2,50	11,89
МОРКОВЬ	11,25	9	0,11	0,01	0,60	2,93
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,12	0,02	0,72	3,51
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,07	0,00	0,22	1,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,88	2,88	0,00	2,75	0,00	25,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ с томатным соусом (С)		80/30	12,55	13,47	9,17	196,66
КУРЫ потрош 1 КАТЕГОРИИ	84,86	59,4	10,75	9,16	0,25	113,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14,67	14,67	1,08	0,12	7,00	33,36
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,67	18,67	0,49	0,50	0,78	10,58
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	3,7	3,7	0,03	2,56	0,05	23,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	1,4	1,4	0,01	0,97	0,02	8,85
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,16	0,94	5,86
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,1	1,1	0,04	0,00	0,13	0,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ отварной (С)		150	2,97	4,12	23,54	143,09
КАРТОФЕЛЬ	200	150	2,93	0,66	23,47	111,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (И)		200	0,45	0,00	29,35	119,15
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	22,7	22,7	0,45	0,00	12,89	53,33
САХАР ПЕСОК	17	17	0,00	0,00	16,46	65,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		45	2,97	0,54	17,82	88,02
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	45	45	2,97	0,54	17,82	88,02
			27,64	**29,81**	**114,79**	**827,24**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**51,75**	**60,71**	**171,61**	**1 431,57**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ вязкая (С)		180/5	4,45	5,91	32,92	206,67
КРУПА РИСОВАЯ	35,2	34,8	2,37	0,34	24,76	111,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	77,9	77,9	2,04	2,11	3,25	44,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,36
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (или цикорий) (С)		200	2,25	1,93	21,85	116,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4	4	0,94	0,57	0,40	10,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,44
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		48	3,84	0,48	23,57	114,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	48	48	3,84	0,48	23,57	114,24
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)		7	0,06	5,00	0,09	45,62
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	7	7	0,06	5,00	0,09	45,62
СЫР (порциями)		13	3,00	3,79	0,00	46,09
СЫР РОССИЙСКИЙ	13,4	13	3,00	3,79	0,00	46,09
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			17,51	**19,99**	**84,76**	**595,70**
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ с сыром (С)		60	2,80	5,62	4,21	79,09
СВЕКЛА	62,25	49,8	0,72	0,05	4,21	20,21
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,95	0,00	26,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	9,9	9	2,08	2,62	0,00	31,91
УХА С ГОРБУШЕЙ, КАРТОФЕЛЕМ и пшеном (Р)		200/15	7,34	3,50	14,80	119,98
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	39,25	26,3	5,22	1,63	0,00	35,53
КАРТОФЕЛЬ	81,07	60,8	1,18	0,26	9,52	45,18
МОРКОВЬ	10,13	8,1	0,10	0,01	0,54	2,64
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,1	10,1	0,14	0,02	0,81	3,94
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2	2	0,02	1,39	0,03	12,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПШЕНО	6,1	6,1	0,68	0,19	3,90	20,05

ТЕФТЕЛИ из говядины (60/30, б/р) (С)		60/30	8,35	13,27	10,05	193,91
ГОВЯДИНА Б/К	45,02	38	6,84	5,82	0,88	83,27
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	8	8	0,62	0,08	3,81	18,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,27	0,04	1,59	7,81
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,86	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,48	2,69	16,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,86	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	1,4	1,4	0,01	0,97	0,02	8,85
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,16	0,94	5,86
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0,04	0,00	0,12	0,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ тушеные (Р)		150	2,62	6,15	14,16	122,82
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,17	0,26	9,39	44,59
МОРКОВЬ	14,13	11,3	0,14	0,01	0,76	3,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	3	3	0,03	2,08	0,04	18,96
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	70	56	0,98	0,06	2,55	14,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,5	40,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0,00	2,86	0,00	26,16
ЛЕЧО ОВОЩНОЕ	10,5	10	0,18	0,86	0,75	11,54
СОКИ в ассортименте		200	1,00	0,00	25,40	110,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200	1,00	0,00	25,40	110,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИШНЕВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,30	0,60	19,80	97,80
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	50	3,30	0,60	19,80	97,80
			28,83	**29,50**	**110,56**	**829,08**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**46,34**	**49,49**	**195,32**	**1 424,78**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА запеченный, с молоком сгущенным (С)		135/15	21,38	14,16	43,52	387,05
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	102,3	100,3	17,42	8,61	4,99	167,13
КРУПА МАННАЯ	10,8	10,8	1,08	0,11	7,33	34,58
САХАР ПЕСОК	12,4	12,4	0,00	0,00	12,01	48,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,3	0,89	0,81	0,05	10,97
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,5	13,5	0,30	0,06	8,55	35,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	4	4	0,03	2,77	0,05	25,29
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,51	0,00	2,39	11,59
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	6,29
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,05	1,22	8,01	47,23
ЧАЙ С САХАРОМ (С)		200	0,19	0,05	14,59	59,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ(груши.мандарины,бананы,яблоки, апельсины)		150	1,28	0,33	12,11	56,51
АПЕЛЬСИН порционно	153,06	150	1,28	0,33	12,11	56,51
ГРУША порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН порционно	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			25,25	**14,84**	**84,95**	**574,52**
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (С)		70	1,12	3,53	5,76	61,30
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	81,2	56,7	1,02	0,06	1,70	13,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	7	0,10	0,02	0,57	2,82
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,49	13,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,5	3,5	0,00	3,45	0,00	31,47
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ и курицей (Р)		200/10	4,59	5,15	15,66	124,94
КУРЫ потрош 1 КАТЕГОРИИ	16,46	11,52	2,09	1,78	0,05	22,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8,27	8,27	0,86	0,99	5,56	34,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,30	0,26	0,02	3,64
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,2	23,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	74,67	56	1,10	0,24	8,76	41,62
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,60

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,64	8,93	0,12	0,02	0,71	3,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	2,67	2,67	0,02	1,85	0,03	16,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,33	149,33	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,93	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ по-волжски (горбуша, с/м) (Р)		90	17,44	11,95	5,60	194,61
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	97,1	65,1	12,92	4,03	0,00	87,96
СВИНИНА МЯСНАЯ Б/К	21,5	19,4	2,67	5,14	0,46	53,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,5	0,16	0,03	0,99	4,88
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	6,7	0,81	0,74	0,04	10,07
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6,9	6,9	0,88	0,00	4,11	20,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ на смазку листов	2,1	2,1	0,00	2,01	0,00	18,31
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (С)		150	3,16	4,67	21,10	140,34
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,49	0,56	20,03	95,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	24	24	0,63	0,65	1,00	13,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ягодный (Р)		200	0,12	0,05	12,48	52,98
ЯГОДЫ СВ/М	24,49	24	0,12	0,05	0,86	6,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,30	0,60	19,80	97,80
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	50	3,30	0,60	19,80	97,80
			33,53	**26,35**	**105,00**	**789,17**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**58,78**	**41,19**	**189,95**	**1 363,69**

Утверждаю

_____

МЕНЮ

7 - 11 лет

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПОЛЕЗНАЯ (пшенно-кукурузная) МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (Р)		180/5	3,75	5,52	21,17	152,33
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	11,5	11,5	0,92	0,14	7,86	36,35
ПШЕНО	11,5	11,5	1,28	0,36	7,35	37,79
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	57,6	57,6	1,51	1,56	2,41	32,64
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
ЧАЙ с молоком (С)		200	1,31	1,36	16,61	86,41
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,05	0,07	1,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,31	1,36	2,09	28,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ В/С		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА В/С	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (С)		55	4,00	8,75	32,45	225,54
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31,2	31,2	3,27	3,72	20,98	130,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9	0,10	0,11	0,60	3,76
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2	0,00	0,00	8,90	35,63
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,6	4,6	0,00	4,39	0,00	40,12
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6	0,12	0,13	0,19	2,61
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,24	0,22	0,01	3,02
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,17	0,01	2,42
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,6	0,6	0,08	0,01	0,01	0,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ 2,5% жирности		115	3,91	2,88	6,33	66,82
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	115	3,91	2,88	6,33	66,82
			15,37	**18,81**	**91,29**	**602,50**
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" из разных овощей (С)		60	1,04	6,07	5,94	83,34
КАРТОФЕЛЬ	33,87	25,4	0,49	0,11	3,98	18,88
МОРКОВЬ	16,88	13,5	0,16	0,01	0,90	4,39
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	14,9	14	0,12	0,02	0,23	1,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,95
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	10,5	6,8	0,20	0,01	0,43	2,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0,00	5,91	0,00	53,95

СВЕКОЛЬНИК с мясом и сметаной (И)		200/10/6	4,28	5,96	10,59	113,51
ГОВЯДИНА Б/К	17	14,35	2,58	2,20	0,33	31,45
СВЕКЛА	59,25	47,4	0,68	0,05	4,01	19,23
КАРТОФЕЛЬ	39,6	29,7	0,58	0,13	4,65	22,08
МОРКОВЬ	9,25	7,4	0,09	0,01	0,49	2,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2	0,11	0,02	0,65	3,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2	0,08	0,00	0,25	1,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,8	2,8	0,00	2,68	0,00	24,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,87	0,21	9,43
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (С)		90	11,96	8,97	7,74	154,38
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	77,4	63,9	11,04	2,29	3,24	71,84
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,28	0,32	1,81	11,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5	4,5	0,00	4,30	0,00	39,25
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,3	11,3	0,28	1,65	0,40	17,76
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,41	2,29	14,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,8	33,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ рассыпчатая (С)		150	7,20	5,32	32,51	206,72
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,6	59	7,16	1,86	32,44	175,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ (72,5%)	5	5	0,04	3,46	0,07	31,61
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ с витаминной смесью "Витошка" (Р)		200	0,18	0,05	20,95	85,04
АПЕЛЬСИН	32,84	22	0,18	0,05	1,73	8,04
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,08
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) "ВИТОШКА"	5	5	0,00	0,00	4,70	18,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С		40	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,64	0,48	15,84	78,24
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	40	2,64	0,48	15,84	78,24
			30,34	**27,17**	**113,25**	**814,99**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**45,71**	**45,98**	**204,54**	**1 417,49**