



МЕНЮ

1-4 класс 1 смена

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60		8,19	15,17	12,69	221,88
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	26,8	25,7	6,09	7,81	0,00	96,38
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,6	8,6	0,04	7,10	0,07	64,33
батон Корсаковский	25,7	25,7	2,06	0,26	12,62	61,17
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180		7,56	11,96	39,48	296,57
ПШЕНО	45,1	44,6	4,98	1,17	30,46	152,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,7	55,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,79	4,10	52,38
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,47	3,37	23,86	141,00
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,53	2,79	4,10	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			19,62	30,90	85,83	706,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,62	30,90	85,83	706,45

1-4 класс 2 смена

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
Копия САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1 ВАРИАНТ)	60		0,80	3,66	5,49	58,48
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	18,8	15	0,12	0,02	0,38	2,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,60	0,00	32,36
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,83	4,20
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,8	30,2	0,52	0,03	1,38	8,21
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		2,50	9,10	17,25	161,64
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,16	0,23	9,49	44,81
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10	9,9	0,89	0,11	6,42	30,25
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,06	0,01	0,32	1,59
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20	0,16	0,02	0,33	2,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ОТВАРНОЙ	150		5,41	7,17	56,91	313,87
КРУПА РИСОВАЯ	80	79,2	5,37	0,77	56,85	255,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,04	6,40	0,06	58,04
КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		18,50	22,53	4,92	296,61
батон Корсаковский	7	7	0,54	0,07	3,34	16,16
ОКОРОЧОК БЕЗ КОСТНЫЙ	83	78,85	16,30	8,41	0,08	141,19
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	8	8	0,22	0,25	0,37	4,66
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5	4,8	1,11	1,42	0,00	17,46
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	5	5	0,15	0,16	0,23	2,91
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,4	8,4	0,04	6,72	0,07	60,95
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5	5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,6	19,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200		0,09	0,09	21,46	87,44
ЯБЛОКИ	25	22	0,09	0,09	2,10	10,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,48	0,12	9,74	45,94

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
ГРУША		100	0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУША	111,11	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			31,17	43,23	138,79	1 072,17
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,17	43,23	138,79	1 072,17