



МЕНЮ
1-4 класс 1 смена

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60		3,72	8,57	5,94	116,57
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	12	11,5	2,73	3,50	0,00	43,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,95	0,05	44,88
батон Корсаковский	12	12	0,96	0,12	5,89	28,56
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60		0,66	0,12	2,29	14,47
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,4	60,3	0,66	0,12	2,29	14,47
БИТОЧКИ ИЗ КУР	80		16,05	10,58	8,03	191,64
батон Корсаковский	16	16	1,24	0,16	7,62	36,94
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,3	22,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	1,3	1,3	0,03	0,25	0,04	2,60
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,4	0,4	0,04	0,01	0,27	1,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,8	3,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ОКОРОЧОК БЕЗ КОСТНЫЙ	75	71,25	14,72	7,60	0,07	127,58
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100		5,89	3,34	37,65	204,26
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,87	0,70	37,62	180,32
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
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
			30,19	26,38	87,57	714,94
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,19	26,38	87,57	714,94



МЕНЮ
1-4 класс 2 смена

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,50	8,39
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	59,9	0,48	0,06	1,50	8,39
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200		1,97	5,10	10,28	95,41
КАРТОФЕЛЬ	45	33,75	0,66	0,14	5,34	25,21
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,83	0,05	2,19	13,04
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,06	0,00	0,22	1,18
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС ОТВАРНОЙ	150		6,09	7,26	64,01	345,84
КРУПА РИСОВАЯ	90	89,1	6,05	0,86	63,95	287,80
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
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90		14,73	9,75	1,69	154,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,17	0,02	1,15	5,51
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	9,4	9	2,07	2,66	0,00	32,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0,00	3,30	0,00	29,65
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	11,3	11,3	0,32	0,35	0,51	6,58
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	89	78,8	12,15	0,69	0,00	55,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0,02	2,73	0,03	24,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200		0,16	0,16	27,03	111,13
ЯБЛОКИ	45	40	0,16	0,16	3,80	18,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
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
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			27,30	23,11	136,77	869,09
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,30	23,11	136,77	869,09