



МЕНЮ

1-4 класс 1 смена

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180		23,38	17,44	21,28	339,97
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	120	120	20,95	10,48	3,49	196,72
батон Корсаковский	3	3	0,23	0,03	1,43	6,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,31	0,46	5,82
КРУПА МАННАЯ	6	6	0,60	0,06	4,11	19,15
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,24	1,13	0,07	15,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	3	3	0,08	0,58	0,10	5,99
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20		1,40	1,65	10,77	63,63
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,40	1,65	10,77	63,63
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,58	0,00	15,74	65,27
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	3	3	0,58	0,00	1,22	7,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,6	48,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,5	121,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
батон Корсаковский	20		1,60	0,20	9,82	47,60
батон Корсаковский	20	20	1,60	0,20	9,82	47,60
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			27,36	19,69	67,41	563,47
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,36	19,69	67,41	563,47



МЕНЮ
1-4 класс 2 смена

ДЕНЬ 5

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
СУП ГОРОХОВЫЙ	200		4,69	4,25	17,38	70,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	53,33	40	0,78	0,16	6,32	29,88
КРУПА ГОРОХ	16	16	3,70	0,18	9,89	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		10,72	9,26	68,47	400,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	100	100	10,67	1,26	68,39	327,86
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
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
ЯБЛОКО	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			38,35	36,97	145,99	1 017,65
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,35	36,97	145,99	1 017,65