



МЕНЮ

1-4 класс 1 смена

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,50	8,37
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	64,3	59,8	0,48	0,06	1,50	8,37
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100		2,40	3,07	25,13	137,33
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	46	46	5,63	1,47	25,48	137,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,7	76,7	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,13	0,01	14,84	60,89
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46	46	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	9,5	5,7	0,05	0,01	0,16	1,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	121,6	121,6	0,00	0,00	0,00	0,00
батон Корсаковский	20		1,60	0,20	9,82	47,60
батон Корсаковский	20	20	1,60	0,20	9,82	47,60
ГРУША	100		0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУША	111,11	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			23,51	26,17	66,51	597,80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,51	26,17	66,51	597,80



МЕНЮ
1-4 класс 2 смена
ДЕНЬ 7

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
БОРЩ	200		2,28	4,89	13,90	109,43
СВЕКЛА	40	32	0,47	0,03	2,74	13,04
КАРТОФЕЛЬ	45,07	33,8	0,66	0,14	5,34	25,25
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,56	0,03	1,46	8,69
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	6	6	0,28	0,00	1,11	5,94
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,78	0,14	7,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		4,09	10,99	26,39	221,40
КАРТОФЕЛЬ	208	156	3,03	0,60	24,67	116,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	35,6	35,6	1,00	1,11	1,62	20,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0,02	3,52	0,04	31,92
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,2	7,2	0,04	5,76	0,06	52,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,1	100,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОДЖАРКА	90		11,77	34,18	5,44	377,71
СВИНИНА МЯСНАЯ	90	76,5	10,61	24,71	0,00	264,92
МОРКОВЬ	13	10,4	0,14	0,01	0,70	3,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	33	27,7	0,38	0,06	2,20	11,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,7	9,7	0,00	9,40	0,00	84,58
ТОМАТНАЯ ПАСТА	13,8	13,8	0,64	0,00	2,54	13,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,2	4,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
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
			22,49	50,80	99,35	948,47

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	22,49	50,80	99,35	948,47
----------------	-------	-------	-------	--------