

1-4 класс. 1 смена

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	60		1,78	12,58	26,44	226,20
ПОВИДЛО	25	25	0,10	0,00	16,50	66,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15	15	0,08	12,38	0,12	112,20
батон Корсаковский	20	20	1,60	0,20	9,82	47,60
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
ОМЛЕТ С СЫРОМ	150		12,41	15,91	2,86	204,83
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,99 шт.	80,1	9,86	8,93	0,54	121,99
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,41	1,55	2,28	29,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	5	4,8	1,11	1,42	0,00	17,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
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
АПЕЛЬСИН	100		0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИН	142,9	100	0,90	0,20	8,10	43,00
			15,70	28,76	53,74	543,29
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,70	28,76	53,74	543,29



МЕНЮ
1-4 класс 2 смена

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60		0,81	4,91	6,72	74,15
СВЕКЛА	70	56	0,81	0,06	4,78	22,81
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200		2,34	2,82	16,75	101,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	85,33	64	1,24	0,25	10,12	47,80
ПШЕНО	8,08	8	0,89	0,21	5,46	27,32
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220		13,47	32,22	24,66	443,30
СВИНИНА МЯСНАЯ	87	73,95	10,25	23,89	0,00	256,08
МОРКОВЬ	13,13	10,5	0,14	0,01	0,70	3,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	187,73	140,8	2,74	0,54	22,26	105,17
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,6	14,7	0,20	0,03	1,17	5,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,14	0,00	0,53	2,87
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
АПЕЛЬСИН	100		0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,90	0,20	8,10	43,00
			21,15	40,69	105,72	880,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			21,15	40,69	105,72	880,66