



МЕНЮ
1-4 класс 1 смена

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180		9,68	12,85	33,58	289,99
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	49	49	5,23	0,62	33,51	160,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	294	294	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,2	8,2	0,04	6,57	0,07	59,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	20	19,2	4,41	5,66	0,00	69,84
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
АПЕЛЬСИН	100		0,90	0,20	8,10	43,00
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,90	0,20	8,10	43,00
			13,42	13,37	69,53	460,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,42	13,37	69,53	460,33



МЕНЮ
1-4 класс 2 смена
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60		0,66	0,12	2,29	14,45
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,4	60,2	0,66	0,12	2,29	14,45
СВЕКОЛЬНИК	200		2,04	8,76	12,56	137,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,12	0,02	0,67	3,34
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
СВЕКЛА	60	48	0,70	0,05	4,09	19,56
КАРТОФЕЛЬ	50	37,5	0,73	0,15	5,93	28,01
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
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	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ	240		25,14	17,00	61,77	500,93
ОКОРОЧОК БЕЗ КОСТНЫЙ	97,3	92,4	19,09	9,86	0,09	165,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,5	6,5	0,00	6,30	0,00	56,69
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9,1	0,13	0,02	0,73	3,62
МОРКОВЬ	12	9,6	0,12	0,01	0,64	3,26
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,15	0,00	0,59	3,16
КРУПА РИСОВАЯ	84	83,2	5,65	0,81	59,72	268,75
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
			32,37	26,62	134,21	914,32
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,37	26,62	134,21	914,32