

МЕНЮ

7-11 лет

11 января

1 неделя ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша рисовая молочная	200		5,1	3,3	31,4	182,0
РИС КРУГЛЫЙ	30,8	30,8	2,2	0,3	22,8	102,6
МОЛОКО 3,2%	105,6	105,6	2,9	3	4,6	63,4
САХАРНЫЙ ПЕСОК	4	4	0	0	4	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69	69	0	0	0	0,0
Горячий бутерброд с ветчиной и сыром	52		9,5	9,5	12,8	176,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,5
ВЕТЧИНА	20,4	20	3,2	6,2	0,9	75,0
СЫР ПОШЕХОНСКИЙ	13,5	13	3,2	3	0	44,7
Кофейный напиток на молоке	200		3,5	3,2	17,7	119,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0,1	3	14,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
МОЛОКО 3,2%	110	110	3	3,1	4,7	66,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
Яблоко	120		0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	120	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			18,6	16,5	73,7	534,3
Обед						
Суп картофельный с горохом лущеным	200		4,4	4,2	13,2	118,0
КАРТОФЕЛЬ п/ф	40	40	0,8	0,2	6,5	30,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	3,7	0,3	7,8	48,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	8	8	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ п/ф	8	8	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ПРИПРАВА СУХАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
Птица тушеная в сметанном соусе с томатом	50/50		13,5	14,8	4,0	220,6
БЕДРО КУРИНОЕ ОХЛ Б/КОСТ., Б/КОЖИ	83,5	83,5	12,6	10,3	0	158,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0	2,1	0	18,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	10	10	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	1	1	0	0,7	0	6,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	2,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15%	11,5	11,5	0,3	1,7	0,4	18,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,4	11,7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,5	34,5	0	0	0	0,0
Макаронные изделия отварные		150	5,5	4,5	26,3	167,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	56,7	56,7	6,2	0,7	40	191,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	341,7	341,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5,2	5,2	0	3,3	0,1	34,4
Напиток из смеси свежих плодов с/м		200	0,1		25,8	103,8
САХАРНЫЙ ПЕСОК	20	20	0	0	20	79,8
КОМЛОТНАЯ СМЕСЬ С/М	21,51	20	0,1	0	5,8	24,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		31	2,0	0,4	10,4	53,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	31	31	2	0,4	10,4	53,9
Печенье в асс.		20	1,1	6,9	11,9	111,0
ПЕЧЕНЬЕ ВОЛЖАНКА	20	20	1,1	6,9	11,9	111,0
			26,6	30,8	91,6	775,0
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке		200			20,2	88,0
Сок	200	200	0	0	0	0,0
Груша		115	0,5	0,3	11,8	54,1
ГРУША	115	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Пирожок с яйцом, кунжутом		75/2	7,8	7,0	25,4	196,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,5	0,4	22,4	106,9
САХАРНЫЙ ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,5	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,2	0	1,2	5,8
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,76 шт.	30,4	3,9	3,5	0,2	27,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,6	2,6	0	1,9	0	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,2
			8,3	7,3	57,4	338,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,5	54,6	222,7	1 647,5

МЕНЮ

7-11 лет

1 неделя ДЕНЬ 2

12 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета из мяса кур	90	12,3	17,4	9,4	253,9
Пюре картофельное	150	3,1	4,8	20,3	137,0
Зелёный горошек консервированный отварной	13	0,4		0,7	4,4
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Чай с лимоном	200/15/10	0,1		15,2	62,0
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
		18,5	29,7	67,8	625,7
Стоимость комплекса 57,69					
Обед					
Суп картофельный с мясом	205	2,2	2,8	10,7	76,9
Печень по-строгановски	45/45	11,9	9,9	3,3	169,9
Рис отварной	150	3,6	4,3	37,5	203,1
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8
Напиток из плодов сушеных (яблоки)	200	0,3		28,8	118,0
Батон йодированный	29	2,2	0,8	14,9	76,0
Бантик (слойка)	18	1,5	5,3	9,1	90,5
		23,0	23,3	111,0	769,2
Стоимость комплекса 57,69					
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке "Любимый"	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	60	8,8	6,6	24,0	191,4
		9,6	6,8	51,7	317,4
Стоимость комплекса 57,69					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

МЕНЮ

7-11 лет

13 января

1 неделя ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Блинчики с вишневым фаршем		150	6,7	8,5	55,5	323,0
Блинчики сытый папа с вишней п/ф с/м	145	145	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72.5%	5	5	0	3,2	0,1	33,1
Чай с низким содержанием сахара и лимоном		200/10/8	0,1		10,0	42,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0	1,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	204	204	0	0	0	0,0
ЛИМОН.	8,89	8	0,1	0	0,2	2,7
Груша		115	0,5	0,3	11,8	54,1
ГРУША	115	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Джем порционный		20			13,6	56,4
ДЖЕМ	20	20	0	0	13,6	56,4
			7,3	8,8	90,9	475,5
Обед						
Суп с макаронными изделиями и курой		200/10	4,0	4,1	10,4	104,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ (вермишель)	16	16	1,8	0,2	11,3	54,1
МОРКОВЬ п/ф	8	8	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	8	8	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,48	0,48	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПРИПРАВА СУХАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	13,3	13,3	2,9	0,3	0,1	15,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192	192	0	0	0	0,0
Тефтели "Сочные" со сметанно-томатным соусом		50/50	7,5	11,7	8,2	169,7
ТЕФТЕЛИ СОЧНЫЕ" п/ф 59гр (выход готового изд. 50гр)	1 шт	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	10	10	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72.5%	1	1	0	0,7	0	6,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	2,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15%	11,5	11,5	0,3	1,7	0,4	18,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,4	11,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,5	34,5	0	0	0	0,0

Каша гречневая рассыпчатая		150		8,6	6,1	38,5	243,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69,2	69,2		8,7	2,3	39,5	213,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5		0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,3	103,3		0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5,2	5,2		0	3,3	0,1	34,4
Напиток из кураги		200		1,0	0,1	30,2	126,2
КУРАГА	20	20		1	0,1	10,2	46,4
САХАРНЫЙ ПЕСОК	20	20		0	0	20	79,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200		0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2		0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		30		2,0	0,4	10,0	52,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30		2	0,4	10	52,2
Булочка с конфитюром		60		3,3	3,0	33,9	175,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,4	38,4		4,1	0,5	26,8	128,3
САХАРНЫЙ ПЕСОК	3	3		0	0	3	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6		0	3,6	0	32,4
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,06 шт.	2,2		0,3	0,3	0	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6		0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2		0,2	0	0,1	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,6	12,6		0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24		0	0,2	0	2,2
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,03 шт.	1,2		0,2	0,1	0	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24		0	0,2	0	2,2
КОНФИТЮР ФРУКТ-ЯГОДНЫЙ	9,5	9,5		0	0	0	0,0
				26,4	25,4	131,2	871,1
Полдник							
Сок фруктовый в инд.упаковке		200				20,2	88,0
Сок	200	200		0	0	0	0,0
Яблоко		120		0,5	0,5	11,8	56,4
яблоки	136,1	120		0,5	0,5	11,8	56,4
Батончик в инд.упак.		26		1,5	8,9	14,5	141,4
Батончик Курьез	26	26		1,5	8,9	14,5	141,4
Булочка домашняя с кунжутом		75/2		6,9	4,0	43,3	236,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55,4	55,4		6	0,7	38,7	185,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	4,3	4,3		0	0	4,3	17,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2		0	5,2	0	46,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,08 шт.	3,2		0,4	0,4	0	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9		0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,7	1,7		0,2	0	0,1	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2		0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3		0	0,3	0	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3		0	0,3	0	2,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,04 шт.	1,6		0,2	0,2	0	2,5
КУНЖУТ	2	2		0,4	1	0,2	11,3
				8,9	13,4	89,8	522,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:				42,6	47,6	311,9	1 868,9

МЕНЮ

7-11 лет

1 неделя ДЕНЬ 4

14 января

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Шницель из свинины		90	14,3	17,6	11,9	262,0
ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ РУБЛЕННЫЙ п/ф 105гр. зам. (выход готов. издел. 90гр)	1 шт.	1	0,1	0,1	0,1	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,5	5,5	0	5,5	0	49,4
Макаронные изделия отварные		150	5,5	4,5	26,3	167,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	56,7	56,7	6,2	0,7	40	191,6
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	341,7	341,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5,2	5,2	0	3,3	0,1	34,4
Батон йодированный		24	1,8	0,7	12,3	62,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
Чай с низким содержанием сахара		200/10	0,1		10,0	40,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0	1,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	204	204	0	0	0	0,0
Пирожное песочное		35	3,9	8,8	25,8	201,1
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,46 шт.	18,4	2,2	1,8	0,1	28,9
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10,5	10,5	0	0	10,5	41,9
ПОВИДЛО	6,6	6,6	0	0	4,4	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,4	15,4	1,7	0,2	10,8	51,4
СОДА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
МАРГАРИН ДЛЯ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА	8,3	8,3	0	6,8	0	61,4
СОЛЬ УГЛЕАММОНИЙНАЯ	0,001	0,001	0	0	0	0,0
			25,6	31,6	86,3	733,7
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем		250	1,8	5,0	7,9	90,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ П/Ф КОЧАН	53,1	50	0,9	0,1	2,4	14,0
КАРТОФЕЛЬ п/ф	30	30	0,6	0,1	4,9	23,1
МОРКОВЬ п/ф	10	10	0,1	0	0,7	3,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	10	10	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	5	0	45,0
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	0,7	0,5	0	0	0,1	0,7
ПРИПРАВА СУХАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
Плов со свининой		200	13,6	13,8	43,3	363,8
СВИНИНА ЛОПАТКА П/Ф	52	52	9,1	7,3	0	113,4
РИС ПРОПАРЕННЫЙ	54	54	3,8	0,5	40	179,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	11	11	0,2	0	0,9	4,5
МОРКОВЬ п/ф	23	23	0,3	0	1,6	8,1

ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
Напиток из смеси сухофруктов		200	0,6		32,0	133,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,7	3,5	13,3	55,8
САХАРНЫЙ ПЕСОК	20	20	0	0	20	79,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	283	283	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		20	1,3	0,2	6,7	34,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	6,7	34,8
Батон йодированный		21	1,6	0,6	10,8	55,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	21	21	1,6	0,6	10,8	55,0
Мандарин		100	0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	100	100	0,8	0,2	7,5	38,0
			19,7	19,8	108,2	714,6
Полдник						
Сок фруктовый в инд. упаковке		200			20,2	88,0
Сок	200	200	0	0	0	0,0
Груша		115	0,5	0,3	11,8	54,1
ГРУША	115	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Пирожок с яйцом, кунжутом		75/2	7,8	7,0	25,4	196,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,5	0,4	22,4	106,9
САХАРНЫЙ ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,5	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,2	0	1,2	5,8
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,76 шт.	30,4	3,9	3,5	0,2	47,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,6	2,6	0	1,9	0	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,2
			8,3	7,3	57,4	338,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,6	58,7	251,9	1 786,5

МЕНЮ

7-11 лет

1 НЕДЕЛЯ ДЕНЬ 5

15 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из свинины	45/45	9,6	25,4	2,6	277,9
Рис отварной	150	3,6	4,2	37,4	202,5
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6
Чай с лимоном	200/15/3	0,2		15,1	61,9
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
		15,6	30,7	78,2	656,3
Стоимость комплекса 57,69 руб.					
Обед					
Рассольник Ленинградский	250	2,3	5,4	17,0	126,9
Котлета Волжанка рыбная с соусом красным основным	50/50	7,3	8,1	10,5	148,1
Картофель тушеный	150	3,2	10,6	21,0	194,2
Сок фруктовый	200				
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Булочка с маком	50	3,6	6,3	22,0	159,0
		18,4	30,8	80,5	660,4
Стоимость комплекса 57,69 руб.					
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	60	8,8	6,6	24,0	191,4
		9,6	6,8	51,7	317,4
Стоимость комплекса 57,69 руб.					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

МЕНЮ

7-11 лет

2 неделя ДЕНЬ 1

18 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная	200	5,4	10,1	39,4	273,0
Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Бутерброд с сыром	15/23	5,6	4,6	11,8	111,9
Груша	115	0,5	0,3	11,8	54,1
		15,6	18,5	80,6	558,0
Стоимость комплекса 57,69					
Обед					
Суп картофельный с яйцом, колбасой п/к	200/5	3,0	4,7	9,2	91,8
Тефтели "Сочные" со сметанно-томатным соусом	50/50	7,5	11,7	8,2	169,7
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,5	26,3	167,7
Напиток из кураги	200	1,0	0,1	30,2	126,2
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Батон йодированный	24	1,8	0,7	12,3	62,9
Бантик (слойка)	18	1,5	5,3	9,1	90,5
		21,7	27,3	102,3	745,3
Стоимость комплекса 57,69					
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Груша	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Пирожок с яйцом, кунжутом	75/2	8,2	8,0	25,6	207,4
		8,7	8,3	57,6	349,5
Стоимость комплекса 57,69					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

МЕНЮ

7-11 лет

2 неделя ДЕНЬ 2

19 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины	90	14,3	17,6	11,9	262,0
Рис отварной	150	3,6	4,2	37,4	202,5
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Кукуруза консервированная отварная	20	0,3		2,0	10,0
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
		21,7	29,6	88,6	704,1
Стоимость комплекса 57,69					
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,3	5,8	52,0	132,0
Жаркое по-домашнему с курой	250	14,6	12,5	27,5	295,9
Напиток из шиповника и изюма	200	0,5	0,2	26,4	116,4
Хлеб ржаной	27	1,8	0,3	9,0	47,0
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Булочка с маком	50	4,5	2,3	28,9	153,4
		27,2	21,7	154,1	797,1
Стоимость комплекса 57,69					
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Батончик в индив.упаковке	28	1,5	8,9	14,5	141,4
Булочка домашняя с кунжутом	75/2	6,9	4,0	43,3	236,5
		8,9	13,4	89,8	522,3
Стоимость комплекса 57,69					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством

МЕНЮ

7-11 лет

2 неделя ДЕНЬ 3

20 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пудинг творожный с молоком сгущенным	150/50	25,4	24,2	56,0	544,5
Батоң йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
		27,5	25,3	93,1	713,3
Стоимость комплекса 57,69					
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	15,5	4,9	10,9	103,8
Гуляш из мяса кур	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,1	38,5	243,2
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	143,0
Хлеб ржаной	19	1,3	0,2	6,3	33,1
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6
		45,6	27,1	117,5	852,2
Стоимость комплекса 57,69					
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке "Любимый"	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	60	8,8	6,6	24,0	191,4
		9,6	6,8	51,7	317,4
Стоимость комплекса 57,69					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством

МЕНЮ

7-11 лет

2 неделя ДЕНЬ 4 21 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета из мяса кур	90	14,1	13,6	2,8	209,6
Пюре картофельное	150	3,1	4,8	20,3	137,0
Зелёный горошек консервированный	10	0,3		0,6	3,4
Батон йодированный	31	2,3	0,9	15,9	81,2
Чай с лимоном	200/15/5	0,2		15,2	62,6
		20,0	19,3	54,8	493,8
Стоимость комплекса 57,69					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	5,0	7,9	90,0
Плов со свининой	200	13,6	13,8	43,3	363,8
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	133,0
Хлеб ржаной	33	2,2	0,4	11,0	57,4
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
		21,0	20,6	121,4	779,2
Стоимость комплекса 57,69					
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Груша	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Пирожок с яйцом, кунжутом	75/2	8,2	8,0	25,6	207,4
		8,7	8,3	57,6	349,5
Стоимость комплекса 57,69					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

МЕНЮ

7-11 лет

2 неделя ДЕНЬ 5

22 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Сосиска отварная	50	5,5	12,0	0,2	130,5
Макароны отварные с сыром	170	11,2	8,6	40,2	295,5
Батон йодированный	24	1,8	0,7	12,3	62,9
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
		19,1	21,8	74,5	585,3
Стоимость комплекса 57,69					
Обед					
Рассольник Ленинградский	200	1,6	4,0	9,6	85,6
Котлета рыбная с соусом	50/50	7,3	8,1	10,5	148,1
Рис отварной	150	3,6	4,2	37,4	202,5
Компот из чёрной смородины	200	0,5	0,1	28,9	123,0
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8
Батон йодированный	19	1,4	0,6	9,8	49,8
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
		16,8	24,1	114,8	754,8
Стоимость комплекса 57,69					
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Булочка домашняя с кунжутом	75/2	6,9	4,0	43,3	236,5
		7,4	4,5	75,3	380,9
Стоимость комплекса 57,69					

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Вахруков М.С.

Стремянова Ю.Ю.

МЕНЮ

7-11 лет

1 неделя ДЕНЬ 1

25 января

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша рисовая молочная		200	5,1	3,3	31,4	182,0
РИС КРУГЛЫЙ	30,8	30,8	2,2	0,3	22,8	102,6
МОЛОКО 3,2%	105,6	105,6	2,9	3	4,6	63,4
САХАРНЫЙ ПЕСОК	4	4	0	0	4	16,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69	69	0	0	0	0,0
Горячий бутерброд с ветчиной и сыром		52	9,5	9,5	12,8	176,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,5
ВЕТЧИНА	20,4	20	3,2	6,2	0,9	75,0
СЫР ПОШЕХОНСКИЙ	13,5	13	3,2	3	0	44,7
Кофейный напиток на молоке		200	3,5	3,2	17,7	119,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0,1	3	14,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
МОЛОКО 3,2%	110	110	3	3,1	4,7	66,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
Яблоко		120	0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	120	120	0,5	0,5	11,8	56,4
			18,6	16,5	73,7	534,3
Обед						
Суп картофельный с горохом лущеным		200	4,4	4,2	13,2	118,0
КАРТОФЕЛЬ п/ф	40	40	0,8	0,2	6,5	30,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,2	3,7	0,3	7,8	48,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	8	8	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ п/ф	8	8	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ПРИПРАВА СУХАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
Птица тушенная в сметанном соусе с томатом		50/50	13,5	14,8	4,0	220,6
БЕДРО КУРИНОЕ ОХЛ Б/КОСТ., Б/КОЖИ	83,5	83,5	12,6	10,3	0	158,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1	0	2,1	0	18,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	10	10	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	1	1	0	0,7	0	6,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	2,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15%	11,5	11,5	0,3	1,7	0,4	18,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,4	11,7

ПИТЬЕВАЯ	34,5	34,5	0	0	0	0,0
Макаронные изделия отварные		150	5,5	4,5	26,3	167,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	56,7	56,7	6,2	0,7	40	191,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	341,7	341,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5,2	5,2	0	3,3	0,1	34,4
Напиток из смеси свежих плодов с/м		200	0,1		25,8	103,8
САХАРНЫЙ ПЕСОК	20	20	0	0	20	79,8
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ С/М	21,51	20	0,1	0	5,8	24,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		31	2,0	0,4	10,4	53,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	31	31	2	0,4	10,4	53,9
Печенье в асс.		20	1,1	6,9	11,9	111,0
ПЕЧЕНЬЕ ВОЛЖАНКА	20	20	1,1	6,9	11,9	111,0
			26,6	30,8	91,6	775,0
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке		200			20,2	88,0
Сок	200	200	0	0	0	0,0
Груша		115	0,5	0,3	11,8	54,1
ГРУША	115	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Пирожок с яйцом, кунжутом		75/2	7,8	7,0	25,4	196,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,5	0,4	22,4	106,9
САХАРНЫЙ ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,5	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,2	0	1,2	5,8
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,76 шт.	30,4	3,9	3,5	0,2	47,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,6	2,6	0	1,9	0	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,2
			8,3	7,3	57,4	338,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,5	54,6	222,7	1 647,5

МЕНЮ

7-11 лет

26 января

1 неделя ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета из мяса кур	90	12,3	17,4	9,4	253,9
Пюре картофельное	150	3,1	4,8	20,3	137,0
Зелёный горошек консервированный отварной	13	0,4		0,7	4,4
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Чай с лимоном	200/15/10	0,1		15,2	62,0
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
		18,5	29,7	67,8	625,7
Стоимость комплекса 57,69					
Обед					
Суп картофельный с мясом	205	2,2	2,8	10,7	76,9
Печень по-строгановски	45/45	11,9	9,9	3,3	169,9
Рис отварной	150	3,6	4,3	37,5	203,1
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8
Напиток из плодов сушеных (яблоки)	200	0,3		28,8	118,0
Батон йодированный	29	2,2	0,8	14,9	76,0
Бантик (слойка)	18	1,5	5,3	9,1	90,5
		23,0	23,3	111,0	769,2
Стоимость комплекса 57,69					
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке "Любимый"	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	60	8,8	6,6	24,0	191,4
		9,6	6,8	51,7	317,4
Стоимость комплекса 57,69					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

МЕНЮ

7-11 лет

1 неделя ДЕНЬ 3

27 января

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Блинчики с вишневым фаршем	150		6,7	8,5	55,5	323,0
Блинчики сытый ПАПА С ВИШНЕЙ П/Ф С/М	145	145	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,2	0,1	33,1
Чай с низким содержанием сахара и лимоном	200/10/8		0,1		10,0	42,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0	1,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	204	204	0	0	0	0,0
ЛИМОН.	8,89	8	0,1	0	0,2	2,7
Груша	115		0,5	0,3	11,8	54,1
ГРУША	115	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Джем порционный	20				13,6	56,4
ДЖЕМ	20	20	0	0	13,6	56,4
			7,3	8,8	90,9	475,5
Обед						
Суп с макаронными изделиями и курой	200/10		4,0	4,1	10,4	104,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ (вермишель)	16	16	1,8	0,2	11,3	54,1
МОРКОВЬ п/ф	8	8	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	8	8	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,48	0,48	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПРИПРАВА СУХАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	13,3	13,3	2,9	0,3	0,1	15,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192	192	0	0	0	0,0
Тефтели "Сочные" со сметанно-томатным соусом	50/50		7,5	11,7	8,2	169,7
ТЕФТЕЛИ СОЧНЫЕ" п/ф 59гр (выход готового изд. 50гр)	1 шт.	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	10	10	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	1	1	0	0,7	0	6,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	2,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15%	11,5	11,5	0,3	1,7	0,4	18,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,4	11,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,5	34,5	0	0	0	0,0

Каша гречневая рассыпчатая		150	8,6	6,1	38,5	243,2
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69,2	69,2	8,7	2,3	39,5	213,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,3	103,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5,2	5,2	0	3,3	0,1	34,4
Напиток из кураги		200	1,0	0,1	30,2	126,2
КУРАГА	20	20	1	0,1	10,2	46,4
САХАРНЫЙ ПЕСОК	20	20	0	0	20	79,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		30	2,0	0,4	10,0	52,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2	0,4	10	52,2
Булочка с конфитюром		60	3,3	3,0	33,9	175,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,4	38,4	4,1	0,5	26,8	128,3
САХАРНЫЙ ПЕСОК	3	3	0	0	3	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,6	0	32,4
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,06 шт.	2,2	0,3	0,3	0	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0,1	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,6	12,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24	0	0,2	0	2,2
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24	0	0,2	0	2,2
КОНФИТЮР ФРУКТ-ЯГОДНЫЙ	9,5	9,5	0	0	0	0,0
			26,4	25,4	131,2	871,1
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке		200			20,2	88,0
Сок	200	200	0	0	0	0,0
Яблоко		120	0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	136,1	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Батончик в инд.упак.		26	1,5	8,9	14,5	141,4
Батончик Курьез	26	26	1,5	8,9	14,5	141,4
Булочка домашняя с кунжутом		75/2	6,9	4,0	43,3	236,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	55,4	55,4	6	0,7	38,7	185,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	4,3	4,3	0	0	4,3	17,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0	5,2	0	46,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,08 шт.	3,2	0,4	0,4	0	5,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,7	1,7	0,2	0	0,1	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,5
КУНЖУТ	2	2	0,4	1	0,2	11,3
			8,9	13,4	89,8	522,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,6	47,6	311,9	1 868,9

МЕНЮ

7-11 лет

1 неделя ДЕНЬ 4

28 января

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Шницель из свинины		90	14,3	17,6	11,9	262,0
ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ РУБЛЕННЫЙ п/ф 105гр, зам., (выход готов. издел. 90гр)	1 шт.	1	0,1	0,1	0,1	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,5	5,5	0	5,5	0	49,4
Макаронные изделия отварные		150	5,5	4,5	26,3	167,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	56,7	56,7	6,2	0,7	40	191,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	341,7	341,7	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72.5%	5,2	5,2	0	3,3	0,1	34,4
Батон йодированный		24	1,8	0,7	12,3	62,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	24	24	1,8	0,7	12,3	62,9
Чай с низким содержанием сахара		200/10	0,1		10,0	40,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0	1,0
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	204	204	0	0	0	0,0
Пирожное песочное		35	3,9	8,8	25,8	201,1
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,46 шт.	18,4	2,2	1,8	0,1	28,9
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10,5	10,5	0	0	10,5	41,9
ПОВИДЛО	6,6	6,6	0	0	4,4	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,4	15,4	1,7	0,2	10,8	51,4
СОДА	0,05	0,05	0	0	0	0,0
МАРГАРИН ДЛЯ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА	8,3	8,3	0	6,8	0	61,4
СОЛЬ УГЛЕАММОНИЙНАЯ	0,001	0,001	0	0	0	0,0
			25,6	31,6	86,3	733,7
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем		250	1,8	5,0	7,9	90,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ П/Ф КОЧАН	53,1	50	0,9	0,1	2,4	14,0
КАРТОФЕЛЬ п/ф	30	30	0,6	0,1	4,9	23,1
МОРКОВЬ п/ф	10	10	0,1	0	0,7	3,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	10	10	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	5	0	45,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ЧЕСНОК	0,7	0,5	0	0	0,1	0,7
ПРИПРАВА СУХАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
Плов со свининой		200	13,6	13,8	43,3	363,8
СВИНИНА ЛОПАТКА П/Ф	52	52	9,1	7,3	0	113,4
РИС ПРОПАРЕННЫЙ	54	54	3,8	0,5	40	179,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ п/ф	11	11	0,2	0	0,9	4,5
МОРКОВЬ п/ф	23	23	0,3	0	1,6	8,1

ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
Напиток из смеси сухофруктов		200	0,6		32,0	133,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,7	3,5	13,3	55,8
САХАРНЫЙ ПЕСОК	20	20	0	0	20	79,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	283	283	0	0	0	0,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		20	1,3	0,2	6,7	34,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	6,7	34,8
Батон йодированный		21	1,6	0,6	10,8	55,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.	21	21	1,6	0,6	10,8	55,0
Мандарин		100	0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	100	100	0,8	0,2	7,5	38,0
			19,7	19,8	108,2	714,6
Полдник						
Сок фруктовый в инд. упаковке		200			20,2	88,0
Сок	200	200	0	0	0	0,0
Груша		115	0,5	0,3	11,8	54,1
ГРУША	115	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Пирожок с яйцом, кунжутом		75/2	7,8	7,0	25,4	196,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32	32	3,5	0,4	22,4	106,9
САХАРНЫЙ ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,5	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74	0,2	0	1,2	5,8
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,76 шт.	30,4	3,9	3,5	0,2	47,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,6	2,6	0	1,9	0	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,2
			8,3	7,3	57,4	338,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,6	58,7	251,9	1 786,5

МЕНЮ

7-11 лет

1 НЕДЕЛЯ ДЕНЬ 5

29 января

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из свинины	45/45	9,6	25,4	2,6	277,9
Рис отварной	150	3,6	4,2	37,4	202,5
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6
Чай с лимоном	200/15/3	0,2		15,1	61,9
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
		15,6	30,7	78,2	656,3
Стоимость комплекса 57,69 руб.					
Обед					
Рассольник Ленинградский	250	2,3	5,4	17,0	126,9
Котлета Волжанка рыбная с соусом красным основным	50/50	7,3	8,1	10,5	148,1
Картофель тушеный	150	3,2	10,6	21,0	194,2
Сок фруктовый	200				
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Булочка с маком	50	3,6	6,3	22,0	159,0
		18,4	30,8	80,5	680,4
Стоимость комплекса 57,69 руб.					
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	60	8,8	6,6	24,0	191,4
		9,6	6,8	51,7	317,4
Стоимость комплекса 57,69 руб.					

Генеральный директор

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством