

Утверждаю



МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		40	2,4	9,2	15,5	153,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА		180	5,0	9,4	28,9	221,9
КРУПА РИСОВАЯ	12,2	12	0,8	0,1	8,6	38,8
ПШЕНО	16,4	16,3	1,8	0,4	11,2	55,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,7	85,7	2,4	2	4	44,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,7	55,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,6	8,6	0	6,9	0,1	62,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200/50/10	1,6	1,3	12,3	66,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,2	0,2	8,0	39,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ ИЗ ОБДИРНОЙ МУКИ	20	20	1,2	0,2	8	39,4
			10,2	20,1	64,7	481,1
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		60	1,0	3,0	5,0	52,7
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	48,6	48,6	0,9	0	1,5	11,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	3	12,0
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		180	3,0	4,5	15,4	104,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	27	21,6	0,4	0	1	5,8
ГОВЯДИНА Б/К	16,6	14	2,5	2,1	0	29,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1,2	0	0	0,1	0,5
МОРКОВЬ	1,5	1,2	0	0	0,1	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	25,7	18	0,4	0,1	2,8	13,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,64	3,6	0,3	0	2,3	11,0
МОРКОВЬ	9,6	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		120	16,5	10,0	7,2	184,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	95,5	88,8	15,4	3,2	0	109,4

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2	0	7	0	62,8
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6	0,4	2,2	0,5	31,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,5	0,1	2,8	13,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,2	5,3	21,4	146,3
КАРТОФЕЛЬ	160,31	128,25	2,5	0,5	20,3	95,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23,7	23,7	0,7	0,6	1,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,85	89,85	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	20,2	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	4,6	0,5	29,5	141,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	60	60	5,1	0,5	59	261,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,4	0,5	16,0	78,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ИЗ ОБДИРНОЙ МУКИ	40	40	2,4	0,5	16	78,8
			31,7	24,0	114,7	794,0
Полдник						
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ		100	8,0	10,0	59,0	358,0
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ ПРОМПРОИЗВОДСТВА	100	100	8	10	59	358,0
РЯЖЕНКА		200	5,8	5,0	8,4	108,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8,4	108,0
			13,8	15,0	67,4	466,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,7	59,1	246,8	1 741,1