

**МЕНЮ**  
12-18 лет  
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	5,8	9,4	15,4	170,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,5	15	3,5	4,4	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	0	4,1	78,6
ОВОТ. МИКРОУГРУПЕНТАМИ					
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	30	2,3	0,9	15,4	
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	55	3,3	10,6	0,2	109,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	50,25	5,3	11,6	0,2	126,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5	5	0	4	36,3
КАЛУСТА ТУШЕНАЯ	0,3	0,3	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	160	3,8	6,3	16,0	136,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	229,2	183,4	3,2	0,2	49,9
МОРКОВЬ	5,6	5,6	0	4,5	40,6
ЛУК ПЕЧАТЫЙ	4,3	3,2	0	0,2	1,1
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,6	6,4	0,1	0	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,6	9,6	0,3	0	6,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,7	4,7	0	0	6,1
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	0,0
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	4,8	4,8	0,2	0	6,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	18,6
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,3	2,4	19,9	115,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13	13	0	0	50,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	52,4
КИВИ СВЕЖИЕ	100	100	0,8	0,4	47,0
КИВИ	132,8	100	0,8	0,4	47,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,4	0,5	78,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ ИЗ ОБДЫННОЙ МУКИ	40	40	2,4	0,5	78,8
Овощ			19,4	29,6	75,6
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	0,2	8,7	42,1
МОРКОВЬ	100	75	1	0,1	26,3
ЯБЛОКИ	35,7	25	0,1	0,1	11,8
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	4,0
БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,7	5,0	11,9	130,8
СВЕКЛА	51,6	40	0,6	0	16,3
ГОВЯДИНА Б/К	23	19,5	3,5	3	41,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	225	225	0	0	0,0
ЛУК ПЕЧАТЫЙ	2	1,6	0	0	0,7



Утверждено

*Handwritten signature: V. P. ...*

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:									
МОКОВЬ	2,1	1,6	1,6	0	0	0	0,1	0,6	0,6
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	1,6	1,6	1,6	0	0	0	0	0	0
МОКОВЬ	37,5	30	30	0,5	0,5	0	0	0	0
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	3,4	10	10	0,1	0,1	0	0	0,7	0,7
ЛЮК ПЕЧУТЫЙ	12	10	10	0,1	0,1	0	0	0,8	0,8
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5	7,5	7,5	0,3	0,3	0	0	0,9	0,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	5	0	0	0	4,9	0	0
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	2,5	0	0	0	2,4	0	0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	1	0	0	0	0	0	0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,01	0	0	0	0	0	0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	3,8	0,1	0,1	0,6	0,1	0,6	0,6
ТЕФЕЛИ МАСЛЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	150	150	150	12,6	12,6	19,5	15,1	258,0	258,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5	5	5	0,2	0,2	0	0,6	3,2	3,2
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	12,3	12,3	12,3	0,3	0,3	1,7	0,4	24,5	24,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	3,8	0,4	0,4	0	2,6	12,3	12,3
ГОВЯДИНА Б/К	37	37	37	0	0	0	0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОСОТ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	63,3	11,4	9,8	9,8	0	0	133,9	133,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,3	13,3	13,3	0,9	0,9	0,1	5,4	26,3	26,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	20	0	0	0	0	0,0	0,0
ЛЮК ПЕЧУТЫЙ	39,7	33,3	6,4	0,5	0,5	0,1	2,6	13,3	13,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	5	0	0	0	0	0,0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,7	6,7	0,7	0,1	0,1	0	4,6	21,7	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	5	0	0	0	0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0	0	0	0	0	0,0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	180	6,4	5,8	6,4	36,3	223,4	0,0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	59,6	59,6	6,4	0,8	40,7	195,4	0,0	0,0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0	0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	356,3	356,3	0	0	0	0	0	0,0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,3	6,3	0	5	0,1	45,7	88,6	0,0	0,0
КЛЮКВА	20,41	20	0,1	21,5	88,6	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0,1	0,7	5,4	0,0	0,0	0,0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	0	0	0	0,0	0,0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9	0	0	0	0	0	0,0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	80	6,1	0,6	39,4	188,0	27,4	0,0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	80	80	6,8	0,7	78,7	348,3	78,8	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	2,4	0,5	16,0	78,8	0,0	0,0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ ИЗ ОБДЫРНОЙ МУКИ	40	40	2,4	0,5	16	78,8	0,0	0,0	0,0
ПОЛДНИК	33,4	33,4	31,6	148,9	1 009,7	0,0	0,0	0,0	0,0
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	10,9	6,6	34,3	240,2	0,0	0,0	0,0	0,0
ВАТРУШКА ИЗ ПРОЖЕКОГО ТЕСТА ПРОМЫСЛОВОГО	100	100	7,1	6	179,3	0,0	0,0	0,0	0,0
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ФРУКТОВЫЙ	100	100	100	24,2	179,3	0,0	0,0	0,0	0,0
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 1,2%	250	250	6,3	3,0	187,5	0,0	0,0	0,0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,2	17,2	9,6	68,1	427,7	0,0	0,0	0,0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	70,0	70,0	70,8	292,6	2 094,3	0,0	0,0	0,0	0,0