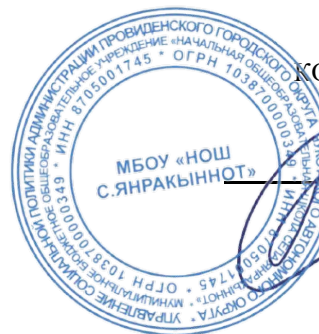


**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30		15,5	14,8	35,8	315,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	150	150				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21	21				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0				
СОЛЬ	1,5	1,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30				
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		9,9	39,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140				
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		0,04	3,62	0,065	43
			19,7	19,12	79,86	559,9
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100		0,8	0,1	2,5	14,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	107,53	100				
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250		5,6	10,4	17,9	151,1
КАРТОФЕЛЬ	166,67	100				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,5	2,5				
СОЛЬ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175				
ГОВЯДИНА Б/К	47,3	39,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,2	3,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8				
СОЛЬ	0,3	0,3				
ПТИЦА ОТВАРНАЯ НА ПАРУ	105		8,5	9,7	0,1	121,5

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	200	144				
ИЛИ КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	158	144				
ИЛИ КУРИНОЕ БЕДРО	144	144				
ИЛИ КУРИНАЯ ГОЛЕНЬ	144	144				
СОЛЬ	1	1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	4,3	5,5	42,2	235,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	82,8	82,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138	138				
СОЛЬ	1,8	1,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6				
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ		200	1,5	1,2	17,1	85,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,4	27,5	116,7	784,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,1	46,6	196,56	1 343,9

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5,7	6,1	29,7	196,5
КРУПА РИСОВАЯ	44	44				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65,3	65,3				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,7	98,7				
СОЛЬ	1,1	1,1				
САХАР ПЕСОК	2	2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,6	2,9	16,6	108,6
КАКАО-ПОРОШОК	3,5	3,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110				
САХАР ПЕСОК	12	12				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50		6,7	10,4	11,5	140,2
СЫР ТВЕРДЫЙ	15,46	15				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50				
			19,7	19,7	82,1	560,2
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	100		2,8	6,2	11,9	98,0
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	132,85	93				
САХАР ПЕСОК	2	2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6	6				
ЩИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250		6,0	7,5	9,3	128,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50				
КАРТОФЕЛЬ	50	30				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
ГОВЯДИНА Б/К	79,4	67				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,4				
МОРКОВЬ	4,53	3,4				
СОЛЬ	1	1				
БЕФСТРОГАНОВ	100		8,5	6,5	5,4	114,1
ГОВЯДИНА Б/К	93,6	79				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,57	24				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	23	23				
СОЛЬ	1	1				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		185	3,2	7,0	26,4	181,4
КАРТОФЕЛЬ	264	158,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27	27				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,4	3,4				
СОЛЬ	1,3	1,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД		200	0,1		22,1	90,8
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	20,41	20				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186				
САХАР ПЕСОК	15	15				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,3	27,8	112,1	788,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,0	47,5	194,2	1 348,8

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	200		10,5	6,2	31,4	207,4
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	50,7	50,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64	64				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96	96				
СОЛЬ	1,1	1,1				
САХАР ПЕСОК	2	2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10		0,2		10,2	43,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ЛИМОН	16,67	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140				
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		0,04	3,62	0,065	43
КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	20		0,4	4,9	13,4	111,6
			19,8	19,5	79,66	581,7
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	100		1,9	9,1	13,3	73,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	48,49	48				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	43,75	35				
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	14,29	12				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6	6				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250		6,4	5,6	18,7	210,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12,5	12,5				
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,5	2,5				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	102,3	71,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214	214				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6				
МОРКОВЬ	4,8	3,6				
СОЛЬ	1,1	1,1				
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ		280	11,8	11,7	29,0	268,5
ГОВЯДИНА Б/К	174,7	147,5				
КРУПА РИСОВАЯ	64,1	63,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5,3	5,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,3				
МОРКОВЬ	19,87	14,9				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	14,9	14,9				
СОЛЬ	1,6	1,6				
НАПИТОК ИЗ ЯГОД		200	0,1	0,1	14,5	61,2
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	26,4	25,87				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203				
САХАР ПЕСОК	14	14				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			25,9	27,1	112,5	790,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,74	46,62	192,16	1 371,8

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		155	14,2	17,8	8,0	227,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3 шт.	120,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	45	45				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
СОЛЬ	0,8	0,8				
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		9,9	39,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140				
АПЕЛЬСИН		100	0,9	0,2	11,1	49,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
АПЕЛЬСИН	100	100				
БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		50	4,3	1,7	38,9	188,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39	39				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9				
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,2	1,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,2	0,2				
ДРОЖЖИ	0,4	0,4				
СОЛЬ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,1	20,1				
			19,2	20,0	82,2	579,6
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ		100	0,9	6,1	2,6	68,7
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	100	93				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,5	2				
УКРОП	2,7	2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6	6				
БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		250	7,9	7,0	14,4	151,5
СВЕКЛА	54,67	41				
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5	7,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5				

ГОВЯДИНА Б/К	69,5	58,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,5	3				
МОРКОВЬ	4	3				
СОЛЬ	0,9	0,9				
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	100/50		6,6	7,8	12,0	144,8
ГОВЯДИНА Б/К	90	76				
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40				
СОЛЬ	0,8	0,8				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5				
СОЛЬ	0,4	0,4				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	175		4,4	4,8	26,7	167,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	59,5	59,5				
СОЛЬ	1	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	357	357				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200		0,7	0,3	23,9	113,2
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20				
САХАР ПЕСОК	15	15				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,2	26,6	116,6	821,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,4	46,6	198,8	1 400,9



Утверждаю

Директор

КОРШУНОВА СВЕТЛАНА
ВЛАДИМИРОВНА**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ "ПО-КУПЕЧЕСКИ"	150		7,7	13,1	16,2	153,5
ГОВЯДИНА Б/К	94	79				
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	34,34	34				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6				
МОРКОВЬ	10,67	8				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2				
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,6	2,9	16,6	108,6
КАКАО-ПОРОШОК	3,5	3,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110				
САХАР ПЕСОК	12	12				
ХЛЕБ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
МАНДАРИН	100		0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	100	100				
ШАНЬГА С ТВОРОГОМ	50		3,5	3,4	15,9	158,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24,6	24,6				
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	1,1	1,1				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3				
СОЛЬ	0,4	0,4				
ДРОЖЖИ	0,7	0,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,9	9,9				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2				
ТВОРОГ 5.0% ЖИРНОСТИ	18,1	18,1				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,8				
САХАР ПЕСОК	1	1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8				
ВАНИЛИН	0,002	0,002				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,2	0,2				
			19,3	19,9	80,5	573,2
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100		1,4	13,2	13,3	127,2
КАРТОФЕЛЬ	36,17	21,7				
СВЕКЛА	20	15				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15				
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	15	15				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,85	15				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	10	10				

СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	250/15		7,0	6,6	21,2	272,2
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50				
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
МОРКОВЬ	16,67	12,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
ГОВЯДИНА Б/К	69,5	58,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,5	3				
МОРКОВЬ	4	3				
СОЛЬ	0,9	0,9				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ	28,5	24				
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	280		12,4	7,5	21,0	202,1
РЫБА ФИЛЕ	157,8	110,4				
КАРТОФЕЛЬ	155,5	93,3				
КАБАЧКИ	31,1	23,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,4				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	64,2	51,3				
МОРКОВЬ	37,33	28				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,27 шт.	10,6				
СОЛЬ	1,8	1,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				14,5	58,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20				
САХАР ПЕСОК	15	15				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,5	24,9	112,0	835,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,8	47,8	192,5	1 408,9

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 6**

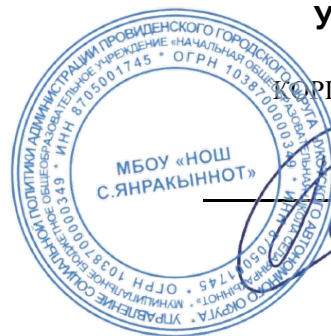
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ	170/30		10,2	11,7	46,3	295,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	93,3	93,3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,3	93,3				
ДРОЖЖИ	2,8	2,8				
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3				
СОЛЬ	1,8	1,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,5	2,5				
ДЖЕМ	30	30				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10		0,2		10,2	43,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ЛИМОН	16,67	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140				
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,2				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		0,04	3,62	0,065	43
			19,1	20,12	81,16	557,8
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,7	8,1	3,4	108,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	86	86				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250		6,4	5,6	18,7	150,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12,5	12,5				
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,5	2,5				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	102,5	72				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214,5	214,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6				

МОРКОВЬ	4,8	3,6				
СОЛЬ	1,1	1,1				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		280	11,5	11,7	28,7	265,8
ГОВЯДИНА Б/К	149,8	126,4				
КАРТОФЕЛЬ	266,67	160				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	16				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	9,6	9,6				
СОЛЬ	1,8	1,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4,6	4,6				
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ		200	1,5	1,2	17,1	85,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,8	27,2	112,8	786,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,9	47,3	194,4	1 344,7

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 7**

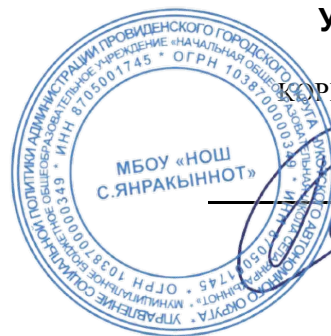
Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"		200	10,2	10,9	25,7	188,8
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	33	33				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49	49				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	74	74				
СОЛЬ	0,8	0,8				
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,7	0,3	23,9	113,2
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20				
САХАР ПЕСОК	15	15				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		50	4,7	8,4	11,5	140,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
			19,3	19,9	85,4	557,1
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		100	0,8	0,1	2,5	14,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	107,53	100				
БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		250	7,9	10,0	14,4	191,5
СВЕКЛА	54,67	41				
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5	7,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5				
ГОВЯДИНА Б/К	69,5	58,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,5	3				
МОРКОВЬ	4	3				
СОЛЬ	0,9	0,9				

КУРИНАЯ ГРУДКА В СЛИВОЧНОМ СОУСЕ	100/100		9,3	13,3	5,4	177,9
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	150	112,5				
СОЛЬ	0,6	0,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4	4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76	76				
СЛИВКИ 10% ЖИРНОСТИ	26	26				
СОЛЬ	0,8	0,8				
РИС С ОВОЩАМИ	180		2,5	3,1	30,7	140,2
КРУПА РИСОВАЯ	35,3	35,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,3	73,3				
СОЛЬ	1	1				
МОРКОВЬ	35,2	26,4				
КУКУРУЗА	15	15				
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	20,1	15				
ФАСОЛЬ (СТРУЧОК)	25,1	22,7				
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	200		0,1		22,1	90,8
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	20,41	20				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186				
САХАР ПЕСОК	15	15				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,3	27,1	112,1	790,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,6	47,0	197,5	1 347,6

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200		10,7	11,0	35,1	245,0
КРУПА РИСОВАЯ	10	10				
ПШЕНО	10	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150				
САХАР ПЕСОК	6	6				
СОЛЬ	0,5	0,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		9,9	39,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140				
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	50		4,7	8,4	11,5	140,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	50	50				
			19,2	19,7	80,8	540,0
Обед						
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	100		1,1	0,2	6,8	36,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30				
МОРКОВЬ	40	30				
ЯБЛОКИ	37,5	33				
ЛИМОН	13,8	8,3				
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250		6,6	8,8	17,9	151,1
КАРТОФЕЛЬ	166,67	100				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,5	2,5				
СОЛЬ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175				
ГОВЯДИНА Б/К	47,3	39,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,2	3,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8				
СОЛЬ	0,3	0,3				

ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100/100		8,9	9,9	10,7	142,8
ГОВЯДИНА Б/К	141	118,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6	6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,8	4,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5				
СОЛЬ	0,8	0,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6	6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2				
СОЛЬ	1,1	1,1				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03				
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ	0,1	0,1				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	185		3,2	7,0	26,4	236,4
КАРТОФЕЛЬ	264	158,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27	27				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3,4	3,4				
СОЛЬ	1,3	1,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				14,5	58,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20				
САХАР ПЕСОК	15	15				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			25,5	26,5	113,3	800,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,7	46,2	194,1	1 340,6

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ С МАСЛОМ		170	11,6	15,9	32,7	264,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	57,6	57,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	344	344				
СЫР ТВЕРДЫЙ	14,4	13				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,6	2,9	16,6	108,6
КАКАО-ПОРОШОК	3,5	3,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110				
САХАР ПЕСОК	12	12				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
ЗЕФИР ФРУКТОВЫЙ		30	0,2		13,2	94,9
ЗЕФИР	30	30				
			19,1	19,1	86,8	583,1
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ		100	0,9	6,1	2,6	68,7
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	100	93				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,5	2				
УКРОП	2,7	2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	6	6				
РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ		250	6,6	9,0	16,9	156,7
КАРТОФЕЛЬ	125	75				
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5				
ГОВЯДИНА Б/К	73,8	62,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,2				
МОРКОВЬ	4,27	3,2				
СОЛЬ	0,9	0,9				
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ИЗ ТРЕСКИ		100	8,4	6,6	6,0	117,0
РЫБА ЩУКА ПОТРОШЕНАЯ	76,8	68				
МОРКОВЬ	26,67	20				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8				

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,1				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10				
СОЛЬ	1,2	1,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		175	4,4	4,8	36,7	267,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	59,5	59,5				
СОЛЬ	1	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	357	357				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
НАПИТОК ИЗ ЯГОД		200	0,1	0,1	14,5	61,2
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	26,4	25,87				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203				
САХАР ПЕСОК	14	14				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,1	27,2	113,7	846,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,2	46,3	200,5	1 429,8

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РИЗОТТО С ОВОЩАМИ		150	5,0	7,2	4,8	116,2
КРУПА РИСОВАЯ	35,3	35,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,3	73,3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4,5	4,5				
СОЛЬ	1	1				
МОРКОВЬ	22	16,5				
КУКУРУЗА	9,4	9,4				
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	12,6	9,4				
ФАСОЛЬ (СТРУЧОК)	15,7	14,2				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/10	0,2		10,2	43,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ЛИМОН	16,67	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
БАНАН		100	2,5	0,5	17,1	82,9
БАНАН	100	100				
БУЛОЧКА С САХАРОМ		50	8,1	11,7	25,7	218,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,1	32,1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7				
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7,4	7,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1				
СОЛЬ	0,3	0,3				
ДРОЖЖИ	0,9	0,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3				
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5				
			19,5	19,7	82,1	575,9
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		100	1,4	10,2	17,3	127,2
КАРТОФЕЛЬ	36,17	21,7				
СВЕКЛА	20	15				
МОРКОВЬ	13,33	10				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15				
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	15	15				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,85	15				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	10	10				
СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ		250	6,5	5,3	12,1	122,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	44	35				

КАРТОФЕЛЬ	90	54				
МОРКОВЬ	18,67	14				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7	6				
ГОВЯДИНА Б/К	75,4	63,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,2				
МОРКОВЬ	4,27	3,2				
СОЛЬ	1	1				
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С ГОВЯДИНОЙ		280	11,9	11,0	25,8	249,8
ГОВЯДИНА Б/К	131,6	110,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	11,2	11,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,6	16,8				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,9	3,9				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,8	2,8				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	28	16,8				
КАРТОФЕЛЬ	224	134,4				
СОЛЬ	1,8	1,8				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,7	0,3	23,9	113,2
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20				
САХАР ПЕСОК	15	15				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			26,2	27,4	116,1	788,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,7	47,1	198,2	1 364,3