

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,5	0,1	1,5	8,4
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		80	1,0	0,1	9,0	41,6
МОРКОВЬ	99,1	76,8	1	0,1	5,1	26,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		200	5,7	6,3	17,6	149,7
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,8	14,8	1,6	0,2	10	47,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	57,1	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)		90	13,4	13,6	7,0	203,8
ГОВЯДИНА Б/К	81	68,4	12,3	10,6	0	144,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	14,4	14,4	1,1	0,1	7	33,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,4	23,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		150	6,7	8,0	27,4	208,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	39	39	4,2	0,5	26,7	127,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	21	17	0,2	0	1,2	5,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	13	0,2	0	1,1	5,1
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЬЙ СЛАДКИЙ	15	11	0,1	0	0,5	2,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7	7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			33,2	28,9	127,5	901,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,2	28,9	127,5	901,0

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		60	0,7	0,1	2,3	14,4
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,7	0,1	2,3	14,4
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		80	1,0	4,2	7,6	72,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,4	40	0,7	0	1,8	10,9
ЯБЛОКИ	22,4	20	0,1	0,1	1,9	9,1
МОРКОВЬ	16	12,8	0,2	0	0,9	4,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		200	4,2	7,3	8,3	116,6
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	28,6	20	0,4	0,1	3,2	14,9
ПШЕНО	4	4	0,5	0,1	2,7	13,7
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ		90	17,8	20,7	7,4	289,8
ГОВЯДИНА Б/К	104,4	88,2	15,9	13,7	0	186,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	14,4	14,4	1,8	0	8,6	41,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9	9	0	8,7	0	78,5
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		150	3,4	5,9	19,2	142,7
КАРТОФЕЛЬ	155,71	109	2,1	0,4	17,3	81,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,5% ЖИРНОСТИ	43	43	1,2	1,5	1,9	25,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОМПОТ ИЗ МАНДАРИН		200	0,4	0,1	26,9	111,3
МАНДАРИН	67,57	50	0,4	0,1	3,7	18,4
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			33,9	39,0	113,0	943,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,9	39,0	113,0	943,5

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		60	0,7	0,1	2,3	14,4
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,7	0,1	2,3	14,4
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		80	2,9	8,2	6,3	109,7
КАРТОФЕЛЬ	26,7	20	0,4	0,1	3,2	14,9
МОРКОВЬ	22,4	17,6	0,2	0	1,2	6,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	16,8	13,6	0,1	0	0,2	1,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,6	0,2	0	1,1	5,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	13,6	8,8	0,3	0	0,6	3,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	8	0	71,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		200	4,5	7,2	13,3	136,5
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,8	0,1	8,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАРТОФЕЛЬ	85,7	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4	0,4	0	2,6	12,2
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		90	3,3	9,3	3,3	110,6
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	14,1	14,1	0,4	2,7	0,5	28,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,5	0,1	2,8	13,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ СВ/МОР Б/Г	62,26	55,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,2	11,1	2,5	3,2	0	39,2
СЛОЖНЫЙ ОВОЩНОЙ (карт. пюре+кап. туш)		150	5,0	5,4	27,2	178,2
КАРТОФЕЛЬ	196,92	137,84	2,7	0,6	21,8	102,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23	23	0,7	0,7	1,1	13,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	117,5	94	1,6	0,1	4,3	25,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200			15,5	61,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	61,9
МАНДАРИН		100	0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	100	100	0,8	0,2	7,5	38,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	0	0	0	0,0

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			20,3	30,7	95,5	744,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,3	30,7	95,5	744,0

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,5	0,1	1,5	8,4
САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ		80	7,3	11,0	2,8	139,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	32,8	30,4	7,1	9	0	110,7
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,4	24	0,2	0	0,6	3,4
ЯБЛОКИ	26,4	18,4	0,1	0,1	1,8	8,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	8	0	71,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		200	7,2	5,9	15,0	141,9
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАРТОФЕЛЬ	53,3	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ГУЛЯШ		90/30	27,0	30,6	7,5	412,9
ГОВЯДИНА Б/К	169,2	142,2	25,6	22,1	0	300,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2	0	7	0	62,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,6	18	0,3	0	1,5	7,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,8	5,8	0,3	0	1,1	5,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,4	5,4	0,6	0,1	3,7	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,5	3,8	35,0	195,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51,1	51,1	5,4	0,7	34,9	167,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,4	4,4	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)		200	0,2	0,2	27,9	115,0
ЯБЛОКИ	45	40	0,2	0,2	3,8	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40		3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			54,5	52,7	140,8	1 257,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,5	52,7	140,8	1 257,1

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		60	0,7	0,1	2,3	14,4
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,7	0,1	2,3	14,4
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ		80	1,5	4,0	11,0	85,4
СВЕКЛА	128	99,2	1,5	0,1	8,4	40,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6	0	0	2,5	10,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		200	4,7	4,5	15,9	123,3
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАРТОФЕЛЬ	85,7	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	8,1	8	0,7	0,1	5,2	24,4
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		240	28,7	27,6	24,8	463,2
ГОВЯДИНА Б/К	166,7	140,7	25,4	21,8	0	297,5
КАРТОФЕЛЬ	204,2	142,9	2,8	0,6	22,6	106,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10,9	10,9	0,4	0	1,3	7,0
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			38,8	36,6	102,0	894,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,8	36,6	102,0	894,0

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И СЕЛЬДЕРЕЕМ	80		1,1	4,2	5,3	69,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	66	52,8	1	0,1	2,4	14,4
ЯБЛОКИ	16,8	12	0	0	1,2	5,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,4	9,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	4	0	36,0
СЕЛЬДЕРЕЙ	1,6	1,6	0	0	0,1	0,5
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200		4,7	4,5	14,6	118,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,9	32,8
КАРТОФЕЛЬ	57,1	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2	0,1	0	0,2	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	90/5		13,6	17,4	9,2	247,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	88,8	66,6	11,7	11,9	0	153,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,2	16,2	1,2	0,5	8,1	41,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23,4	23,4	0,7	0,7	1,1	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150		2,6	5,2	16,3	122,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,7	3,7	0,4	0	2,5	12,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	99	64,3	1,3	0,3	10,2	48,0
МОРКОВЬ	20,9	16,2	0,2	0	1,1	5,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,7	27	0,5	0	1,3	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУША)	200		0,2	0,1	23,4	95,7
ГРУША	44,44	40	0,2	0,1	4	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0

САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			28,6	32,1	110,1	850,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			28,6	32,1	110,1	850,4

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,5	0,1	1,5	8,4
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛ.ГОРОШЕКОМ		80	1,0	12,1	7,2	142,1
МОРКОВЬ	27,2	21,8	0,3	0	1,5	7,6
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	24	23,8	0,2	0	0,6	3,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	24,8	16	0,5	0	1	6,2
ЛИМОН	8	3,2	0	0	0,1	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	12	12	0	12	0	107,9
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	4	16,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ		200	4,1	6,6	7,0	104,4
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,4	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	32	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ		90/30	13,5	14,6	7,2	214,3
ГОВЯДИНА Б/К	81,3	68,6	12,4	10,7	0	145,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	13,5	13,5	1	0,4	6,7	34,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,7	5,6	0,1	0	0,5	2,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	3,6	4,6	37,7	206,0
КРУПА РИСОВАЯ	52	52	3,5	0,5	37,3	168,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109	109	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,7	0,3	24,4	103,0
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,7	0,3	9,4	55,1
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			30,2	39,4	136,1	1 021,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,2	39,4	136,1	1 021,9

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,5	0,1	1,5	8,4
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"		80	1,2	8,1	3,5	92,1
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	35,2	28	0,2	0	0,7	3,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	32	25,6	0,5	0	1,2	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	23,2	20	0,2	0	0,8	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	8	0	71,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		200	4,5	4,5	16,4	124,7
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАРТОФЕЛЬ	85,7	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА РИСОВАЯ	8,08	8	0,6	0,1	5,7	25,8
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		90	0,5	4,4	4,1	58,1
РЫБА МИНТАЙ СВ/МОР Б/Г	64,1	56,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	20,7	16,2	0,2	0	1,1	5,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,2	0	0,7	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,2	5,4	21,3	147,0
КАРТОФЕЛЬ	183,21	128,25	2,5	0,5	20,3	95,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5	0,7	0,7	1,1	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)		200	0,2	0,2	27,9	115,0
ЯБЛОКИ	45	40	0,2	0,2	3,8	18,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАНДАРИН		100	0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	100	100	0,8	0,2	7,5	38,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			17,3	23,6	123,5	780,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,3	23,6	123,5	780,0

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80		1,2	4,0	7,0	69,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	78,9	63,1	1,1	0,1	2,9	17,2
ЛУК ЗЕЛЕНый	10	8	0,1	0	0,3	1,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,8	7,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200		4,5	7,4	11,7	132,2
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	85,7	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90		41,6	42,0	0,2	543,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	313,5	235,1	41,5	42	0	542,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,4	2,8	0	0	0,2	1,1
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150		2,6	5,2	16,3	122,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,75	3,75	0,4	0	2,5	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	98,99	64,34	1,3	0,3	10,2	48,0
МОРКОВЬ	20,9	16,2	0,2	0	1,1	5,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,5	0	1,3	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				15,5	61,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	61,9
ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
ЯБЛОКИ	120	120	0,5	0,5	11,8	56,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный	40		3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			56,8	59,8	103,8	1 183,1

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	56,8	59,8	103,8	1 183,1
-----------------------	-------------	-------------	--------------	----------------

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,5	0,1	1,5	8,4
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		80	6,4	8,1	12,2	147,4
СВЕКЛА	79,2	63,2	0,9	0,1	5,4	25,7
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	4	6,4	0,3	0	3,3	14,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	6,4	6,4	0,1	0	4,2	18,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	8	0	71,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200	2,2	2,5	14,8	90,7
РЫБА МИНТАЙ СВ/МОР Б/Г	42,49	37,6	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	114,3	80	1,6	0,3	12,6	59,8
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ"		90	14,6	20,3	7,2	269,6
ГОВЯДИНА Б/К	78,9	66,6	12	10,4	0	140,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,4	5,4	0,1	0	0,4	2,1
МОРКОВЬ	13,9	10,8	0,1	0	0,7	3,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12,6	12,6	0,4	0,4	0,6	7,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,25	0,9	0,8	0,1	11,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9	9	1,2	0	5,3	26,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9	9	0	8,7	0	78,5
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ		150	3,7	4,7	38,5	211,1
КРУПА РИСОВАЯ	54,09	53,55	3,6	0,5	38,4	173,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,25	110,25	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		200				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	22,5	22,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			34,2	36,8	125,3	970,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,2	36,8	125,3	970,9

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 11**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,5	0,1	1,5	8,4
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ		80	1,0	4,8	10,2	88,1
СВЕКЛА	77,4	60	0,9	0,1	5,1	24,4
КУРАГА	8	8	0	0	0	0,0
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	8	8	0,2	0	5,1	21,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		200	4,2	7,3	8,3	116,6
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	28,6	20	0,4	0,1	3,2	14,9
ПШЕНО	4	4	0,5	0,1	2,7	13,7
МОРКОВЬ	10,3	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ГУЛЯШ		90/30	26,5	27,1	4,4	366,5
ГОВЯДИНА Б/К	169,2	142,2	25,6	22,1	0	300,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,9	2,9	0,1	0	0,6	2,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,3	0	1,8	8,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СЛОЖНЫЙ ОВОЩНОЙ (карт.пюре+зел.горошек)		150/4	3,1	5,4	20,3	141,0
КАРТОФЕЛЬ	196,92	137,84	2,7	0,6	21,8	102,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30	30	0,9	0,1	1,9	11,6
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ГРУША		100	0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	100	100	0,4	0,3	10,3	47,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			42,2	45,8	124,2	1 077,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,2	45,8	124,2	1 077,3

МЕНЮ**Обед 1- 4 классы****ДЕНЬ 12**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,5	0,1	1,5	8,4
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ		80	1,3	8,1	5,9	101,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	56	44,8	0,8	0	2	12,1
СВЕКЛА	24	19,2	0,3	0	1,6	7,9
МОРКОВЬ	15,2	12	0,2	0	0,8	4,1
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		200	4,3	7,2	10,5	125,2
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	1	0,2	10,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,6	2,2	0	30,7
СВЕКЛА	41,3	32	0,5	0	2,7	13,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	22,9	16	0,3	0,1	2,5	11,9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		90	3,3	9,3	3,3	110,6
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	14,1	14,1	0,4	2,7	0,5	28,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,5	0,1	2,8	13,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ СВ/МОР Б/Г	62,26	55,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,2	11,1	2,5	3,2	0	39,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	3,2	5,4	21,3	147,0
КАРТОФЕЛЬ	183,21	128,25	2,5	0,5	20,3	95,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5	0,7	0,7	1,1	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200			15,5	61,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	61,9
ГРУША		100	0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	100	100	0,4	0,3	10,3	47,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	0	0	0	0,0

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ витаминизированный		40	3,1	0,3	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. витаминизированный	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			16,1	30,7	88,4	696,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			16,1	30,7	88,4	696,5