|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 1** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 210 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | | | 300 | | 10,2 | 13,1 | | 38,6 | 304,4 | | |
|  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 60 | 60 | 6,3 | 0,8 | | 38,5 | 182,5 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 18 | 18 | 3,9 | 4,9 | | 0 | 57,3 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 9,6 | 9,6 | 0 | 7,4 | | 0,1 | 64,6 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | | 50 | | 3,2 | 8,5 | | 20,2 | 169,5 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | | 0,1 | 74,8 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 40 | 40 | 3,1 | 0,2 | | 20,1 | 94,7 | | |
| 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 200 | | 2,8 | 2,2 | | 14,2 | 85,4 | | |
|  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0 | | 1,2 | 5,8 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 172 | 172 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | | 3,9 | 43,7 | | |
|  |  | | | | | **16,2** | **23,8** | | **73,0** | **559,3** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 55 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | 100 | | 1,5 | 6,4 | | 7,4 | 93,9 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 100 | 80 | 1,3 | 0,1 | | 3,5 | 20,2 | | |
|  | ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,04 | 0,04 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 0 | | 2,5 | 10,0 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 6,3 | 6,3 | 0 | 6,3 | | 0 | 56,6 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12,5 | 10,5 | 0,1 | 0 | | 0,8 | 3,9 | | |
| 99 | СУП МЕТЕЛИЦА ( КУДРЯВЫЙ) | | | 250 | | 3,3 | 2,9 | | 13,0 | 89,7 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 93,8 | 67,5 | 1,3 | 0,3 | | 10 | 46,8 | | |
|  | ПШЕНО | | | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0,1 | | 1,6 | 7,9 | | |
|  | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,36 шт. | 12,5 | 1,5 | 1,3 | | 0,1 | 17,6 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,2 | | 0 | 10,5 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 180 | 180 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | | 280 | | 32,8 | 8,7 | | 48,0 | 388,0 | | |
|  | ГРУДКА КУРИНАЯ | | | 98 | 88,2 | 27,7 | 1,7 | | 0,5 | 120,9 | | |
|  | КРУПА РИСОВАЯ | | | 67,2 | 67,2 | 4,5 | 0,7 | | 44,8 | 199,3 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 6,7 | 6,7 | 0 | 6,3 | | 0 | 54,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 13,4 | 11,3 | 0,2 | 0 | | 0,8 | 4,1 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 21,3 | 17 | 0,2 | 0 | | 1,1 | 5,4 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | | 0,8 | 4,1 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | 200 | |  |  | | 8,2 | 32,3 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 37,5 | 37,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,2 | 32,3 |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210 | 210 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **45,2** | **18,8** | **124,8** | **832,9** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **61,4** | **42,6** | **197,8** | **1 392,2** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 2** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 184 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ | | | 295 | | 9,5 | 14,6 | | 41,3 | 326,6 | | |
|  | ПШЕНО | | | 53,1 | 53,1 | 5,7 | 1,3 | | 33,7 | 166,6 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 84,4 | 84,4 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 135,7 | 135,7 | 3,7 | 3,2 | | 5,9 | 66,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | | 1,6 | 6,5 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 13 | 13 | 0,1 | 10,1 | | 0,1 | 87,5 | | |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | 55 | | 6,3 | 4,5 | | 18,3 | 138,2 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 15 | 15 | 3,4 | 4,3 | | 0 | 53,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 40 | 40 | 2,9 | 0,2 | | 18,3 | 85,2 | | |
| 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | 200 | | 3,2 | 2,6 | | 13,5 | 87,3 | | |
|  | КАКАО-ПОРОШОК | | | 2 | 2 | 0,5 | 0,3 | | 0,2 | 5,2 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 95 | 95 | 2,7 | 2,3 | | 4,2 | 46,2 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 110 | 110 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |
|  |  | | | | | **19,0** | **21,7** | | **73,1** | **552,1** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 71 | ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ | | | 100 | | 0,7 | 0,1 | | 2,1 | 11,7 | | |
|  | ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | | | 106 | 100 | 0,7 | 0,1 | | 2,1 | 11,7 | | |
| 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | | | 250 | | 2,2 | 5,9 | | 8,8 | 94,6 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 62,5 | 50 | 0,9 | 0,1 | | 2,2 | 12,6 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 40 | 28,8 | 0,6 | 0,1 | | 4,3 | 20,0 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 2,4 | | 0 | 20,3 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 2,5 | 2,5 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,3 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 200 | 200 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ | | | 17,5 | 17,5 | 0,4 | 3,3 | | 0,5 | 32,5 | | |
| 239 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | | | 100 | | 16,2 | 5,5 | | 12,9 | 159,3 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 19,6 | 19,6 | 1,4 | 0,1 | | 8,9 | 41,8 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 28,6 | 28,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | 6,1 | 6,1 | 0,8 | 0 | | 3,5 | 16,4 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 4,3 | 4,3 | 0 | 4 | | 0 | 34,8 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 7,3 | 6,2 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,3 | | |
|  | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,14 шт. | 4,9 | 0,6 | 0,6 | | 0 | 6,9 | | |
|  | РЫБА МИНТАЙ Б/К | | | 111 | 100 | 13,3 | 0,8 | | 0 | 57,1 | | |
| 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | 200 | | 4,1 | 8,7 | | 25,8 | 191,9 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 226,7 | 163,2 | 3,1 | 0,7 | | 24,2 | 113,1 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 33,3 | 33,3 | 1 | 0,8 | 1,5 | 16,2 |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 9,3 | 9,3 | 0 | 7,2 | 0,1 | 62,6 |
|  | СОЛЬ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | | 0,1 | 0,1 | 12,2 | 50,8 |
|  | ЯБЛОКИ | 40 | 35,2 | 0,1 | 0,1 | 3,1 | 14,9 |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 208 | 208 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,1 | 35,9 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **30,9** | **21,1** | **110,0** | **737,3** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **49,9** | **42,8** | **183,1** | **1 289,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 3** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 156 | ТВОРОЖНО- МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕНКОЙ | | | 285 | | 43,0 | 25,3 | | 34,0 | 523,4 | | |
|  | ТВОРОГ 9% | | | 218,3 | 218,3 | 37,3 | 18,4 | | 5,9 | 332,0 | | |
|  | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,35 шт. | 12,1 | 1,4 | 1,3 | | 0,1 | 17,1 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,1 | 9,7 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,1 | | |
|  | КРУПА МАННАЯ | | | 18,2 | 18,2 | 1,8 | 0,2 | | 11,6 | 53,9 | | |
|  | СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | 6,1 | 6,1 | 0,8 | 0 | | 3,5 | 16,4 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ | | | 24,3 | 24,3 | 1,6 | 2 | | 12,3 | 71,7 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3,6 | 3,6 | 0 | 3,4 | | 0 | 29,2 | | |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | 65 | | 7,0 | 4,6 | | 22,8 | 159,6 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 15 | 15 | 3,4 | 4,3 | | 0 | 53,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | | 22,8 | 106,6 | | |
| 431 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | 200 | | 1,6 | 1,2 | | 11,2 | 60,7 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 50 | 50 | 1,4 | 1,2 | | 2,2 | 24,3 | | |
|  | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,3 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 9,5 | 9,5 | 0 | 0 | | 8,6 | 34,1 | | |
|  |  | | | | | **51,6** | **31,1** | | **68,0** | **743,7** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | | | 100 | | 1,5 | 3,9 | | 8,7 | 77,2 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 43 | 31 | 0,6 | 0,1 | | 4,6 | 21,5 | | |
|  | СВЕКЛА | | | 27,1 | 21,9 | 0,3 | 0 | | 1,7 | 8,3 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 20,1 | 16,1 | 0,2 | 0 | | 1 | 5,0 | | |
|  | ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | | | 20 | 20 | 0,2 | 0 | | 0,3 | 2,6 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3,8 | 3,8 | 0 | 3,8 | | 0 | 34,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 17,9 | 15 | 0,2 | 0 | | 1,1 | 5,6 | | |
| 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | 250 | | 1,9 | 1,5 | | 13,8 | 75,7 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 93,8 | 67,5 | 1,3 | 0,3 | | 10 | 46,8 | | |
|  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 3,8 | 3,8 | 0,4 | 0 | | 2,5 | 11,5 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,2 | | 0 | 10,5 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 190 | 190 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 1,1 | 1,1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 272 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ | | | 280 | | 14,2 | 15,5 | | 29,5 | 304,1 | | |
|  | ГОВЯДИНА Б/К | | | 65,9 | 56 | 9,9 | 8,5 | | 0 | 109,9 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 6,7 | 6,7 | 0 | 6,3 | | 0 | 54,2 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 207,2 | 149,2 | 2,9 | 0,6 | | 22,1 | 103,4 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 37 | 29,6 | 0,4 | 0 | | 1,8 | 9,4 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 2,2 | 2,2 | 0,1 | 0 | | 0,4 | 2,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 26,9 | 22,6 | 0,3 | 0 | 1,7 | 8,4 |
|  | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 5,6 | 5,6 | 0,6 | 0,1 | 3,5 | 16,8 |
|  | СОЛЬ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 338 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ | 200 | |  |  | 26,5 | 104,7 |
|  | КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 24 | 24 | 0 | 0 | 17,4 | 68,8 |
|  | САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,1 | 35,9 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **25,2** | **21,7** | **126,7** | **790,7** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **76,8** | **52,8** | **194,7** | **1 534,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 4** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 364 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | 210 | | 10,5 | 9,8 | | 46,1 | 307,0 | | |
|  | КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | | | 89,3 | 89,3 | 10,5 | 2,7 | | 46 | 245,1 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 9,2 | 9,2 | 0 | 7,1 | | 0,1 | 61,9 | | |
| 181 | МЯСО ПТИЦЫ В СОУСЕ | | | 50 | | 25,5 | 2,9 | | 3,9 | 136,9 | | |
|  | ГРУДКА КУРИНАЯ | | | 87,5 | 78,75 | 24,8 | 1,5 | | 0,4 | 107,9 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 45 | 45 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 3,5 | 3,5 | 0,4 | 0 | | 2,2 | 10,5 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 5 | 4 | 0,1 | 0 | | 0,3 | 1,3 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 1,2 | 1 | 0 | 0 | | 0,1 | 0,4 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 0,9 | 4,6 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,4 | | 0 | 12,2 | | |
|  | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | | | 40 | | 4,2 | 3,8 | | 0,2 | 49,1 | | |
|  | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 1 шт. | 40 | 4,2 | 3,8 | | 0,2 | 49,1 | | |
| 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 200 | | 2,8 | 2,2 | | 14,2 | 85,4 | | |
|  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0 | | 1,2 | 5,8 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 172 | 172 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | | 3,9 | 43,7 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | 50 | | 3,6 | 0,3 | | 22,8 | 106,6 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | | 22,8 | 106,6 | | |
|  |  | | | | | **46,6** | **19,0** | | **87,2** | **685,0** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | 100 | | 1,5 | 2,6 | | 4,9 | 49,8 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 100 | 80 | 1,3 | 0,1 | | 3,5 | 20,2 | | |
|  | ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,04 | 0,04 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 2,5 | | 0 | 22,5 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12,5 | 10,5 | 0,1 | 0 | | 0,8 | 3,9 | | |
| 98 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | | | 250 | | 7,5 | 1,6 | | 14,3 | 99,8 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 106,3 | 76,5 | 1,4 | 0,3 | | 11,4 | 53,0 | | |
|  | ПШЕНО | | | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0,1 | | 1,6 | 7,9 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 13,3 | 10,6 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,3 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10,1 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,2 | | 0 | 10,5 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН. | | | 32,5 | 32,5 | 5,6 | 0 | | 0 | 21,4 | | |
| 272 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | 100 | | 14,6 | 14,5 | | 12,9 | 231,8 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ГОВЯДИНА Б/К | 81,9 | 69,6 | 12,3 | 10,4 | 0 | 136,5 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 19,6 | 19,6 | 1,4 | 0,1 | 8,9 | 41,8 |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 26,4 | 26,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 6,1 | 6,1 | 0,8 | 0 | 3,5 | 16,4 |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 4,3 | 4,3 | 0 | 4 | 0 | 34,8 |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,3 | 6,2 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,3 |
|  | СОЛЬ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 209 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 200 | | 6,4 | 9,1 | 38,6 | 254,5 |
|  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 60 | 60 | 6,3 | 0,8 | 38,5 | 182,5 |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10,7 | 10,7 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 72,0 |
|  | СОЛЬ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 440 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | | 0,1 |  | 22,3 | 91,1 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ЛИМОН | 16 | 16 | 0,1 | 0 | 0,5 | 4,9 |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 214 | 214 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | САХАР ПЕСОК | 24 | 24 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | СЕЗОННЫЙ ФРУКТ | 100 | | 0,4 | 0,4 | 7,8 | 37,3 |
|  | ЯБЛОКИ | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 7,8 | 37,3 |
|  |  | | | **38,1** | **29,0** | **149,0** | **993,3** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **84,7** | **48,0** | **236,2** | **1 678,3** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 5** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 184 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | | | 295 | | 7,3 | 14,7 | | 43,0 | 325,8 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 14,2 | 14,2 | 0,1 | 11 | | 0,1 | 95,6 | | |
|  | КРУПА РИСОВАЯ | | | 53,1 | 53,1 | 3,5 | 0,5 | | 35,4 | 157,7 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 88,6 | 88,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 135,7 | 135,7 | 3,7 | 3,2 | | 5,9 | 66,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | | 1,6 | 6,5 | | |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | 55 | | 6,3 | 4,5 | | 18,3 | 138,2 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 15 | 15 | 3,4 | 4,3 | | 0 | 53,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 40 | 40 | 2,9 | 0,2 | | 18,3 | 85,2 | | |
| 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | 200 | | 3,2 | 2,6 | | 13,5 | 87,3 | | |
|  | КАКАО-ПОРОШОК | | | 2 | 2 | 0,5 | 0,3 | | 0,2 | 5,2 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 95 | 95 | 2,7 | 2,3 | | 4,2 | 46,2 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 110 | 110 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |
|  |  | | | | | **16,8** | **21,8** | | **74,8** | **551,3** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 50 | ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ | | | 100 | | 1,1 | 0,2 | | 3,5 | 21,6 | | |
|  | ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | | | 105,26 | 100 | 1 | 0,2 | | 3,5 | 21,6 | | |
| 101 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | | | 250 | | 2,2 | 5,8 | | 8,8 | 94,3 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 62,5 | 50 | 0,9 | 0,1 | | 2,2 | 12,6 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 40 | 28,8 | 0,6 | 0,1 | | 4,3 | 20,0 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10,1 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 2,4 | | 0 | 20,3 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 2,4 | 2,4 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,2 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 192,3 | 192,3 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ | | | 17,5 | 17,5 | 0,4 | 3,3 | | 0,5 | 32,5 | | |
| 284 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | | | 120 | | 11,0 | 13,9 | | 8,6 | 195,6 | | |
|  | ГОВЯДИНА Б/К | | | 63,5 | 54 | 9,5 | 8,1 | | 0 | 105,9 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 6 | 6 | 0,3 | 0 | | 1 | 5,5 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 6 | 4,8 | 0,1 | 0 | | 0,3 | 1,5 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 4,5 | 4,5 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | КРУПА РИСОВАЯ | | | 1,9 | 1,7 | 0,1 | 0 | | 1,2 | 5,1 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 17 | 14,3 | 0,2 | 0 | | 1,1 | 5,3 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 6 | 6 | 0 | 5,6 | | 0 | 48,5 | | |
|  | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 7,9 | 7,9 | 0,9 | 0,1 | | 5 | 23,8 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 209 | ГОРОШНИЦА | | | 180 | | 17,4 | 6,80 | | 34,8 | 262,8 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 80 | 79,6 | 17,4 | 1,2 | 34,9 | 214,2 |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 6 | 6 | 0 | 5,6 | 0 | 48,5 |
|  | СОЛЬ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | | 0,2 |  | 14,2 | 57,4 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,3 |
|  | САХАР ПЕСОК | 15 | 15 | 0 | 0 | 13,7 | 53,9 |
|  | ЛИМОН | 7 | 4,2 | 0 | 0 | 0,1 | 1,3 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **39,5** | **27,5** | **118** | **860,7** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **56,2** | **49,2** | **192,8** | **1411,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 6** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 210 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ | | | 250 | | 8,9 | 15,8 | | 39,0 | 325,4 | | |
|  | ПШЕНО | | | 50 | 50 | 5,4 | 1,2 | | 31,7 | 156,8 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 71,5 | 71,5 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 125 | 125 | 3,4 | 2,9 | | 5,5 | 60,8 | | |
|  | СОЛЬ | | | 1,1 | 1,1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 1,9 | 1,9 | 0 | 0 | | 1,7 | 6,8 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 15 | 15 | 0,1 | 11,7 | | 0,1 | 101,0 | | |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | 60 | | 6,6 | 4,6 | | 20,6 | 148,9 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 15 | 15 | 3,4 | 4,3 | | 0 | 53,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 45 | 45 | 3,2 | 0,3 | | 20,6 | 95,9 | | |
| 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 200 | | 2,8 | 2,2 | | 14,2 | 85,4 | | |
|  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0 | | 1,2 | 5,8 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 172 | 172 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | | 3,9 | 43,7 | | |
|  | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | | | 40 | | 3,0 | 3,9 | | 29,8 | 166,8 | | |
|  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | 40 | 40 | 3 | 3,9 | | 29,8 | 166,8 | | |
|  |  | | | | | **21,3** | **26,5** | | **103,6** | **726,5** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 15 | ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ | | | 100 | | 0,7 | 0,1 | | 2,1 | 11,7 | | |
|  | ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | | | 106 | 100 | 0,7 | 0,1 | | 2,1 | 11,7 | | |
| 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | 250 | | 1,9 | 1,5 | | 13,8 | 75,7 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 93,8 | 67,5 | 1,3 | 0,3 | | 10 | 46,8 | | |
|  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 3,8 | 3,8 | 0,4 | 0 | | 2,5 | 11,5 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,2 | | 0 | 10,5 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 190 | 190 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 1 | 1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 351 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ | | | 280 | | 31,3 | 5,4 | | 20,2 | 244,3 | | |
|  | ГРУДКА КУРИНАЯ | | | 98 | 88,2 | 27,7 | 1,7 | | 0,5 | 120,9 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 95,2 | 68,5 | 1,3 | 0,3 | | 10,2 | 47,4 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 33,6 | 26,9 | 0,3 | 0 | | 1,7 | 8,5 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 16,8 | 14,1 | 0,2 | 0 | | 1,1 | 5,2 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 72,8 | 58,2 | 1 | 0,1 | | 2,5 | 14,7 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 36,5 | 36,5 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3,4 | 3,4 | 0 | 3,2 | | 0 | 27,5 | | |
|  | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 5 | 5 | 0,5 | 0,1 | | 3,2 | 15,0 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 5,6 | 5,6 | 0,3 | 0 | | 1 | 5,1 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | |  |  | 18,2 | 71,8 |
|  | СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 20 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | САХАР ПЕСОК | 20 | 20 | 0 | 0 | 18,2 | 71,8 |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210 | 210 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **41,5** | **7,8** | **102,5** | **632,5** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **62,8** | **34,3** | **206,1** | **1 359,0** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 7** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 190 | КАША "ДРУЖБА" | | | 270 | | 8,2 | 15,4 | | 41,5 | 329,3 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 14,7 | 14,7 | 0,1 | 11,4 | | 0,1 | 99,0 | | |
|  | КРУПА РИСОВАЯ | | | 24,5 | 24,5 | 1,6 | 0,2 | | 16,4 | 72,8 | | |
|  | ПШЕНО | | | 28,2 | 28,2 | 3 | 0,8 | | 17,8 | 88,4 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 83,8 | 83,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 128,9 | 128,9 | 3,5 | 3 | | 5,6 | 62,6 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | | 1,6 | 6,5 | | |
|  | СОЛЬ | | | 1 | 1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | | | 70 | | 3,7 | 0,3 | | 37,4 | 163,4 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | | 22,8 | 106,6 | | |
|  | ДЖЕМ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ | | | 20 | 20 | 0,1 | 0 | | 14,6 | 56,8 | | |
| 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | 10 | | 0,1 | 8,3 | | 0,1 | 74,8 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | | 0,1 | 74,8 | | |
| 441 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | 200 | | 1,6 | 1,2 | | 11,2 | 60,7 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 50 | 50 | 1,4 | 1,2 | | 2,2 | 24,3 | | |
|  | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,3 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 9,5 | 9,5 | 0 | 0 | | 8,6 | 34,1 | | |
|  |  | | | | | **13,6** | **25,2** | | **90,2** | **628,2** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | | | 100 | | 1,5 | 3,9 | | 8,7 | 77,4 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 43,8 | 31,5 | 0,6 | 0,1 | | 4,6 | 21,9 | | |
|  | СВЕКЛА | | | 27,5 | 22 | 0,3 | 0 | | 1,7 | 8,3 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 20 | 16 | 0,2 | 0 | | 1 | 5,0 | | |
|  | ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ | | | 20 | 20 | 0,2 | 0 | | 0,3 | 2,6 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3,8 | 3,8 | 0 | 3,8 | | 0 | 34,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 17,5 | 14,7 | 0,2 | 0 | | 1,1 | 5,4 | | |
| 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | 250 | | 2,4 | 1,5 | | 10,6 | 65,3 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 62,5 | 45 | 0,9 | 0,2 | | 6,6 | 31,2 | | |
|  | ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | | | 6,3 | 6,2 | 1,3 | 0,1 | | 2,7 | 16,7 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,2 | | 0 | 10,5 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 180 | 180 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 231 | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В СОУСЕ | | | 100 | | 9,4 | 1,5 | | 2,7 | 60,0 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 2 | 1,6 | 0 | 0 | | 0,1 | 0,5 | | |
|  | РЫБА МИНТАЙ Б/К | | | 110 | 100 | 9 | 0,5 | | 0 | 38,9 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 55 | 55 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1 | 1 | 0 | 0,9 | | 0 | 8,1 | | |
|  | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 4 | 4 | 0,4 | 0,1 | | 2,5 | 12,1 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 1,2 | 1 | 0 | 0 | | 0,1 | 0,4 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | СОЛЬ | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 200 | | 4,1 | 8,7 | 25,8 | 191,9 |
|  | КАРТОФЕЛЬ | 226,7 | 163,2 | 3,1 | 0,7 | 24,2 | 113,1 |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 33,3 | 33,3 | 1 | 0,8 | 1,5 | 16,2 |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 9,3 | 9,3 | 0 | 7,2 | 0,1 | 62,6 |
|  | СОЛЬ | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 338 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ | 200 | |  |  | 26,5 | 104,7 |
|  | КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 24 | 24 | 0 | 0 | 17,4 | 68,8 |
|  | САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,1 | 35,9 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **25,0** | **16,4** | **122,5** | **728,3** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **38,6** | **41,6** | **212,7** | **1 356,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 8** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 208 | МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | | | 295 | | 10,3 | 10,6 | | 45,7 | 312,1 | | |
|  | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | 0,68 шт. | 23,6 | 2,9 | 2,5 | | 0,2 | 33,4 | | |
|  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 70,8 | 70,8 | 7,4 | 0,8 | | 45,4 | 215,4 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 9,4 | 9,4 | 0 | 7,3 | | 0,1 | 63,3 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | 55 | | 6,3 | 4,5 | | 18,3 | 138,2 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 15 | 15 | 3,4 | 4,3 | | 0 | 53,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 40 | 40 | 2,9 | 0,2 | | 18,3 | 85,2 | | |
| 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | 200 | | 3,2 | 2,6 | | 13,5 | 87,3 | | |
|  | КАКАО-ПОРОШОК | | | 2 | 2 | 0,5 | 0,3 | | 0,2 | 5,2 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 95 | 95 | 2,7 | 2,3 | | 4,2 | 46,2 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 110 | 110 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |
|  |  | | | | | **19,8** | **17,7** | | **77,5** | **537,6** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 71 | ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ | | | 100 | | 1,0 | 0,2 | | 3,3 | 20,5 | | |
|  | ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ | | | 103 | 100 | 1 | 0,2 | | 3,3 | 20,5 | | |
| 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | | | 250 | | 2,2 | 5,9 | | 8,8 | 94,5 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 62,5 | 50 | 0,9 | 0,1 | | 2,2 | 12,6 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 40 | 28,8 | 0,6 | 0,1 | | 4,3 | 20,0 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10,1 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 2,4 | | 0 | 20,3 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 2,4 | 2,4 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,2 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 200 | 200 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 1 | 1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ | | | 17,5 | 17,5 | 0,4 | 3,3 | | 0,5 | 32,5 | | |
| 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | | 280 | | 32,8 | 8,7 | | 48,0 | 388,0 | | |
|  | ГРУДКА КУРИНАЯ | | | 98 | 88,2 | 27,7 | 1,7 | | 0,5 | 120,9 | | |
|  | КРУПА РИСОВАЯ | | | 67,2 | 67,2 | 4,5 | 0,7 | | 44,8 | 199,3 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 6,7 | 6,7 | 0 | 6,3 | | 0 | 54,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 13,4 | 11,3 | 0,2 | 0 | | 0,8 | 4,1 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 21,3 | 17 | 0,2 | 0 | | 1,1 | 5,4 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 4,5 | 4,5 | 0,2 | 0 | | 0,8 | 4,1 | | |
|  | СОЛЬ | | | 1 | 1 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 436 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | | | 200 | | 0,2 |  | | 10,9 | 45,4 | | |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | | | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | АПЕЛЬСИН | | | 35 | 24,5 | 0,2 | 0 | | 1,8 | 9,5 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 214 | 214 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | СЕЗОННЫЙ ФРУКТ | 100 | | 0,4 | 0,4 | 7,8 | 37,3 |
|  | ЯБЛОКИ | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 7,8 | 37,3 |
|  |  | | | **44,2** | **16,0** | **127,0** | **814,7** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **64,0** | **33,7** | **204,5** | **1 352,3** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 9** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 195 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | | | 245 | | 8,3 | 14,8 | | 38,6 | 310,2 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 14,7 | 14,7 | 0,1 | 11,4 | | 0,1 | 99,0 | | |
|  | КРУПА МАННАЯ | | | 49 | 49 | 4,8 | 0,5 | | 31,5 | 145,1 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 122,5 | 122,5 | 3,4 | 2,9 | | 5,4 | 59,6 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | | 1,6 | 6,5 | | |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | 65 | | 7,0 | 4,6 | | 22,8 | 159,6 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 15 | 15 | 3,4 | 4,3 | | 0 | 53,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | | 22,8 | 106,6 | | |
| 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 200 | | 2,8 | 2,2 | | 14,2 | 85,4 | | |
|  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | 2,5 | 2,5 | 0,3 | 0 | | 1,2 | 5,8 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 172 | 172 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 9,1 | 35,9 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 90 | 90 | 2,5 | 2,2 | | 3,9 | 43,7 | | |
|  | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | | | 40 | | 3,0 | 3,9 | | 29,8 | 166,8 | | |
|  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | 40 | 40 | 3 | 3,9 | | 29,8 | 166,8 | | |
|  |  | | | | | **21,1** | **25,5** | | **105,4** | **722,0** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | 100 | | 1,5 | 2,6 | | 4,9 | 49,8 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 100 | 80 | 1,3 | 0,1 | | 3,5 | 20,2 | | |
|  | ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,04 | 0,04 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 2,5 | | 0 | 22,5 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12,5 | 10,5 | 0,1 | 0 | | 0,8 | 3,9 | | |
| 98 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ | | | 250 | | 1,6 | 1,5 | | 12,6 | 69,9 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 93,8 | 67,5 | 1,3 | 0,3 | | 10 | 46,8 | | |
|  | КРУПА РИСОВАЯ | | | 1,9 | 1,9 | 0,1 | 0 | | 1,3 | 5,7 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 180 | 180 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,2 | | 0 | 10,5 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| 314 | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В СОУСЕ | | | 100 | | 3,0 | 4,5 | | 16,3 | 115,3 | | |
|  | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 3,5 | 3,5 | 0,4 | 0 | | 2,2 | 10,5 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 5 | 4 | 0,1 | 0 | | 0,3 | 1,3 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 5 | 5 | 0,2 | 0 | | 0,9 | 4,6 | | |
|  | ГРУДКА КУРИНАЯ | | | 90,4 | 81,4 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 19,6 | 19,6 | 1,4 | 0,1 | | 8,9 | 41,8 | | |
|  | СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | 6,1 | 6,1 | 0,8 | 0 | | 3,5 | 16,4 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 4,7 | 4,7 | 0 | 4,4 | 0 | 38,1 |
|  | СОЛЬ | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8,5 | 7,14 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,6 |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 71,4 | 71,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 200 | | 10,8 | 11,1 | 46,8 | 320,9 |
|  | КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 90,7 | 90,7 | 10,7 | 2,8 | 46,7 | 248,9 |
|  | СОЛЬ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10,7 | 10,7 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 72,0 |
| 440 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 0,2 |  | 8,6 | 34,6 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,3 |
|  | САХАР ПЕСОК | 9 | 9 | 0 | 0 | 8,2 | 32,3 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **24,7** | **20,5** | **137,4** | **819,5** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **45,8** | **46,0** | **242,8** | **1 541,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12-17 лет** | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 10** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рец.** | **Наименование блюда** | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 184 | КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С ФРУКТАМИ | | | 245 | | 9,2 | 15,2 | | 35,1 | 306,8 | | |
|  | ЯБЛОКИ | | | 24,5 | 21,6 | 0,1 | 0,1 | | 1,9 | 9,2 | | |
|  | КРУПА ОВСЯНАЯ | | | 49 | 49 | 5,6 | 2,7 | | 26,1 | 148,7 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 75,8 | 75,8 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 122,5 | 122,5 | 3,4 | 2,9 | | 5,4 | 59,6 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | | 1,6 | 6,5 | | |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | 12,3 | 12,3 | 0,1 | 9,5 | | 0,1 | 82,8 | | |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | 65 | | 7,0 | 4,6 | | 22,8 | 159,6 | | |
|  | СЫР РОССИЙСКИЙ | | | 15 | 15 | 3,4 | 4,3 | | 0 | 53,0 | | |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | | | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | | 22,8 | 106,6 | | |
| 441 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | 200 | | 1,6 | 1,2 | | 11,2 | 60,7 | | |
|  | МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | 50 | 50 | 1,4 | 1,2 | | 2,2 | 24,3 | | |
|  | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | 1 | 1 | 0,2 | 0 | | 0,4 | 2,3 | | |
|  | САХАР ПЕСОК | | | 9,5 | 9,5 | 0 | 0 | | 8,6 | 34,1 | | |
|  | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | | | 40 | | 3,0 | 3,9 | | 29,8 | 166,8 | | |
|  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | 40 | 40 | 3 | 3,9 | | 29,8 | 166,8 | | |
|  |  | | | | | **20,8** | **24,9** | | **98,9** | **693,9** | | |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | | | 100 | | 0,9 | 1,3 | | 3,0 | 27,1 | | |
|  | ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ | | | 91,3 | 84,9 | 0,7 | 0,1 | | 2,1 | 11,9 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,2 | | 0 | 10,5 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 15 | 12,6 | 0,2 | 0 | | 0,9 | 4,7 | | |
| 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | | | 250 | | 2,1 | 5,6 | | 9,8 | 96,3 | | |
|  | СВЕКЛА | | | 53,3 | 42,6 | 0,6 | 0 | | 3,4 | 16,1 | | |
|  | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ | | | 25 | 20 | 0,4 | 0 | | 0,8 | 5,0 | | |
|  | КАРТОФЕЛЬ | | | 33,3 | 24 | 0,5 | 0,1 | | 3,5 | 16,7 | | |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | | | 12,5 | 10 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 3,2 | | |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | 12 | 10,1 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,7 | | |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | 2,5 | 2,5 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,3 | | |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | 3,8 | 3,8 | 0 | 3,6 | | 0 | 30,8 | | |
|  | ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | 0,03 | 0,03 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СОЛЬ | | | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ | | | 10 | 10 | 0,3 | 1,9 | | 0,3 | 18,5 | | |
| 364 | СЕРДЕЧКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ | | | 110 | | 12,4 | 9,0 | | 4,0 | 143,1 | | |
|  | СЕРДЦЕ КУРИНОЕ | | | 100 | 91 | 11,8 | 7,1 | | 0,5 | 110,2 | | |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | 45 | 45 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | 3,5 | 3,5 | 0,4 | 0 | | 2,2 | 10,5 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | МОРКОВЬ КРАСНАЯ | 3 | 2,4 | 0 | 0 | 0,2 | 0,7 |
|  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3 | 2,52 | 0 | 0 | 0,2 | 0,9 |
|  | ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5 | 5 | 0,2 | 0 | 0,9 | 4,6 |
|  | СОЛЬ | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 16,2 |
| 209 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 200 | | 6,4 | 9,1 | 38,6 | 254,5 |
|  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 60 | 60 | 6,3 | 0,8 | 38,5 | 182,5 |
|  | МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 10,7 | 10,7 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 72,0 |
|  | СОЛЬ | 0,7 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| 431 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | | 0,1 | 0,1 | 12,2 | 50,8 |
|  | ЯБЛОКИ | 40 | 35,2 | 0,1 | 0,1 | 3,1 | 14,9 |
|  | ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 208 | 208 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,1 | 35,9 |
|  | АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,07 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ | 50 | 50 | 3,6 | 0,3 | 22,8 | 106,6 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | | 4,0 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ | 60 | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122,4 |
|  |  | | | **29,5** | **25,9** | **115,8** | **800,8** |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **50,3** | **50,8** | **214,7** | **1 494,7** |

.