

Утверждаю



МЕНЮ РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ (5-11 КЛАСС) ЗИМА

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,8	2,9	24,0	136,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,8	0,5	24	114,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	50		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	1,5	0,1	10	47,4
			7,57	3,17	55,83	282,02
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,57	3,17	55,83	282,02

Утверждаю



МЕНЮ

11-17 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,00	3,20	14,50	98,54
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	24,4	24,4	2,98	0,79	13,51	72,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78,6	78,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,97	27,87
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,21	0,00	0,45	2,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			6,82	3,51	46,56	244,82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,82	3,51	46,56	244,82



МЕНЮ РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ(5-11 КЛАСС)ЗИМА

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		4,4	5,1	17,6	133,3
КРУПА ОВСЯНАЯ	25,3	24,92	3	1,5	14,4	82,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32	32	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	48	48	1,4	1,2	2,2	25,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	50		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	1,5	0,1	10	47,4
			8,17	5,35	52,09	289,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			8,17	5,35	52,09	289,4



МЕНЮ РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ(5-11 КЛАСС) ЗИМА

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,1	3,9	14,7	104,9
КРУПА МАННАЯ	15,3	15,3	1,6	0,2	10,5	48,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,4	33,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50,8	50,8	1,5	1,3	2,3	26,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	50		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	1,5	0,1	10	47,4
			6,8	4,10	46,68	250,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,8	4,10	46,68	250,45

Утверждаю



**МЕНЮ РАСКЛАДКА
БЮДЖЕТ(5-11 КЛАСС)ЗИМА**

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		2,4	3,5	15,2	101,2
КРУПА РИСОВАЯ	6,7	6,6	0,5	0,1	4,8	21,3
ПШЕНО	9	9	1	0,2	6,1	30,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	31	31	0,9	0,8	1,5	16,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,5	47,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С С САХАРОМ	200/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,4	58,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	50		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	1,5	0,1	10	47,4
			14,62	3,47	54,42	307,36
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,62	3,47	54,42	307,36

Утверждаю



МЕНЮ РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ(5-11 КЛАСС)ЗИМА

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		4,3	2,9	25,3	144,6
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	38,5	38,5	4,3	0,5	25,3	122,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,3	69,3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,2	58,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	50		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	1,5	0,1	10	47,4
			8,14	3,21	57,25	290,14
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			8,14	3,21	57,25	290,14

Утверждаю



МЕНЮ

11-17 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		2,95	3,18	14,28	97,34
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	24	24	2,93	0,77	13,29	71,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,3	77,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,97	27,87
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,21	0,00	0,45	2,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,5	58,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,2	7,2	0,00	0,00	6,97	27,87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			6,77	3,49	46,34	243,62
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			6,77	3,49	46,34	243,62



МЕНЮ

11-17 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,73	0,45	23,94	114,75
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,73	0,45	23,94	114,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7		0,00	0,00	6,78	27,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,21	0,00	0,45	2,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,8	145,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	30/20		3,82	0,31	25,09	118,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,82	0,31	25,09	118,41
			7,55	0,76	55,81	260,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,55	0,76	55,81	260,25

Утверждаю



МЕНЮ РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ(5-11 КЛАСС)ЗИМА

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		3,2	3,8	16,4	112,7
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	21,3	21,3	2	0,3	13,5	64,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,6	31,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,7	42,7	1,2	1,1	1,9	22,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	50		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	1,5	0,1	10	47,4
			7,11	4,03	48,36	258,18
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,11	4,03	48,36	258,18

Утверждаю



МЕНЮ РАСКЛАДКА БЮДЖЕТ(5-11 КЛАСС)ЗИМА

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3		10,8	3,2	22,5	161,8
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	48,5	48,3	10,8	0,8	22,5	140,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/7				6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	50		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	1,5	0,1	10	47,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,62	3,47	54,42	307,36
			14,62	3,47	54,42	307,36