



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150/5	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 150
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК 100	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ 60/40	КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ 60/40	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ 60/40
ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ 150/40/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 185/10/5	ЧАЙ С САХАРОМ 195/5	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ЯБЛОКО 120			ЯБЛОКО 120		



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 160/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150
СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ 75/25	КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ 60/40	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 60/30	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 50/50	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ 50/50
ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ 150/40/10	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 185/10/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ЧАЙ С САХАРОМ 195/5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 185/10/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ЯБЛОКО 120			ЯБЛОКО 120		

**МЕНЮ****1-4 класс (69,43)****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		0,75	0,06	5,94	28,04
МОРКОВЬ	77,33	58	0,75	0,06	4,00	20,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		5,90	4,71	37,66	216,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,87	0,70	37,62	180,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,6	2,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	315	315	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	100		16,93	9,70	3,54	166,19
КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)	82	79,8	16,46	3,85	1,03	101,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,81	0,00	52,32
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,5	3,5	0,16	0,00	0,65	3,46
МОРКОВЬ	8,67	6,5	0,08	0,01	0,44	2,21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ	150/40/10		1,23	0,97	11,74	60,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,13	0,97	1,86	20,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ЯБЛОКО	120		0,48	0,48	11,76	56,40
ЯБЛОКИ	120	120	0,48	0,48	11,76	56,40
			28,90	16,29	94,17	639,92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			28,90	16,29	94,17	639,92



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60		0,84	3,66	4,97	56,07
СВЕКЛА	77,6	58,2	0,84	0,06	4,97	23,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,60	0,00	32,36
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	200		18,45	13,74	44,46	373,23
КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)	71	68	14,03	3,28	0,87	86,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10,2	10,2	0,00	9,88	0,00	88,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,45	11,3	0,16	0,02	0,90	4,49
МОРКОВЬ	18,27	13,7	0,17	0,01	0,92	4,66
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,7	4,7	0,22	0,00	0,86	4,65
КРУПА РИСОВАЯ	57,2	57	3,87	0,55	40,91	184,12
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		1,24	2,13	23,37	117,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	1,24	2,13	9,82	63,27
САХАР ПЕСОК	14	14	0,00	0,00	13,55	54,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			24,14	19,90	96,33	658,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			24,14	19,90	96,33	658,59



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		0,75	0,06	5,94	28,04
МОРКОВЬ	77,33	58	0,75	0,06	4,00	20,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		5,90	4,71	37,66	216,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,87	0,70	37,62	180,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,6	2,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	315	315	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100		13,42	15,77	3,97	211,67
ГОВЯДИНА Б/К	70,5	70	12,63	10,86	0,00	148,02
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,13	0,02	0,72	3,58
МОРКОВЬ	12	9	0,12	0,01	0,60	3,06
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7	7	0,33	0,00	1,29	6,93
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		0,15	0,01	10,03	41,55
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,9	56,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	5,5	5	0,05	0,01	0,15	1,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,75	138,75	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			23,83	20,92	81,13	609,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,83	20,92	81,13	609,70



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60		0,84	3,66	4,97	56,07
СВЕКЛА	77,6	58,2	0,84	0,06	4,97	23,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,60	0,00	32,36
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		4,55	5,19	20,54	146,82
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	37,2	37	4,52	1,18	20,50	110,54
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	118	118	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		11,00	9,04	10,86	166,82
КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)	47,6	44,6	9,21	2,15	0,57	56,64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	11	0,81	0,07	5,35	25,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	195/5		0,10	0,00	5,04	20,55
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,25	146,25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ЯБЛОКО	120		0,48	0,48	11,76	56,40
ЯБЛОКИ	120	120	0,48	0,48	11,76	56,40
			20,58	18,74	76,70	558,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,58	18,74	76,70	558,50



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		0,98	2,66	3,03	41,43
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	50,6	50,6	0,91	0,05	1,52	11,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0,00	2,60	0,00	23,37
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,10	4,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,1	5,1	0,07	0,01	0,41	2,03
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,15	4,25	21,38	136,87
КАРТОФЕЛЬ	197,23	128,2	2,48	0,49	20,27	95,75
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,1	23,1	0,65	0,56	1,08	12,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,8	89,8	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ	60/40		9,58	8,96	11,91	166,71
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	44,4	44,4	7,66	3,92	0,00	65,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,63	0,08	4,06	19,44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10,8	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,78	0,78	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		1,24	2,13	23,37	117,45
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	1,24	2,13	9,82	63,27
САХАР ПЕСОК	14	14	0,00	0,00	13,55	54,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			18,56	18,37	83,22	574,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,56	18,37	83,22	574,30



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60		0,60	3,09	5,33	52,34
МОРКОВЬ	58,67	44	0,55	0,04	2,95	14,94
ЯБЛОКИ	13,6	12	0,05	0,05	1,18	5,64
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,20	4,79
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150		15,50	4,28	32,41	230,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	69,5	69,4	15,48	1,08	32,38	201,28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		11,00	9,04	10,86	166,82
КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)	47,6	44,6	9,21	2,15	0,57	56,64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	11	0,81	0,07	5,35	25,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,40	2,80	14,59	98,09
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,59	0,37	0,25	7,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			34,11	19,58	86,72	659,39
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,11	19,58	86,72	659,39



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		0,98	2,66	3,03	41,43
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	50,6	50,6	0,91	0,05	1,52	11,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0,00	2,60	0,00	23,37
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,10	4,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,1	5,1	0,07	0,01	0,41	2,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		5,90	4,71	37,66	216,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	55	55	5,87	0,70	37,62	180,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,6	2,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	315	315	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ) ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	75/25		8,24	18,64	1,57	207,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0,00	1,26	0,00	11,34
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,12	0,00	0,47	2,47
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОСИСКИ МУСУЛЬМАНСКИЕ (ХАЛЯЛЬ)	75	74,9	7,99	17,36	0,29	189,63
ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ	150/40/10		1,23	0,97	11,74	60,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,13	0,97	1,86	20,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ЯБЛОКО	120		0,48	0,48	11,76	56,40
ЯБЛОКИ	120	120	0,48	0,48	11,76	56,40
			20,44	27,83	89,29	694,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,44	27,83	89,29	694,45



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60		0,84	3,66	4,97	56,07
СВЕКЛА	77,6	58,2	0,84	0,06	4,97	23,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,60	0,00	32,36
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		8,44	4,21	38,24	224,28
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,43	2,21	38,22	206,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14
КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ	60/40		9,58	8,96	11,91	166,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	44,4	44,4	7,66	3,92	0,00	65,94
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,63	0,08	4,06	19,44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10,8	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,78	0,78	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		0,15	0,01	10,03	41,55
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,3	56,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	5,5	5	0,05	0,01	0,15	1,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,75	138,75	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			22,62	17,21	88,68	600,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,62	17,21	88,68	600,45



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		0,75	0,06	5,94	28,04
МОРКОВЬ	77,33	58	0,75	0,06	4,00	20,30
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200		18,91	10,92	19,44	249,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИЦА (ГРУДКА НА КОСТИ)	81,3	79,3	16,36	3,82	1,02	100,72
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0,00	2,23	0,00	20,06
КАРТОФЕЛЬ	140,62	91,4	1,78	0,36	14,45	68,27
МОРКОВЬ	25,87	19,4	0,24	0,02	1,30	6,59
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,5	5,5	0,25	0,00	1,02	5,44
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,6	11,4	0,16	0,02	0,90	4,53
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0,00	4,46	0,00	40,11
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1	0,12	0,01	0,75	3,56
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,40	2,80	14,59	98,09
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,59	0,37	0,25	7,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			26,67	14,15	63,50	487,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,67	14,15	63,50	487,25



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60		0,84	3,66	4,97	56,07
СВЕКЛА	77,6	58,2	0,84	0,06	4,97	23,71
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,60	0,00	32,36
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160/5		5,91	4,71	37,72	216,93
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	55,1	55,1	5,88	0,70	37,68	180,65
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,7	2,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	318,3	318,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30		6,80	5,68	4,02	93,21
РЫБА ТРЕСКА ФАРШ	34,5	34,5	5,66	0,34	0,00	24,43
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	4,9	4,9	0,31	0,04	2,02	9,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,1	7,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	3,68	0,46	0,41	0,03	5,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,02	5,9	0,08	0,01	0,47	2,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35	35	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	195/5		0,10	0,00	5,04	20,55
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146,25	146,25	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ЯБЛОКО	120		0,48	0,48	11,76	56,40
ЯБЛОКИ	136,3	120	0,48	0,48	11,76	56,40
			17,74	14,90	87,04	555,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,74	14,90	87,04	555,00



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		0,98	2,66	3,03	41,43
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	50,6	50,6	0,91	0,05	1,52	11,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0,00	2,60	0,00	23,37
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,10	4,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,1	5,1	0,07	0,01	0,41	2,03
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,15	4,25	21,38	136,87
КАРТОФЕЛЬ	197,23	128,2	2,48	0,49	20,27	95,75
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,1	23,1	0,65	0,56	1,08	12,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,8	89,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	50/50		14,38	20,62	1,70	249,48
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56	56	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	90	80	14,12	14,28	0,00	184,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200		0,49	0,20	21,55	99,37
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			22,61	28,10	71,19	638,99
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,61	28,10	71,19	638,99



МЕНЮ

1-4 класс (69,43)

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60		0,60	3,09	5,33	52,34
МОРКОВЬ	58,67	44	0,55	0,04	2,95	14,94
ЯБЛОКИ	13,6	12	0,05	0,05	1,18	5,64
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0,00	0,00	1,20	4,79
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150		3,01	4,05	10,78	93,50
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	179,1	143,2	2,50	0,14	6,53	38,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
МОРКОВЬ	3,33	2,5	0,03	0,00	0,16	0,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,5	5,5	0,25	0,00	1,02	5,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,6	3,6	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,16	0,02	1,02	4,86
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	50/50		7,92	10,30	8,83	159,53
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0,00	2,13	0,00	19,19
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,23	0,03	1,49	7,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОЛУФАБР.ГОВЯД.КОТЛЕТН.МЯСО	38	38	6,56	3,36	0,00	56,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	7,6	7,6	0,56	0,05	3,70	17,46
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,71	4,8	0,07	0,01	0,38	1,91
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,66	0,00	41,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		0,15	0,01	10,03	41,55
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,9	56,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОН	5,5	5	0,05	0,01	0,15	1,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,75	138,75	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
			15,29	17,82	58,50	458,76
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,29	17,82	58,50	458,76