



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность , ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		60	0,7	0,1	2,3	14,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,4	60,3	0,7	0,1	2,3	14,5
КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ		80	10,1	22,4	8,8	276,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ПОЛУФАБР.РУБЛЕННЫЕ.ДОМАШНИЕ КОТЛЕТЫ	100	100	10,1	17,5	8,8	232,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150/5	3,6	4,6	37,7	206,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	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
КАКАО С МОЛОКОМ		200	2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
			19,5	29,9	87,6	698,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,5	29,9	87,6	698,3



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	110		0,4	0,4	10,8	51,7
яблоки	125	110	0,4	0,4	10,8	51,7
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (порциями)	60		0,5	0,1	1,5	8,4
огурцы грунтовые	64,3	59,8	0,5	0,1	1,5	8,4
ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	150/50		16,2	16,5	14,5	272,2
соль йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0,0
бройлеры цыплята потрош. 1 категории	109,72	79	14,4	12,3	0	168,6
картофель	112	84	1,6	0,3	13,3	62,8
лук репчатый	12	10	0,1	0	0,8	4,0
масло подсолнечное рафинированное	4	4	0	3,9	0	34,9
томатная паста	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,1	2,4	17,2	103,5
кофейный напиток	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,1
сахар песок	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
молоко пастер. 2,5% жирности	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
вода питьевая	120	120	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	33		2,2	0,3	14,0	67,3
хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	33	33	2,2	0,3	14	67,3
			22,4	19,7	58,0	503,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,4	19,7	58,0	503,1

ООО "ТД "Айракс"



Утверждаю

Директор
Локманов А.Т.

МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,9	2,9	5,0	50,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,9	0	2,1	12,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		15,2	19,0	5,5	255,1
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	105,33	79	14,3	12,2	0	167,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	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
МАКАРОНЫ ОТВАРЫ	150		5,4	4,7	34,9	203,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	33		2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
			24,0	26,9	74,7	638,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			24,0	26,9	74,7	638,8

ООО "ТД "Айракс"

Утверждаю

Директор
Локманов А.Т.



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (ГРУШИ)		100	0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	111,11	100	0,4	0,3	10,3	47,0
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		60	0,7	3,0	6,8	57,4
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МОРКОВЬ	72	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ		80	11,0	8,1	9,5	154,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (ПОЛУФАБРИКАТ)	100	100	11	5,2	9,5	127,8
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,9	4,6	23,8	148,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	200	150	2,9	0,6	23,8	112,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ		200	2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,1	18,8	89,2	608,0
			20,1	18,8	89,2	608,0

ООО "ТД "Айракс"

Утверждаю

Директор

Локманов А.Т.



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)		170	0,7	0,7	16,7	79,9
яблоки	193,1	170	0,7	0,7	16,7	79,9
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (порциями)		60	0,7	0,1	2,3	14,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,4	60,3	0,7	0,1	2,3	14,5
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		80	10,1	20,4	8,8	259,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПОЛУФАБР. КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	100	100	10,1	17,5	8,8	232,8
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,6	5,9	38,5	222,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	54,09	53,55	3,6	0,5	38,4	173,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,75	6,75	0	5,4	0,1	49,0
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200/15/7	0,1		14,8	60,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,9	58,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ЛИМОН	8,6	7,6	0,1	0	0,2	2,5
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,4	27,4	95,1	703,3
			17,4	27,4	95,1	703,3

ООО "ТД "Айракс"

Утверждаю

Директор
Локманов А.Т.



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (МАНДАРИН)	100		0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	135	99,9	0,8	0,2	7,5	38,0
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ	60		0,5	3,6	1,4	39,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	61,29	57	0,5	0,1	1,4	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ	180					
ПЕЛЬМЕНИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	180	180	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26	26	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	33		2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			3,8	4,1	38,2	206,7
			3,8	4,1	38,2	206,7

ООО "ТД "Айракс"

Утверждаю

Директор

Докманов А.Т.



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ)		150	1,4	0,3	12,2	64,5
АПЕЛЬСИН	214,3	150	1,4	0,3	12,2	64,5
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (порциями)		60	0,5	0,1	1,5	8,4
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	64,3	59,8	0,5	0,1	1,5	8,4
ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ		60/30	9,2	10,7	0,9	135,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	66,4	49,8	9	7,8	0	105,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9	0,1	0	0,4	1,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	3,6	4,6	37,7	206,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	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
КАКАО С МОЛОКОМ		200	2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,8	18,5	91,1	615,9
			19,8	18,5	91,1	615,9

ООО "ТД "Айракс"

Утверждаю

Директор

Локманов А.Т.



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность , ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (порциями)		60	0,7	0,1	2,3	14,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,4	60,3	0,7	0,1	2,3	14,5
ПЛОВ С ПТИЦЕЙ		150	15,6	21,2	26,8	359,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	97,33	73	12,9	13	0	168,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	35	35	2,4	0,4	25,1	113,1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200/15/7	0,3	0,1	16,4	67,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,8	58,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,2	16,2	0	0	15,7	62,7
ЛИМОН	8,6	7,6	0,1	0	0,2	2,5
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
			18,8	21,7	59,5	507,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,8	21,7	59,5	507,9

ООО "ТД "Айракс"



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (ГРУШИ)		100	0,4	0,3	10,3	47,0
ГРУША	111,11	100	0,4	0,3	10,3	47,0
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		60	0,9	2,9	5,0	50,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,9	0	2,1	12,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ		80	11,0	8,1	9,5	154,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (ПОЛУФАБРИКАТ)	100	100	11	5,2	9,5	127,8
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,9	4,6	23,8	148,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	200	150	2,9	0,6	23,8	112,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,7	16,2	77,9	529,5
			17,7	16,2	77,9	529,5



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность , ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		60	0,7	3,0	6,8	57,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МОРКОВЬ	72	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ПТИЦА ОТВАРНАЯ		120	30,6	30,8	0,4	400,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	230,4	172,8	30,5	30,8	0	399,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	4,8	0,1	0	0,4	1,9
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		150	5,4	4,7	34,9	203,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,1	2,4	17,2	103,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,1
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,4	41,6	83,1	879,6
			42,4	41,6	83,1	879,6

ООО "ТД "Айракс"



Директор
Локманов А.Т.

МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность , ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТЫ (БАНАН)		150	2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,4	150	2,3	0,8	31,5	144,0
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКАМИ) С МАСЛОМ		60	0,9	3,6	4,9	54,6
СВЕКЛА	73,55	57	0,9	0,1	4,9	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,9	4,6	23,8	148,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	200	150	2,9	0,6	23,8	112,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ		80	10,1	22,4	8,8	276,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ПОЛУФАБР.РУБЛЕННЫЕ.ДОМАШНИЕ КОТЛЕТЫ	100	100	10,1	17,5	8,8	232,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200/15/7	0,3	0,1	16,4	67,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,7	58,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,9	145,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,2	16,2	0	0	15,7	62,7
ЛИМОН	8,6	7,6	0,1	0	0,2	2,5
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		33	2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,7	31,8	99,4	757,7
			18,7	31,8	99,4	757,7

ООО "ТД "Айракс"

Утверждаю

Директор

Локманов А.Т.



МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ	60		0,5	3,6	1,4	39,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	61,29	57	0,5	0,1	1,4	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		11,2	24,4	0,4	266,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	102	100	10,7	23,2	0,4	253,2
РИС ОТВАРНОЙ	150		3,6	5,9	38,5	222,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	54,09	53,55	3,6	0,5	38,4	173,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,75	6,75	0	5,4	0,1	49,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	33		2,2	0,3	14,0	67,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	33	33	2,2	0,3	14	67,3
			17,8	34,2	69,6	656,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			17,8	34,2	69,6	656,7