



Утверждаю

Директор

Саломатин А.К.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ		200	7,0	7,4	35,4	235,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,7	3	4,4	55,6
КРУПА МАННАЯ	42,6	42,6	4,3	0,4	29,2	136,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		20	0,1	16,5	0,2	149,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	20	20	0,1	16,5	0,2	149,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		30	7,0	8,9		109,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	30,94	30	7	8,9	0	109,2
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,8	3,7	24,3	146,8
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			22,3	37,4	99,7	829,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,3	37,4	99,7	829,7

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ		250	12,1	13,6	14,5	228,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	75	54	9,8	8,4	0	115,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	237,5	237,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ		100	4,3	5,7	0,9	73,5
тесто сдобное дрожжевое	50	50	0	0	0	0,0
Сервелат Европейский	40	40	0	0	0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	20	18,18	4,1	5,2	0	64,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/15/7	0,5		24,2	100,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
			20,7	19,6	64,7	520,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,7	19,6	64,7	520,3

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100		1,1	4,9	8,2	82,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,9	0,1	2,3	13,6
МОРКОВЬ	21,33	16	0,2	0	1,1	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,5	5,6	37,1	225,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	61	61	6,5	0,8	41,7	200,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100		12,6	30,4	10,7	367,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14,1	14,1	1,1	0,1	6,9	32,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	12	12	0,6	0	2,2	11,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	16,9	0,2	0	1,4	6,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,4	8,4	0	8,1	0	73,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,6	3,6	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	70	59,08	10,7	9,2	0	124,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,1	0	0	0,2	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,9	21,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4,3	0	38,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,9	10,9	0,1	8,7	0,1	79,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50		1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			25,4	41,2	141,7	1 040,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,4	41,2	141,7	1 040,9



Утверждаю

Директор

Саломатин А.К.

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	1,4	6,1	8,3	93,5
СВЕКЛА	129,33	97	1,5	0,1	8,2	39,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		250	23,4	29,3	33,2	490,5
МОРКОВЬ	16,27	12,2	0,2	0	0,8	4,2
ГОВЯДИНА Б/К	125	105,5	19	16,4	0	223,1
КАРТОФЕЛЬ	288,46	187,5	3,7	0,8	29,7	140,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,3	0,2	0	1,2	5,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8,6	8,6	0,4	0	1,6	8,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	12,5	12,5	0	12,1	0	109,0
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СМОРОДИНЫ		200	0,4	0,2	26,3	111,5
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	45	43,65	0,4	0,2	3,1	16,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
БАНАН		100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			30,5	36,4	113,9	909,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,5	36,4	113,9	909,9

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150		3,7	4,6	38,5	209,0
КРУПА РИСОВАЯ	53	53	3,6	0,5	38	171,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	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
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100		13,8	4,3	0,4	95,6
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	100	88,6	13,7	0,8	0	61,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,2	4,4	0,1	0	0,4	1,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,4	4,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4	0	3,5	0	31,9
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7		0,5		24,2	100,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50		1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			23,2	9,2	129,4	693,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,2	9,2	129,4	693,0

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		250	5,0	6,6	21,2	164,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		20	0,1	16,5	0,2	149,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	20	20	0,1	16,5	0,2	149,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		30	6,9	8,9		109,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	32	30	7	8,9	0	109,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,3	3,1	26,5	148,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	2,6	12,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			19,5	35,8	82,8	736,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,5	35,8	82,8	736,4

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		22,0	21,2	30,0	408,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	112,5	81	14,6	12,6	0	172,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	18,8	18,8	0,5	2,7	0,7	37,5
КАРТОФЕЛЬ	187,54	121,9	2,3	0,5	19,3	91,1
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	18,8	18,7	4,2	0,3	8,7	54,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,3	9,5	0,1	0	0,8	3,8
МОРКОВЬ	11,2	8,4	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3	0	5	0,1	45,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0	0	0	0,0
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100		5,6	14,5	1,6	159,2
тесто сдобное дрожжевое	50	50	0	0	0	0,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	50,25	50	5,3	11,6	0,2	126,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7		0,5		24,2	100,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			31,9	36,0	80,9	785,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,9	36,0	80,9	785,6

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ		100	1,2	5,2	7,6	82,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9
КАРТОФЕЛЬ	63,08	41	0,8	0,2	6,5	30,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	5	0	45,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	10,3	8,3	46,5	301,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	83,1	83,1	10,2	2,6	46,1	248,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,9	6,9	0	5,5	0,1	50,1
ГУЛЯШ		100	15,4	18,7	5,5	255,9
ГОВЯДИНА Б/К	93,6	79	14,3	12,2	0	167,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	8	8	0,3	0	0,9	5,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ		50	1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			33,1	32,7	145,7	1 014,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,1	32,7	145,7	1 014,6



Утверждаю

Директор
Сапогатин А.К.**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	250		49,8	19,9	45,2	565,1
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	187,5	187,5	40,1	1,1	6	200,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	37,5	37,5	2,6	3,1	20,2	119,3
КРУПА МАННАЯ	9,4	9,4	1	0,1	6,4	30,0
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0	0	12,1	48,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,25 шт.	50,3	6,2	5,6	0,4	76,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12,5	12,5	0,1	10	0,1	90,7
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,4		20,2	82,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
БАНАН	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			55,5	20,7	111,5	861,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,5	20,7	111,5	861,7

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		100	0,8	5,2	12,5	101,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОРКОВЬ	70,67	53	0,7	0,1	3,6	18,0
ЯБЛОКИ	48,86	43	0,2	0,2	4,1	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	5	0	45,0
ПЛОВ		200	19,6	20,5	36,7	410,7
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	120	86,4	15,7	13,5	0	184,4
КРУПА РИСОВАЯ	45,8	45,3	3,1	0,5	32,5	146,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,7	6,7	0	6,5	0	58,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	30	22,5	0,3	0	1,6	7,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10,7	10,7	0,5	0	1,9	10,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СМОРОДИНЫ		200	0,4	0,2	26,3	111,5
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	45	43,65	0,4	0,2	3,1	18,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ		50	1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			26,0	26,2	141,8	912,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,0	26,2	141,8	912,5

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200		6,8	13,2	36,1	290,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	4,7	6,9	87,3
КРУПА РИСОВАЯ	14	13,9	1	0,1	10	44,9
ПШЕНО	14	13,9	1,6	0,4	9,5	47,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20		0,1	16,5	0,2	149,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	20	20	0,1	16,5	0,2	149,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,8	3,7	24,3	146,8
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,9	38,6	95,8	814,0
			19,9	38,6	95,8	814,0

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СОЛЯНКА		250	12,9	25,4	12,7	338,2
КАРТОФЕЛЬ	98,46	64	1,3	0,3	10,1	47,8
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	40	39,8	4,3	9,2	0,2	100,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,5	5,6	0	76,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,3	3,3	0,2	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,3	8,3	0	8,1	0	72,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,3	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	20	20	0,2	0	0,3	2,5
ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ СЛАДКИЙ		100	6,4	3,5	59,5	295,2
ПОВИДЛО	30	30	0,1	0	19,2	77,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	54,6	54,6	5,7	0,7	37,1	176,9
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9	0,4	0,3	0	4,5
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23	23	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,3	0	0	0	0,5
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		200	0,8	0,1	27,0	112,1
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15,4	15,4	0,8	0	7,7	34,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
			23,9	29,3	124,3	863,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,9	29,3	124,3	863,9

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		100	0,8	5,2	12,5	101,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОРКОВЬ	70,67	53	0,7	0,1	3,6	18,0
ЯБЛОКИ	48,86	43	0,2	0,2	4,1	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	5	0	45,0
КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕННЫЙ (ИЗ СЫРОГО)		150	4,2	15,4	34,4	293,1
КАРТОФЕЛЬ	334,38	217,35	4,2	0,9	34,3	162,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	15	15	0	14,6	0	130,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЦЫПЛЯТА, ПОРЦИОННО		100	10,4	16,7	5,9	222,2
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	70	50,4	9,1	7,9	0	107,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
МОРКОВЬ	24	18	0,2	0	1,2	6,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,3	18	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,7	6,7	0	6,5	0	58,4
КИСЕЛЬ		200			33,1	132,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ СТЭП		50	1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			20,6	37,6	152,2	1 037,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,6	37,6	152,2	1 037,8

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100		1,1	4,9	8,2	82,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,9	0,1	2,3	13,6
МОРКОВЬ	21,33	16	0,2	0	1,1	5,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,5	5,6	37,1	225,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	60,9	60,9	6,5	0,8	41,6	199,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,9	5,9	0	4,8	0	42,8
ГУЛЯШ	100		15,5	19,4	4,9	262,7
ГОВЯДИНА Б/К	93,6	79	14,3	12,2	0	167,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	2,2	0,5	30,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	8	8	0,3	0	0,9	5,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			27,3	30,6	104,5	812,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,3	30,6	104,5	812,9



МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	250		49,8	19,9	45,2	565,1
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	187,5	187,5	40,1	1,1	6	200,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	37,5	37,5	2,6	3,1	20,2	119,3
КРУПА МАННАЯ	9,4	9,4	1	0,1	6,4	30,0
САХАР ПЕСОК	12,5	12,5	0	0	12,1	48,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,25 шт.	50,3	6,2	5,6	0,4	76,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12,5	12,5	0,1	10	0,1	90,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50		1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			56,0	20,4	131,3	939,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,0	20,4	131,3	939,5

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		200	5,0	8,4	34,4	233,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90,9	90,9	2,5	2,8	4,2	52,9
КРУПА РИСОВАЯ	36,4	36	2,4	0,4	25,8	116,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		20	0,1	16,5	0,2	149,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	20	20	0,1	16,5	0,2	149,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,3	3,1	26,5	148,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	2,6	12,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
БАНАН		100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			18,7	33,3	107,5	807,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,7	33,3	107,5	807,1

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РАССОЛЬНИК		250	15,4	17,2	22,1	314,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	90	64,8	11,7	10,1	0	138,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,4	0	1,5	8,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10	9,9	0,9	0,1	6,4	30,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	18	18	0,5	2,6	0,6	36,0
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
КАРТОФЕЛЬ	115,38	75	1,5	0,3	11,8	56,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17	15	0,1	0	0,3	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ		100	5,6	14,5	1,6	159,2
тесто сдобное дрожжевое	50	50	0	0	0	0,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	50,25	50	5,3	11,6	0,2	126,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/15/7	0,5		24,2	100,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
			25,3	32,0	73,0	691,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,3	32,0	73,0	691,6

**МЕНЮ****7-11 лет****ДЕНЬ 18**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100		1,4	10,2	7,3	127,2
КАРТОФЕЛЬ	33,38	21,7	0,4	0,1	3,4	16,2
СВЕКЛА	20	15	0,2	0	1,3	6,1
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	2,0
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	15	15	0,3	0	0,5	3,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,85	15	0,2	0	1,2	6,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10	10	0	10	0	89,9
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150		2,9	4,8	23,8	150,1
КАРТОФЕЛЬ	230,77	150	2,9	0,6	23,8	112,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
ЦЫПЛЯТА, ПОРЦИОННО	100		9,6	15,9	1,7	192,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	70	50,4	9,1	7,9	0	107,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,7	6,7	0	6,5	0	58,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200		0,3	0,1	23,7	98,6
ШИПОВНИК	20	20	0,3	0,1	4,4	21,1
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ СТЭП	50		1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			19,4	31,3	122,8	856,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,4	31,3	122,8	856,7

**МЕНЮ**

7-11 лет

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		180	21,9	15,8	98,5	626,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	144	144	15,3	1,8	98,5	472,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,2	7,2	0	5,7	0,1	52,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	29,7	28,8	6,5	8,2	0	101,7
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ		100	11,2	24,4	0,4	266,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	102	100	10,7	23,2	0,4	253,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	0,3	25,1	118,4
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ		50	1,4		41,2	170,0
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	50	50	1,4	0	41,2	170,0
			39,3	40,7	185,0	1 266,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,3	40,7	185,0	1 266,5