

МЕНЮ**1-5 класс бесплатники****ДЕНЬ 1**

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	150		6,4	13,3	23,6	239,6
КРУПА МАННАЯ	20	20	2	0,2	13,7	63,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	8,4	0,1	76,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12		2,8	3,5	0,1	43,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,9	12	2,8	3,5	0,1	43,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,7	5,0	15,3	123,1
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,7	7,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,1	4,7	6,9	84,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
БАНАН	100		1,1	0,3	22,8	91,0
БАНАН	142,86	100	1,1	0,3	22,8	91,0
			18,8	22,5	99,3	668,4
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	60		0,1	2,9	2,0	34,2
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	44,2	44,2	0	0	1,3	5,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	7,2	7,2	0,1	0	0,7	2,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200		11,4	10,8	19,6	199,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,3	1,5
ГОВЯДИНА Б/К	50	45	8,2	5,4	0	81,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10	1,3	1,2	0,1	15,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	80	80	1,6	2,3	16,3	71,4
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	15	15	0,1	0	1,5	6,1
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150		3,2	2,4	11,9	72,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	171	171	2,9	0,4	9,4	44,8

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		90	17,6	9,0	12,7	196,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	1,8	1,8	0,1	0,1	0,1	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	12,6	12,6	0,1	0	1,3	5,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	100	88,6	14,7	1,7	0	69,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	9	9	0,7	0,1	6,5	29,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,4	6,4	0	6,2	0	55,8
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
			37,8	27,7	86,9	712,1
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН ПРОСТОЙ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
			3,8	1,5	25,7	131,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,4	51,7	211,9	1 511,5

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	16,4	29,0	5,5	348,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,73 шт.	109,2	13,5	12,2	0,8	166,3
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	100	100	2,9	3,1	4,6	58,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,9	6,9	0	6,7	0	60,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	7,1	0,1	64,0
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		60		5,0	4,2	54,0
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	60	0	5	4,2	54,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,3	5,3	17,3	138,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0,1	1,8	8,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	170	170	4,9	5,2	7,8	98,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			25,5	39,7	64,5	712,6
Обед						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ		60			2,1	12,0
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	60	60	0	0	2,1	12,0
БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ		200	3,5	6,1	23,3	141,6
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА	9	9	0,2	2,2	0,3	21,5
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	40	40	0,6	0,1	3,7	16,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	70	70	1,2	0,2	3,9	18,3
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	15	15	0,1	0	1,5	6,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ПЛОВ		200	20,7	16,2	43,4	400,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,2
ГОВЯДИНА Б/К	100	90	16,5	10,9	0	163,3
ЧЕСНОК	0,8	0,7	0	0	0,2	1,0
КРУПА РИСОВАЯ	54	54	3,7	0,5	38,8	172,9

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	20	20	0,2	0	1,9	8,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	20	20	0,2	0	1,8	8,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,3	4,3	0,2	0	0,6	3,1
НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		200	0,5	0,1	26,0	105,7
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	18	18	0,5	0,1	10,5	43,7
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	62,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			29,8	23,1	133,1	840,0
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		20	7,4	9,4	73,1	407,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
			7,4	9,4	73,1	407,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,7	72,2	270,7	1 959,6

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (промышленного производства)		90	12,0	21,1	2,5	248,3
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ(промышленного производства)	94	90	11,9	20,1	2,5	239,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,3	5,3	34,5	197,2
КРУПА РИСОВАЯ	48	48	3,3	0,5	34,4	153,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	4,8	0,1	43,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНС.		60	1,8		3,5	20,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	60	60	1,7	0	3,5	20,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2	0,1	10,7	44,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			21,1	26,9	88,7	680,9
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		60	1,5	3,1	7,9	63,5
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	48	48	0,8	0,1	4,5	20,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	9,9	9,9	0,1	0	1	4,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	16,5	16,5	0,6	0,1	2,2	12,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,2	10,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ		200	5,2	8,8	14,2	145,7
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СМЕТАНА	10	10	0,2	2,4	0,3	24,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	25	25	0,4	0,1	1,4	6,6
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	50	50	1	1,5	10,2	44,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	6,2	6,2	0,2	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200	4,5	13,3	39,1	246,6
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	185	185	3,6	5,4	37,7	165,1
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	7,1	0,1	64,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО СЕРДЦА		160	20,9	8,0	6,2	180,4
ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ	141,76	129	20	4,4	0	120,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	14	14	0,1	0	1,4	5,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	0,7	3,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,5	0	32,0
МУКА	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331		50	0,5	3,0	2,0	36,6
СМЕТАНА	8	8	0,2	1,9	0,3	19,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	4,4	4,4	0	0	0,4	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	0,7	3,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ		200			14,6	58,2
КОМПОТ АССОРТИ	90	90	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			37,7	36,9	122,3	911,6
Полдник						
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ		60	8,2	12,0	15,7	204,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	27	25,38	5,9	7,5	0,3	92,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,6	0	33,0
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
			8,2	12,0	15,7	204,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,0	75,8	226,7	1 796,5

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	200		21,3	18,2	32,8	375,7
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	28,8	28,8	0,9	0,9	1,4	16,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,2	0	20,5
МУКА	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,3	25,3	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	110	110	17,1	9,6	3,2	167,5
КРУПА МАННАЯ	9,2	9,2	0,9	0,1	6,3	29,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
САХАР ПЕСОК	8,2	8,2	0	0	8	31,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	11,5	11,5	0,4	0,1	8,8	33,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,2	0	29,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,6	0	2,7	13,3
СМЕТАНА	4,6	4,6	0,1	1,2	0,1	11,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		1,0	1,7	10,9	62,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1	1,6	10,9	62,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,0	5,0	15,3	126,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,7	7,7
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			31,1	25,3	96,5	734,9
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	3,1	4,7	48,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	47,34	47,34	0,8	0,1	2,7	12,8
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200		8,1	6,8	21,7	168,4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		200	22,2	19,0	24,4	328,8
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ГОВЯДИНА Б/К	120	108	19,8	13	0	195,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	13,3	13,3	0,1	0	1,3	5,4
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	106,7	106,7	2	3,1	21,7	95,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,6	0,2	26,9	112,1
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,6	0,3	8,4	38,4
САХАР ПЕСОК	19	19	0	0	18,4	73,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			37,0	29,8	116,0	838,0
Полдник						
БАТОН		45	3,4	1,3	23,1	117,9
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,4	1,3	23,1	117,9
АЦЕДОФИЛИН		200	5,6	5,0	8,4	102,0
АЦИДОФИЛИН 1% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	8,4	102,0
			9,0	6,3	31,5	219,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			77,1	61,4	244,0	1 792,8

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150		7,4	14,6	27,7	272,4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	24,88	3	1,5	14,9	85,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	8,4	0,1	76,8
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		4,9	4,5	0,3	60,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,999 шт.	39,96	4,9	4,5	0,3	60,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15		0,1	10,9	0,1	99,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15	15	0,1	10,9	0,1	99,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,3	5,3	17,3	138,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0,1	1,8	8,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	170	170	4,9	5,2	7,8	98,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
ЯБЛОКО	100		0,3	0,2	13,8	52,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,3	0,2	13,8	52,0
			21,8	35,9	96,7	794,2
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	2,0	2,2	30,5
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	74,57	52,2	0,9	0	1,6	10,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200		5,2	6,0	17,9	134,2
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СМЕТАНА	9	9	0,2	2,2	0,3	21,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,4	2,2
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4	0,4	0	2,6	12,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	15,3	15,3	0	0	0,5	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200	4,5	13,3	39,1	246,6
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	185	185	3,6	5,4	37,7	165,1
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	30	30	0,9	1	1,4	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	7,1	0,1	64,0
КАЛЬМАРЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		100	13,4	1,0	1,7	69,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	8	8	0,1	0	0,8	3,2
КАЛЬМАР (МЯСО)	75	75	13,1	0,2	0	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0	0,4	0	3,2
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
СМЕТАНА	1,6	1,6	0	0,4	0,1	3,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,4	0,4	0	0	0,1	0,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	1,8	1,8	0	0	0,2	0,8
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,001	0,001	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ		200			31,0	124,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. фед	24	24	0	0	20,4	81,5
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			29,2	23,0	130,2	785,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,1	6,5	9,6	122,2
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	210	210	6,1	6,5	9,6	122,2
ВАФЛИ		25	6,4	8,2	44,8	278,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	25	25	1,6	2,1	11,2	69,5
			12,5	14,7	54,4	400,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,5	73,6	281,3	1 979,6

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

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		150	4,8	13,7	16,0	206,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	14	14	1,5	0,2	9,6	45,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,3	3,7	5,4	67,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14	14	0,1	9,9	0,1	89,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15	0,1	10,9	0,1	99,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15	15	0,1	10,9	0,1	99,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,2	0,1	10,8	44,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ЛИМОН	4	2,8	0	0	0,1	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
БАНАН		100	1,1	0,3	22,8	91,0
БАНАН	142,86	100	1,1	0,3	22,8	91,0
			10,0	25,4	87,2	612,4
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		60	0,9	1,8	7,1	42,2
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	12,86	9	0,2	0	0,3	1,6
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	20	20	0,4	0,6	4,1	17,8
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	13	13	0,2	0	1,2	5,4
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	12	12	0,1	0	1,1	4,8
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	6	6	0	0	0,2	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	3,3	3,3	0	0	0,3	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		200	7,3	7,9	24,3	185,2
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МУКА	14,8	14,8	1,6	0,2	10	47,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10	1,3	1,2	0,1	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,2	23,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		90	17,6	9,0	12,7	196,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	1,8	1,8	0,1	0,1	0,1	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	12,6	12,6	0,1	0	1,3	5,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	100	88,6	14,7	1,7	0	69,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	9	9	0,7	0,1	6,5	29,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,4	6,4	0	6,2	0	55,8
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		150	2,6	7,7	26,4	153,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	120	120	2,3	3,5	24,4	107,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,3	0	38,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,5	0,1	32,0	125,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,5	0,1	11,6	44,0
САХАР ПЕСОК	21	21	0	0	20,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			34,0	27,2	140,8	883,9
Полдник						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		60	6,6	5,7	29,3	193,8
МУКА	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
ДРОЖЖИ	3	3	1,2	0,2	1,1	10,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	9,9	9,9	0,3	0,3	0,5	5,5
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,3	24,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,3	0	2,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8	106,0
			12,4	10,7	37,3	299,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,4	63,3	265,3	1 796,1

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	60				2,2	12,8
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	64	64	0	0	2,2	12,8
ПЛОВ	150		13,7	17,6	36,0	357,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,2
СВИНИНА МЯСНАЯ	65	58,5	10,2	12,2	0	153,7
ЧЕСНОК	0,6	0,5	0	0	0,1	0,7
КРУПА РИСОВАЯ	44	44	3	0,4	31,6	140,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	20	20	0,2	0	1,9	8,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	20	20	0,2	0	1,8	8,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,1	0	0,4	2,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,0	5,0	15,3	126,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,7	7,7
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			22,5	23,0	91,0	667,3
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60		0,9	3,6	3,5	49,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	15	15	0,3	0	0,9	4,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	9	9	0,1	0	0,9	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,5
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	12	9	0,1	0	0,4	2,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	12	12	0,4	0	0,7	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,6	0	32,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200		5,1	5,8	19,9	139,8
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,6	0,1	5,7	25,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0

ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		200	14,5	8,6	21,8	206,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,1
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	65	65	12,3	1,3	0	69,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	90	90	1,7	2,6	18,3	80,3
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	15	15	0,1	0	1,4	6,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	15	15	0,1	0	1,5	6,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,3	4,3	0,2	0	0,6	3,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		200	0,9	0,1	24,4	102,6
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18	18	0,9	0,1	8,9	40,5
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	62,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			26,5	18,8	107,9	679,1
Полдник						
БАТОН		45	3,4	1,3	23,1	117,9
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,4	1,3	23,1	117,9
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ		200			31,0	124,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. фед	24	24	0	0	20,4	81,5
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ		20	2,0	6,9	10,1	110,8
ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	20	20	2	6,9	10,1	110,8
			5,4	8,2	64,2	352,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,4	50,0	263,1	1 699,3

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200		19,0	13,3	20,3	276,1
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	110	110	17,1	9,6	3,2	167,5
СМЕТАНА	3	3	0,1	0,8	0,1	7,2
КРУПА МАННАЯ	5,05	5,05	0,5	0,1	3,5	16,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,05	2,05	0	2	0	17,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12		2,8	3,5	0,1	43,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,9	12	2,8	3,5	0,1	43,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,3	5,3	17,3	138,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0,1	1,8	8,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	170	170	4,9	5,2	7,8	98,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			30,9	22,5	75,2	629,7
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60		1,5	3,1	7,9	63,5
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	48	48	0,8	0,1	4,5	20,0
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	9,9	9,9	0,1	0	1	4,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	16,5	16,5	0,6	0,1	2,2	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200		5,7	8,9	22,3	180,2
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	24	24	0,4	0,1	1,4	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
СМЕТАНА	9	9	0,2	2,2	0,3	21,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	24	24	0	0	0,8	4,7
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
КРУПА РИСОВАЯ	8	8	0,6	0,1	5,7	25,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176	176	0	0	0	0,0

КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		90	17,6	9,0	12,7	196,8
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	1,8	1,8	0,1	0,1	0,1	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	12,6	12,6	0,1	0	1,3	5,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	100	88,6	14,7	1,7	0	69,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	9	9	0,7	0,1	6,5	29,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,4	6,4	0	6,2	0	55,8
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,3	5,3	34,5	197,2
КРУПА РИСОВАЯ	48	48	3,3	0,5	34,4	153,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	4,8	0,1	43,6
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(КУРАГА,ИЗЮМ)		200	0,7	0,1	28,8	116,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	9	9	0,3	0	6,9	26,1
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	9	9	0,5	0	4,5	20,3
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			34,3	29,0	146,9	962,7
Полдник						
АЦЕДОФИЛИН		200	5,6	5,0	8,4	102,0
АЦИДОФИЛИН 1% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	8,4	102,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			7,9	7,9	30,7	227,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,1	59,4	252,8	1 819,5

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	110		7,6	13,6	23,4	246,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	7,1	0,1	64,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	19	17,86	4,1	5,3	0,2	65,0
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,4	1,3	23,1	117,9
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		4,9	4,5	0,3	60,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,999 шт.	39,96	4,9	4,5	0,3	60,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2	0,1	10,7	44,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
ГРУША	100		0,5	0,2	10,7	42,0
ГРУША	113,64	100	0,5	0,2	10,7	42,0
			17,0	18,8	82,6	564,8
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	70		0,1	3,0	2,8	38,2
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	61,85	61,85	0	0	1,9	7,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	9	9	0,1	0	0,9	3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200		5,3	6,3	15,1	129,4
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	50	50	1	1,5	10,2	44,6
ФАСОЛЬ КОНС.72,58	19,7	19,7	1	0	3	16,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150		3,2	2,4	11,9	72,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	171	171	2,9	0,4	9,4	44,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ		120	18,6	16,7	22,1	313,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,1	0	9,6
ГОВЯДИНА Б/К	90	81	14,8	9,7	0	147,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	22,4	22,4	1,6	0,2	16,3	74,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СОУС СМЕТАННЫЙ №330		50	0,6	2,0	4,9	39,9
СМЕТАНА	8	8	0,2	1,9	0,3	19,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МУКА	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		200	0,5	0,1	26,0	105,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ) фед	18	18	0,5	0,1	10,5	43,7
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	62,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			33,4	31,2	121,1	880,6
Полдник						
ПРЯНИКИ		20	4,8	2,8	77,7	336,0
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1	0,6	15,5	67,2
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,1	6,5	9,6	122,2
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	210	210	6,1	6,5	9,6	122,2
			10,9	9,3	87,3	458,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,3	59,3	291,0	1 903,6

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150		6,4	8,5	27,5	212,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	5,2	0,1	48,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,4	2,1	2,7	0,1	33,2
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60			5,0	4,2	54,0
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	60	0	5	4,2	54,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,0	5,0	15,3	126,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,7	7,7
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	22,5	102,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	30	30	2,3	0,2	22,5	102,6
ЯБЛОКО	100		0,3	0,2	13,8	52,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,3	0,2	13,8	52,0
			14,0	18,9	83,3	547,0
Обед						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	60				2,1	12,0
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	60	60	0	0	2,1	12,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНОЙ	200/10/25		5,7	8,6	16,3	153,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СМЕТАНА	9	9	0,2	2,2	0,3	21,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	70	70	1,2	0,2	3,9	18,3
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	50	50	1	1,5	10,2	44,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,2	4,1	32,9	189,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	48	48	5,1	0,6	32,8	157,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,5	0	32,0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	90		16,3	11,4	5,6	185,4
КРУПА МАННАЯ	4	4	0,4	0	2,7	12,8
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	37,5	37,5	1,1	1,2	1,7	21,8

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	4,6	0,1	41,6
МУКА	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	85,32	75,59	12,6	1,5	0	59,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16	1,9	1,7	0,1	24,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		200	0,1	0,1	22,2	87,6
ЯБЛОКИ	40	35,2	0,1	0,1	4,8	17,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			32,8	26,8	119,8	836,2
Полдник						
РЯЖЕНКА		200	5,8	5,0	8,4	108,0
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8,4	108,0
БАТОН		45	3,4	1,3	23,1	117,9
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,4	1,3	23,1	117,9
			9,2	6,3	31,5	225,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,0	52,0	234,6	1 609,1

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		7,0	12,9	26,7	245,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12	12	0,1	8,4	0,1	76,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	30	3,7	0,8	19,8	95,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,4	6,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,3	3,7	5,4	67,5
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		4,9	5,3	17,3	135,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0,1	1,8	8,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	170	170	4,7	5,2	7,8	95,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,3	0,2	13,8	52,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,3	0,2	13,8	52,0
			16,0	18,8	95,3	604,1
Обед						
САЛАТ "НЕСВИЖСКИЙ" С СЕЛЬДЬЮ	60		2,3	10,9	3,8	127,8
РЫБА СЕЛЬДЬ ТИХООКЕАНСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ	19,19	10,94	1,8	1	0	23,8
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	12,6	12,6	0,2	0	1,2	5,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	8,8	8,8	0,1	0	0,8	3,5
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6,3	6,3	0,1	0,2	1,3	5,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10	10	0	9,7	0	87,2
СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ (ЕССЕНТУКИ)	200		7,4	8,0	11,2	140,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	50	50	0,9	0,1	2,8	13,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	30	30	0,6	0,9	6,1	26,8
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20	2,4	2,2	0,2	30,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	3,6	3,6	0,1	0	0,2	1,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0

БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ		90		14,0	4,6	13,7	160,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	9	9		0,1	0	0,9	3,7
КРУПА МАННАЯ	2	2		0,2	0	1,4	6,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1		0	1	0	8,7
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	60	60		11,3	1,2	0	64,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	15	15		1,1	0,1	10,9	49,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	10	10		0,3	0,3	0,5	5,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8		1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6		0	1,2	0	10,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200		4,5	13,3	39,1	246,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	185	185		3,6	5,4	37,7	165,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30		0,8	1	1,4	16,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10		0,1	7,1	0,1	64,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №330		50		0,6	2,0	4,9	39,9
СМЕТАНА	8	8		0,2	1,9	0,3	19,2
САХАР ПЕСОК	2	2		0	0	1,9	7,8
МУКА	4	4		0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40		0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ		200				14,6	58,2
КОМПОТ АССОРТИ	90	90		0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15		0	0	14,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95	95		0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55		3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55		3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ		20		1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20		1,5	0,2	15	68,4
				33,9	39,5	125,6	953,1
Полдник							
ПРЯНИКИ		30		1,4	0,8	23,3	100,8
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30		1,4	0,8	23,3	100,8
СОК ФРУКТОВЫЙ		200					
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200		0	0	0	0,0
				1,4	0,8	23,3	100,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:				51,3	59,1	244,2	1 658,0

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	200		18,1	16,0	8,2	249,4
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	28,8	28,8	0,9	0,9	1,4	16,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,2	0	29,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,2	0	20,5
МУКА	0,6	0,6	0,1	0	0,4	1,9
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	110	110	17,1	9,6	3,2	167,5
КРУПА МАННАЯ	1,1	1,1	0,1	0	0,8	3,5
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,2	0,1	10,8	44,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ЛИМОН	4	2,8	0	0	0,1	1,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			22,1	16,5	56,5	465,3
Обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60		0,9	6,9	7,5	87,2
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	17,87	12,51	0,2	0	0,4	2,4
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	30	30	0,6	0,9	6,3	27,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	7,8	7,8	0,1	0	0,8	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200		5,8	8,6	17,9	160,3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СМЕТАНА	9	9	0,2	2,2	0,3	21,5
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	32	32	0,5	0,1	3	13,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	40	40	0,7	0,1	2,2	10,5
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	50	50	1	1,5	10,2	44,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120		18,6	16,7	22,1	313,9

ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,1	0	9,6
ГОВЯДИНА Б/К	90	81	14,8	9,7	0	147,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	22,4	22,4	1,6	0,2	16,3	74,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	6,1	4,8	33,0	191,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50	50	6,1	1,3	33	159,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,1	115,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,5	0	32,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,5	0,1	32,0	125,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,5	0,1	11,6	44,0
САХАР ПЕСОК	21	21	0	0	20,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			37,4	39,7	153,2	1 087,3
Полдник						
ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ		60	6,9	10,4	15,7	184,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,28	20	4,6	5,9	0,2	72,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,6	0	33,0
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЙОГУРТ		200	7,2	6,2	21,3	168,8
ЙОГУРТ 3,2% ЖИРНОСТИ СЛАДКИЙ	200	200	7,2	6,2	21,3	168,8
			14,1	16,6	37,0	353,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,6	72,8	246,7	1 905,8

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ		60	7,5	11,2	14,1	187,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	26,6	25	5,8	7,4	0,3	91,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,6	0	33,0
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	4,9	4,5	0,3	60,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,999 шт.	39,96	4,9	4,5	0,3	60,8
КАКАО С МОЛОКОМ		200	5,0	5,0	15,3	126,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,7	7,7
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
БАНАН		100	1,1	0,3	22,8	91,0
БАНАН	142,86	100	1,1	0,3	22,8	91,0
			22,3	21,4	90,0	635,9
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)		60	0,6	3,0	4,5	45,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	30	30	0,5	0,1	1,6	7,9
ЯБЛОКИ	16,8	14,78	0	0	1,9	7,5
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	9,6	9,6	0,1	0	0,9	3,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		200	6,3	6,9	26,1	179,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	65	65	1,3	1,9	13,3	58,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16	1,7	0,2	11	52,5
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ШНИЦЕЛЯ РЫБНЫЕ (промышленного производства)		90	12,2	2,2	6,8	104,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ШНИЦЕЛЯ РЫБНЫЕ (промышленного производства)	94	90	12,2	1,3	6,8	96,1
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,3	5,3	34,5	197,2
КРУПА РИСОВАЯ	48	48	3,3	0,5	34,4	153,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	4,8	0,1	43,6
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ		200	0,9	0,1	24,4	102,6
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18	18	0,9	0,1	8,9	40,5
САХАР ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	62,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			28,8	20,1	137,0	837,7
Полдник						
БАТОН		45	3,4	1,3	23,1	117,9
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,4	1,3	23,1	117,9
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ		200			31,0	124,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. фед	24	24	0	0	20,4	81,5
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			3,4	1,3	54,1	242,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,5	42,8	281,1	1 715,7

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150		5,2	13,8	23,8	239,9
КРУПА РИСОВАЯ	23,3	23,3	1,6	0,2	16,7	74,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	120	120	3,5	3,7	5,4	69,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14	14	0,1	9,9	0,1	89,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,3	5,3	17,3	138,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0,1	1,8	8,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	170	170	4,9	5,2	7,8	98,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
БАНАН	140		1,5	0,5	32,0	127,4
БАНАН	200	140	1,5	0,5	32	127,4
			15,8	20,0	110,6	677,2
Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ	60		0,8	4,7	6,4	70,2
ЧЕСНОК	1	0,85	0,1	0	0,3	1,3
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	45	45	0,4	0	4,2	17,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10,8	10,8	0,1	0	1,1	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,6	6,6	0,2	0	0,9	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,2	10,2	0	0	0	0,0
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200		5,8	8,5	14,6	148,4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СМЕТАНА	9	9	0,2	2,2	0,3	21,5
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	50	50	1	1,5	10,2	44,6
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	100	70	1,3	0	2	13,0
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,1	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100		16,9	13,8	3,1	203,6
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,1

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	7	7	0,1	0	0,7	2,8
ГОВЯДИНА Б/К	100	90	16,5	10,9	0	163,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	16	16	0,1	0	1,6	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,2	5,2	0,2	0	0,7	3,8
МУКА	0,3	0,3	0	0	0,2	1,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	6,1	4,8	33,0	191,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50	50	6,1	1,3	33	159,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,1	115,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,5	0	32,0
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			34,7	32,5	95,4	794,4
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,1	6,5	9,6	122,2
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	210	210	6,1	6,5	9,6	122,2
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ		70	4,9	2,8	23,0	132,9
МУКА	27	27	2,8	0,4	18,3	87,5
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,8	0,8	0	0,6	0	5,1
ДРОЖЖИ	2	2	0,8	0,1	0,8	7,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,7	12,7	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	12,8	12,8	0,3	0,4	2,6	11,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	3,2	3,2	0	0	0,3	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
			11,0	9,3	32,6	255,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,5	61,8	238,6	1 726,7

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУРЫ ОТВАРНЫЕ	75/5		22,4	11,3	0,2	222,7
КУРЫ	127,15	115,2	22,3	7,9	0	189,9
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	1,68	1,68	0	0	0,2	0,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,5	0	32,0
КУКУРУЗА КОНС.	60		1,2		6,4	29,1
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	60	60	1,2	0	6,4	29,1
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150		5,6	3,3	35,9	196,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	2,7	0	24,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2	0,1	10,7	44,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			33,2	15,1	90,7	663,3
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60		0,6	4,0	6,3	58,8
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	15	15	0,3	0,5	3,1	13,4
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	12	12	0,2	0	1,1	5,0
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	9	9	0,1	0	0,9	3,6
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	15,27	15,27	0	0	0,5	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	9	9	0,1	0	0,9	3,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200		5,2	9,6	17,3	159,9
КОНСЕРВЫ ИЗ ЛОСОСЕВЫХ ПОРОД	20	20	3,6	4,1	0	50,8
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	12,8	12,8	0,1	0	1,2	5,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
КРУПА РИСОВАЯ	4	4	0,3	0	2,9	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СВИНИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200		18,5	21,2	10,5	302,9

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,015	0,015	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	100	90	15,7	18,8	0	236,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	150	150	2,5	0,4	8,3	39,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,5	5,5	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,5	0,1	32,0	125,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,5	0,1	11,6	44,0
САХАР ПЕСОК	21	21	0	0	20,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			29,9	35,6	104,4	827,7
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,1	6,5	9,6	122,2
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	210	210	6,1	6,5	9,6	122,2
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
ВАФЛИ		25	6,4	8,2	44,8	278,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	25	25	1,6	2,1	11,2	69,5
			12,5	14,7	54,4	400,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			75,6	65,4	249,5	1 891,2

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	6,7	17,9	27,6	297,4
ПШЕНО	30	30	3,4	0,8	20,5	102,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	120	120	3,3	3,7	5,4	67,5
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	19	19	0,1	13,4	0,2	121,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15	0,1	10,9	0,1	99,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15	15	0,1	10,9	0,1	99,0
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,7	5,0	15,3	123,1
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,7	7,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150	4,1	4,7	6,9	84,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
ГРУША		100	0,5	0,2	10,7	42,0
ГРУША	113,6	100	0,5	0,2	10,7	42,0
			15,8	34,4	91,2	732,5
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		60	1,0	3,1	4,7	48,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	47,34	47,34	0,8	0,1	2,7	12,8
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0	0,0
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ		200	4,8	5,8	10,9	109,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	28	28	0,5	0,1	1,6	7,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
ФАСОЛЬ КОНС.72,58	7,9	7,9	0,4	0	1,2	6,5
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	30,4	30,4	0,6	0,9	6,2	27,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0

КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ		120	18,6	16,7	22,1	313,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,1	0	9,6
ГОВЯДИНА Б/К	90	81	14,8	9,7	0	147,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	22,4	22,4	1,6	0,2	16,3	74,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200	4,5	13,3	39,1	246,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	185	185	3,6	5,4	37,7	165,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	30	30	0,8	1	1,4	16,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	7,1	0,1	64,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		200	0,1		19,7	81,1
ЛИМОН	15	10,5	0,1	0	0,3	3,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			34,5	41,5	137,2	1 007,4
Полдник						
БАТОН		45	3,4	1,3	23,1	117,9
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,4	1,3	23,1	117,9
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8	106,0
			9,2	6,3	31,1	223,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,5	82,2	259,5	1 963,8

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ С СЫРОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	19,6	28,5	5,6	358,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,73 шт.	109,2	13,5	12,2	0,8	166,3
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	100	100	2,9	3,1	4,6	58,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	14,1	3,2	4,1	0,1	49,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	4,8	0,1	43,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3	0	4,5	0,1	40,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,3	5,3	17,3	138,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0,1	1,8	8,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	170	170	4,9	5,2	7,8	98,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
ЯБЛОКО		180	0,5	0,3	24,9	93,6
ЯБЛОКИ	204,5	180	0,5	0,3	24,9	93,6
			29,2	34,5	85,3	761,6
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		80	0,1	2,9	2,9	37,9
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	67,96	67,96	0	0	1,9	8,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	9,48	9,48	0,1	0	1	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ		200	5,2	8,8	14,2	145,7
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СМЕТАНА	10	10	0,2	2,4	0,3	24,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	25	25	0,4	0,1	1,4	6,6
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	50	50	1	1,5	10,2	44,6
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	6,2	6,2	0,2	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ		100	17,5	18,4	7,7	266,0
ГОВЯДИНА Б/К	90	81	14,8	9,7	0	147,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	8	0	0	0	0,0

ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	12,8	12,8	1,6	0	7,7	37,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	6,1	4,8	33,0	191,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50	50	6,1	1,3	33	159,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,1	115,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	3,5	0	32,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			34,4	37,5	98,5	850,0
Полдник						
ПРЯНИКИ		30	1,4	0,8	23,3	100,8
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,4	0,8	23,3	100,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,1	6,5	9,6	122,2
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	210	210	6,1	6,5	9,6	122,2
			7,5	7,3	32,9	223,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,1	79,3	216,7	1 834,6

МЕНЮ**1-5 класс бесплатники****ДЕНЬ 18**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ НЕЖНЫЕ (промышленного производства)		90	11,7	13,0	5,2	182,5
БИТОЧКИ "НЕЖНЫЕ" (куриные)	94	90	11,7	12	5,1	173,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	4,3	9,8	38,8	211,8
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	185	185	3,6	5,4	37,7	165,1
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	22,5	22,5	0,7	0,7	1,1	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	3,7	0	33,7
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331		50	0,5	3,0	2,0	36,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СМЕТАНА	8	8	0,2	1,9	0,3	19,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	4,4	4,4	0	0	0,4	1,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	0,7	3,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2	0,1	10,7	44,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,1	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			20,5	26,3	94,2	645,9
Обед						
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		100	11,8	8,6	2,6	180,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	29,4	29,4	0,9	0	1,7	10,0
РЫБА СЕЛЬДЬ ТИХООКЕАНСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ	109,3	62,3	10,8	5,6	0	139,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	8,3	8,3	0,1	0	0,8	3,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ		200	5,2	6,0	17,9	134,2
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СМЕТАНА	9	9	0,2	2,2	0,3	21,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,4	2,2
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4	0,4	0	2,6	12,2

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	15,3	15,3	0	0	0,5	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
СВИНИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ		200	18,5	21,2	10,5	302,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,015	0,015	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	100	90	15,7	18,8	0	236,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	150	150	2,5	0,4	8,3	39,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,5	5,5	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ		200			31,0	124,2
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. фед	24	24	0	0	20,4	81,5
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			40,6	36,5	100,3	921,9
Полдник						
ЙОГУРТ		200	7,2	6,2	21,3	168,8
ЙОГУРТ 3,2% ЖИРНОСТИ СЛАДКИЙ	200	200	7,2	6,2	21,3	168,8
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		20	7,4	9,4	73,1	407,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20	1,5	2	14,9	83,4
			14,6	15,6	94,4	575,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			75,7	78,4	288,9	2 143,6

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150		6,4	8,5	27,5	212,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,3	0,5	27,4	131,1
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,4	2,1	2,7	0,1	33,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	5,2	0,1	48,0
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60			5,0	4,2	54,0
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	60	0	5	4,2	54,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200		5,0	5,0	15,3	126,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,5	2,5	0,6	0,4	0,7	7,7
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	150	150	4,4	4,7	6,9	87,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	22,5	102,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	30	30	2,3	0,2	22,5	102,6
ЯБЛОКО	100		0,3	0,2	13,8	52,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,3	0,2	13,8	52,0
			14,0	18,9	83,3	547,0
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	2,0	2,2	30,5
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	74,57	52,2	0,9	0	1,6	10,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200		8,1	6,8	21,7	168,4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	60	60	1,2	1,7	12,2	53,5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20		1,5	0,2	14,5	66,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	14,6	66,3
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ	120		25,8	20,1	5,7	312,1
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	129,03	120	23,7	4,3	4,6	157,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16	1,9	1,7	0,1	24,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9	9	0	8,7	0	78,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,5	7,5	0	5,2	0,1	48,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		150	2,6	7,7	26,4	153,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	120	120	2,3	3,5	24,4	107,1
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,3	0	38,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		50	0,4	1,9	2,4	28,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА	1	1	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6	6	0,1	0	0,6	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,4	4,4	0,2	0	0,6	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,2	0,2	0	0,1	0	1,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,5	0,1	32,0	125,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,5	0,1	11,6	44,0
САХАР ПЕСОК	21	21	0	0	20,4	81,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			45,0	39,5	143,2	1 065,3
Полдник						
БАТОН		45	3,4	1,3	23,1	117,9
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,4	1,3	23,1	117,9
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
			3,4	1,3	23,1	117,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,4	59,7	249,6	1 730,2

МЕНЮ

1-5 класс бесплатники

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200		19,0	13,3	20,3	276,1
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	110	110	17,1	9,6	3,2	167,5
СМЕТАНА	3	3	0,1	0,8	0,1	7,2
КРУПА МАННАЯ	5,05	5,05	0,5	0,1	3,5	16,1
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,05	2,05	0	2	0	17,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,4	0	1,7	8,7
СОУС СМЕТАННЫЙ №330	50		0,6	2,0	4,9	39,9
СМЕТАНА	8	8	0,2	1,9	0,3	19,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МУКА	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		5,3	5,3	17,3	138,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5	2,5	0,3	0,1	1,8	8,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	31,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	170	170	4,9	5,2	7,8	98,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,4	37,5	171,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	50	50	3,8	0,4	37,5	171,0
			28,7	21,0	80,0	625,9
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	80		4,5	6,9	4,1	111,2
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	9,3	9,3	0,2	0,3	1,9	8,3
СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	6,6	6,6	0,1	0	0,6	2,7
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	4,5	4,5	0	0	0,4	1,7
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	16,4	16,4	0	0	0,5	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	6,6	6,6	0,1	0	0,7	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,5	0	40,5
РЫБА СЕЛЬДЬ ТИХООКЕАНСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ	41,6	23,71	4,1	2,1	0	53,1
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	200		6,8	6,8	25,4	177,3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
КУРЫ	18	16,31	3,2	1,1	0	26,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
ЗЕЛЕНЬ СУХАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,1
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	50,4	50,4	1	1,5	10,3	45,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	20	2,4	0,5	13,2	63,8
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	10	10	0,1	0	1	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ		175	18,5	18,8	18,8	298,7
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ	73	73	1,5	2,1	14,8	65,2
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ	10	10	0,1	0	1	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,4	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ	13	13	0,1	0	1,3	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МУКА	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ГОВЯДИНА Б/К	100	90	16,5	10,9	0	163,3
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,6	0,2	26,9	112,1
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18	0,6	0,3	8,4	38,4
САХАР ПЕСОК	19	19	0	0	18,4	73,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ 0,6	55	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,2	15,0	68,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИЧНЫЙ 0,5	20	20	1,5	0,2	15	68,4
			35,5	33,4	113,5	879,9
Полдник						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		50	5,8	6,7	25,1	183,6
МУКА	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	2,8	0	25,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8	1	0,9	0,1	12,2
ДРОЖЖИ	3	3	1,2	0,2	1,1	10,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0	0	0	0,0
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	15	15	0,5	0,5	0,7	8,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОК ФРУКТОВЫЙ		200				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0	0	0	0,0
			5,8	6,7	25,1	183,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			70,0	61,1	218,6	1 689,4