

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 1** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевады, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| СУП РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | | 1,5 | 4,1 | 9,4 | 78,9 |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *106,8* | *75* | *0,2* | *0,8* | *1,7* | *7,4* |
| *КРУПА ПЕРЛОВАЯ* | *5* | *5* | *0,9* | *0,1* | *6,2* | *13,1* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *12,5* | *10* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *6* | *5* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ* | *16,8* | *15* | *0,1* | *0,0* | *0,1* | *0,5* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *190* | *190* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ* | *5,8* | *5,8* | *0,2* | *2,3* | *0,3* | *8,6* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | | 5,0 | 6,3 | 22,6 | 167,0 |
| *КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА* | *40* | *39,6* | *5,0* | *1,3* | *22,6* | *122,0* |
| *ВОДА ПИТЬНВАЯ* | *103,8* | *103,8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *1,3* | *1,3* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО РАСТИТЕЛЬННОЕ РАФИНИРОВАНОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *5,0* | *0,0* | *45,0* |
| КОТЛЕТЫ | 80 | | 19,0 | 21,7 | 95,8 | 665,7 |
| *ГОВЯДИНА Б/К* | *35,2* | *29,92* | *18,2* | *21,7* | *92,4* | *649,1* |
| *СВИНИНА МЯСНАЯ* | *35,2* | *29,92* | *0,7* | *0,3* | *4,6* | *23,6* |
| *ВОДА ПИТЬНВАЯ* | *17,6* | *17,6* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ* | *0,008* | *0,008* | *0,7* | *0,0* | *3,1* | *14,9* |
| *СОЛЬ* | *0,6* | *0,6* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4,8* | *4,8* | *0,0* | *3,0* | *0,0* | *27,0* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *0,002* | *0,002* | *0,1* | *0,0* | *0,3* | *1,7* |
| СОУС ТОМАТНЫЙ № 364 | 50 | | 0,4 | 2,8 | 3,4 | 39,9 |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *45* | *45* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *2* | *2* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *2* | *2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *5,5* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *4* | *3* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *1,2* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *1,2* | *1* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *1,1* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *12,6* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *САХАР ПЕСОК* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *1,4* | *8,9* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 0,2 | 0,0 | 15,2 | 60,5 |
| *ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ* | *1,1* | *1,1* | *0,2* |  | *5,3* | *31,5* |
| *САХАР ПЕСОК* | *16,2* | *16,2* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *204,3* | *200* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| СЫР ГОЛАНСКИЙ | 0,020г | |  |  |  |  |
| *СЫР ГОЛАНСКИЙ* | *0,02* | *0,02* | *26,3* | *26,6* | *40,8* | *329,0* |
| **ИТОГО:** |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 2** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевады, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | | 1,7 | 5,6 | 13,1 | 104,3 |
| *СВЕКЛА* | *50* | *40* | *0,6* | *0,0* | *3,5* | *16,8* |
| *КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ* | *25* | *20* | *0,4* | *0,0* | *0,9* | *5,6* |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *29* | *20* | *0,4* | *0,1* | *3,3* | *15,4* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *13* | *10* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *1,2* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *12* | *10* | *0,1* | *0,0* | *0,0* | *1,1* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *3* | *3* | *0,1* | *0,0* | *0,6* | *3,1* |
| *САХАР* | *3* | *3* | *0,0* | *0,0* | *3,0* | *12,0* |
| *ЛИМОННАЯ КИСЛОТА* | *0,5* | *0,5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ВОДА ПИТЬНВАЯ* | *200* | *200* | *0,0* | *0,0* | *0,8* | *4,1* |
| *МАСЛО РАСТИТЕЛЬННОЕ РАФИНИРОВАНОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *5,0* | *0,0* | *45,0* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СМЕТАНА* | *5* | *5* | *0,1* | *0,8* | *0,2* | *10,3* |
| *ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)* | *5* | *4* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ | 200 | | 15,3 | 30,7 | 92,7 | 691,4 |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *244* | *170* | *0,2* | *0,8* | *1,7* | *7,4* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *4* | *4* |  |  |  | *55,9* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *26* | *20* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *38* | *32* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *74* | *45,14* | *14,8* | *29,3* | *88,9* | *620,3* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *60* | *60* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *16* | *16* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| *ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)* | *0,05* | *0,04* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | 0,0 | 0,0 | 21,8 | 86,2 |
| *СУХХРФРУКТЫ (СМЕСЬ)* | *20* | *20* | *0,0* |  | *11,9* | *31,5* |
| *САХАР ПЕСОК* | *24* | *24* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *54,7* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *210* | *210* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ЛИМОННАЯ КИСЛОТА* | *0,2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | | 0,0 | 0,4 | 9,9 | 100,0 |
| *КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ* | *99* | *79* |  |  |  |  |
| *ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ* | *13* | *10* |  |  |  |  |
| *ЛИМОННАЯ КИСЛОТА* | *0,2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *10* | *10* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *САХАР ПЕСОК* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *54,7* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| *СОЛЬ* | *0,005* | *0,005* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| **ИТОГО:** |  |  | **34,1** | **66,5** | **218,7** | **1584,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 3** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевады, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | | 2,6 | 9,4 | 18,9 | 124,9 |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *106,8* | *75* | *0,2* | *0,8* | *1,7* | *7,4* |
| *МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ* | *10* | *10* | *2,1* | *8,0* | *15,1* | *109,7* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *12,5* | *10* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *11,8* | *10* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *190* | *190* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *10* | *10* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| *ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ПЛОВ | 200 | | 23,4 | 24,7 | 130,9 | 881,5 |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *98,7* | *60,2* | *21,7* | *24,0* | *128,9* | *817,8* |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *60* | *59,4* | *0,8* | *0,1* | *7,5* | *25,2* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *6,5* | *6,5* | *0,0* | *3,2* | *0,0* | *34,7* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *9,5* | *8* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *13,5* | *10,5* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *4,3* | *4,3* | *1,5* | *0,0* | *0,0* | *55,9* |
| КИСЕЛЬ | 200 | | 2,7 | 0,7 | 52,8 | 233,1 |
| *КИСЕЛЬ* | *24* | *24* | *2,7* | *0,7* | *42,9* | *146,9* |
| *САХАР ПЕСОК* | *15* | *15* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *160,8* | *160,8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ЛИМОННАЯ КИСЛОТА* | *2* | *2* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *57,2* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| салат из вежих помидор | 100 | | 2,7 | 0,8 | 11,0 | 95,3 |
| *ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ* | *84* | *71* | *0,9* | *0,2* | *4,0* | *18,0* |
| *ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ* | *25* | *20* | *1,8* | *0,2* | *7,0* | *32,0* |
| *СОЛЬ* | *0,5* | *0,5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *10* | *10* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| **ИТОГО:** |  |  | **33,7** | **36,1** | **227,6** | **1403,3** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 4** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевады, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | | 5,6 | 4,5 | 20,8 | 232,0 |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *71* | *50* | *0,4* | *0,1* | *3,3* | *15,4* |
| *ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ* | *20* | *20* | *5,0* | *2,8* | *15,5* | *86,7* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *12* | *10* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *3* | *3* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *40,0* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *12,5* | *10* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,9* | *0,0* | *82,1* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *180* | *180* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)* | *5* | *4* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | | 2,2 | 4,2 | 21,9 | 131,4 |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *33* | *32,6* | *2,1* | *0,1* | *7,5* | *25,2* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *109,6* | *109,6* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *1,3* | *1,3* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО СЛАДКОЕ - СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ* | *5* | *5* | *0,1* | *4,1* | *14,4* | *106,2* |
| РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 115 | | 15,3 | 10,6 | 67,0 | 426,7 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *3,5* | *3,5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *5,5* |
| *СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ* | *11,3* | *11,3* | *0,2* | *2,2* | *0,3* | *8,6* |
| *РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ* | *120* | *120* | *15,0* | *8,4* | *66,4* | *411,2* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *33* | *33* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *3* | *3* | *0,0* | *3,2* | *0,0* | *34,7* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *5* | *4,2* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *5* | *4* | *0,1* | *0,0* | *0,3* | *1,4* |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | | 0,4 | 0,0 | 19,9 | 79,9 |
| *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК* | *3,5* | *3,5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *САХАР ПЕСОК* | *20* | *20* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *172* | *172* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МОЛОКО КОНЦЕНТРИВАННОЕ* | *25* | *25* | *0,4* | *0,0* | *10,0* | *50,9* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | | 7,7 | 6,3 | 47,3 | 203,0 |
| *ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ СОРТ* | *30* | *30* | *7,7* | *6,3* | *47,3* | *203,0* |
| **ИТОГО:** |  |  | **33,6** | **26,0** | **191,0** | **1141,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 5** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевады, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | | 4,9 | 0,5 | 18,4 | 82,7 |
| *МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ* | *51* | *51* | *4,9* | *0,5* | *18,4* | *82,7* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *СОЛЬ* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 50 | | 22,7 | 23,8 | 102,8 | 745,1 |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *81* | *72* | *22,7* | *23,8* | *102,8* | *745,1* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| СОУС ТОМАТНЫЙ № 364 | 50 | | 0,4 | 2,8 | 3,4 | 39,9 |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *45* | *45* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *3* | *3* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *2* | *2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *5,5* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *4* | *3* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *1,2* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *1,2* | *1* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *1,1* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *5* | *5* |  |  |  | *12,6* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *САХАР ПЕСОК* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *1,4* | *8,9* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | 0,0 | 0,0 | 21,8 | 86,2 |
| *СУХХРФРУКТЫ (СМЕСЬ)* | *20* | *20* | *0,0* |  | *11,9* | *31,5* |
| *САХАР ПЕСОК* | *24* | *24* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *54,7* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *210* | *210* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ЛИМОННАЯ КИСЛОТА* | *0,2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | | 0,2 | 0,4 | 0,7 | 49,1 |
| *ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ* | *114* | *91* | *0,2* |  | *0,7* | *3,8* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *10* | *10* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| *СОЛЬ* | *0,5* | *0,5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ФРУКТ | 200 | | 0,3 | 0,2 | 14,0 | 52,0 |
| *ЯБЛОКО* | *200* | *200* | *0,3* | *0,2* | *14,0* | *52,0* |
| **ИТОГО:** |  |  | **30,6** | **27,8** | **174,5** | **1074,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 6** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевады, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 250 | | 1,3 | 1,7 | 15,7 | 168,8 |
| *КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ* | *23,2* | *18,5* | *0,7* | *0,0* | *0,5* | *2,8* |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *67,3* | *48,3* | *0,4* | *0,1* | *3,3* | *15,4* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *11,5* | *9,2* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *11,5* | *9,8* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4,8* | *4,8* | *0,0* | *0,9* | *0,0* | *113,8* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *190* | *190* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | | 3,1 | 2,0 | 7,5 | 139,0 |
| *КРУПА ПШЕНО* | *30* | *29,7* | *3,1* | *1,1* | *7,5* | *25,2* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *103,9* | *103,9* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *1,5* | *1,5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,9* | *0,0* | *113,8* |
| ГУЛЯШ | 70/50 | | 19,3 | 22,0 | 102,6 | 564,3 |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *2,8* | *2,8* | *0,0* | *0,9* | *0,0* | *0,0* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *8,4* | *7* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *2,2* | *2,2* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *40,0* |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *2,1* | *2,1* | *1,0* | *0,1* | *0,0* | *17,9* |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *74* | *45,14* | *18,2* | *20,8* | *101,6* | *502,5* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *5* | *5* | *18,2* | *20,8* | *101,6* | *502,5* |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 0,2 | 0,0 | 15,2 | 60,5 |
| *ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ* | *1,1* | *1,1* | *0,2* | *0,0* | *5,3* | *31,5* |
| *САХАР ПЕСОК* | *24* | *24* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *204,3* | *200* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 20 | | 0,1 | 16,5 | 0,2 | 149,6 |
| *МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ* | *20* | *20* | *0,1* | *16,5* | *0,2* | *149,6* |
| **ИТОГО:** |  |  | **24,1** | **42,1** | **141,2** | **1082,2** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 7** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевады, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| СУП РИСОВЫЙ | 250 | | 0,1 | 0,5 | 1,0 | 1,2 |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *11,8* | *10* | *0,1* | *0,2* | *0,1* | *1,1* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *1,8* | *1,8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *12,6* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *250* | *250* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *2,5* | *2,5* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *15* | *14,8* | *0,8* | *0,1* | *7,5* | *25,2* |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *35* | *25,2* | *0,4* | *0,1* | *3,3* | *15,4* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *10* | *8* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *1,2* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ | 150 | | 3,4 | 2,6 | 18,4 | 93,3 |
| *МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ* | *51* | *51* | *3,4* | *0,5* | *18,4* | *82,7* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *СОЛЬ* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| БИТОЧКИ | 80 | | 19,0 | 22,0 | 97,3 | 674,4 |
| *ГОВЯДИНА Б/К* | *35,2* | *29,92* | *18,2* | *21,7* | *92,4* | *649,1* |
| *СВИНИНА МЯСНАЯ* | *35,2* | *29,92* | *0,7* | *0,3* | *4,6* | *23,6* |
| *ВОДА ПИТЬНВАЯ* | *17,6* | *17,6* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ* | *0,008* | *0,008* | *0,7* | *0,0* | *3,1* | *14,9* |
| *СОЛЬ* | *0,6* | *0,6* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4,8* | *4,8* | *0,0* | *3,0* | *0,0* | *27,0* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *0,002* | *0,002* | *0,1* | *0,0* | *0,3* | *1,7* |
| СОУС ТОМАТНЫЙ № 364 | 50 | | 0,4 | 2,8 | 3,4 | 39,9 |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *45* | *45* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *1* | *1* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *2* | *2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *5,5* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *4* | *3* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *1,2* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *1,2* | *1* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *1,1* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *12,6* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *САХАР ПЕСОК* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *1,4* | *8,9* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| КИСЕЛЬ | 200 | | 2,7 | 0,7 | 52,8 | 233,1 |
| *КИСЕЛЬ* | *24* | *24* | *2,7* | *0,7* | *42,9* | *146,9* |
| *САХАР ПЕСОК* | *15* | *15* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *160,8* | *160,8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ЛИМОННАЯ КИСЛОТА* | *2* | *2* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *57,2* |
| **ИТОГО:** |  |  | **27,9** | **29,0** | **187,0** | **1110,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 8** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | | 1,8 | 10,4 | 8,5 | 139,6 |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *107* | *75* | *0,2* | *0,8* | *1,7* | *7,4* |
| *МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ* | *10* | *10* | *1,3* | *8,6* | *4,7* | *79,1* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *12,5* | *10* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *12* | *10* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *190* | *190* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *10* | *10* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | | 4,7 | 3,6 | 20,5 | 103,6 |
| *КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА* | *40* | *39,6* | *4,7* | *1,5* | *20,5* | *93,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *103,8* | *103,8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *1,3* | *1,3* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ) | 70 | | 11,0 | 9,4 | 21,9 | 228,0 |
| *ГОВЯДИНА* | *31,5* | *26,78* | *10,3* | *9,1* | *17,3* | *204,4* |
| *СВИНИНА* | *31,5* | *26,78* | *10,3* | *9,1* | *17,3* | *204,4* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *9,8* | *9,8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *7* | *7* | *0,7* | *0,3* | *4,6* | *23,6* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *2,8* | *2,8* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *8,4* | *8,4* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *СОЛЬ* | *0,002* | *0,002* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| СОУС ТОМАТНЫЙ № 364 | 50 | | 0,4 | 2,8 | 3,4 | 39,9 |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *45* | *45* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *1* | *1* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *2* | *2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *5,5* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *4* | *3* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *1,2* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *1,2* | *1* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *1,1* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *5* | *5* |  |  |  | *12,6* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *САХАР ПЕСОК* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *1,4* | *8,9* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 0,2 | 0,0 | 15,2 | 60,5 |
| *ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ* | *1,1* | *1,1* | *0,2* | *0,0* | *5,3* | *31,5* |
| *САХАР ПЕСОК* | *16,2* | *16,2* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *204,3* | *200* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| **ИТОГО:** |  |  | **20,4** | **26,7** | **83,5** | **640,1** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 9** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| ЩИ ИЗ ВСЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | | 3,5 | 2,5 | 5,8 | 179,8 |
| *КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ* | *63* | *50* | *0,7* | *0,0* | *0,5* | *2,8* |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *43* | *30* | *0,4* | *0,1* | *3,3* | *15,4* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *12,5* | *10* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *12* | *10* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *5,8* | *5,8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *40,0* |
| *ЛИМОНАННАЯ КИСЛОТА* | *0,5* | *0,5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,9* | *0,0* | *113,8* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *200* | *200* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ПЕРТРУШКА (КОРЕНЬ)* | *4* | *3* | *1,1* | *0,4* | *0,0* | *0,0* |
| *СМЕТАНА* | *9,7* | *9,7* | *1,1* | *0,4* | *0,0* | *0,0* |
| ПЛОВ | 200 | | 23,4 | 24,7 | 130,9 | 881,5 |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *98,7* | *60,2* | *21,7* | *24,0* | *128,9* | *817,8* |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *60* | *59,4* | *0,8* | *0,1* | *7,5* | *25,2* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *6,5* | *6,5* | *0,0* | *3,2* | *0,0* | *34,7* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *9,5* | *8* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *13,5* | *10,5* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *4,3* | *4,3* | *1,5* | *0,0* | *0,0* | *55,9* |
| СОК | 200 | | 2,5 | 4,7 | 43,5 | 113,8 |
| *СОК ВИНОГРАДНЫЙ* | *200* | *200* | *2,5* | *4,7* | *43,5* | *113,8* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| **ИТОГО:** |  |  | **31,8** | **32,3** | **194,3** | **1243,6** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 10** |  |  |  |  |  |  |
| **Возраст детей от 7-11 лет** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | | **Химический состав** | | | **Энергети-ческая ценность, ккал** |
|  | **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак, Обед** | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | | 5,6 | 4,5 | 20,8 | 247,9 |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *71* | *50* | *0,4* | *0,1* | *3,3* | *15,4* |
| *ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ* | *20* | *20* | *5,0* | *2,8* | *15,5* | *86,7* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *11,8* | *10* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *12,5* | *10* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,9* | *0,0* | *82,1* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *180* | *180* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *3* | *3* |  |  |  | *55,9* |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ | 200 | | 15,3 | 31,1 | 92,7 | 736,7 |
| *КАРТОФЕЛЬ* | *244* | *170* | *0,2* | *0,8* | *1,7* | *7,4* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *5* | *5* |  |  |  | *55,9* |
| *МОРКОВЬ КРАСНАЯ* | *26* | *20* | *0,1* | *0,5* | *1,0* | *3,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *38* | *32* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *74* | *24,4* | *14,8* | *29,3* | *88,9* | *620,3* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *60* | *60* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *16* | *16* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| ХЛЕБ | 60 | | 2,3 | 0,5 | 14,1 | 68,5 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *44,4* | *44,4* | *1,0* | *0,1* | *13,1* | *17,9* |
| *ДРОЖЖИ* | *4* | *4* | *1,3* | *0,0* | *1,0* | *5,3* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,4* | *0,0* | *45,3* |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | 0,0 | 0,0 | 21,8 | 86,2 |
| *СУХХРФРУКТЫ (СМЕСЬ)* | *20* | *20* | *0,0* |  | *11,9* | *31,5* |
| *САХАР ПЕСОК* | *24* | *24* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *54,7* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *210* | *210* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ЛИМОННАЯ КИСЛОТА* | *0,2* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ФРУКТ | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| *ЯБЛОКИ* | *113,6* | *100* | *0,4* | *0,4* | *9,8* | *47,0* |
| **ИТОГО:** |  |  | **23,2** | **36,1** | **149,3** | **1139,3** |