|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **ДЕНЬ 1** |  |  |  |  |  |  | | **Возраст детей от 12-17 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 | 50 | | 19,0 | 21,7 | 95,8 | 665,7 | | *ФАРШ ДОМАШ* | *44* | *37* | *18,2* | *21,7* | *92,4* | *649,1* | | *БАТОН НАРЕЗЕОЙ ПШЕН МУКА ВЫСШ СОРТ* | *9* | *9* | *0,7* | *0,3* | *4,6* | *23,6* | | *ВОДА ПИТЬНВАЯ* | *12* | *12* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | | *СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ* | *5* | *5* | *0,7* | *0,0* | *3,1* | *14,9* | | *СОЛЬ* | *5* | *5* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | | *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *3* | *3* | *0,0* | *3,0* | *0,0* | *27,0* | | *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *5* | *4,2* | *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* | | **ИТОГО:** |  |  | **2,9** | **3,3** | **32,7** | **168,9** | |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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* |
| **ИТОГО:** |  |  | **#ССЫЛКА!** | **#ССЫЛКА!** | **#ССЫЛКА!** | **#ССЫЛКА!** |
| **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 | 9,8 | 18,9 | 170,2 |
| *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* |
| ПЛОВ | 200 | | 15,7 | 18,6 | 46,4 | 416,7 |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *98,7* | *60,2* | *14,0* | *17,9* | *44,4* | *353,0* |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *60* | *59,4* | *0,8* | *0,1* | *7,5* | *25,2* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *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* | *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* |
| **ИТОГО:** |  |  | **23,3** | **29,6** | **132,1** | **888,5** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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* |
| 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 | | 11,2 | 5,4 | 2,9 | 105,9 |
| *МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ* | *4* | *4* | *0,2* | *0,0* | *0,0* | *5,5* |
| *СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ* | *13* | *13* | *0,2* | *2,2* | *0,3* | *8,6* |
| *РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ* | *140* | *140* | *10,8* | *0,0* | *2,6* | *57,1* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *4* | *4* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *3* | *3* | *0,0* | *3,2* | *0,0* | *34,7* |
| 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:** |  |  | **29,4** | **20,8** | **126,9** | **820,7** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 СЛАДКОЕ - СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ* | *5* | *5* | *0,4* | *4,1* | *14,4* | *106,2* |
| *СОЛЬ* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 50 | | 16,3 | 18,3 | 37,4 | 398,0 |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *44* | *37* | *15,1* | *17,5* | *37,3* | *396,9* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *3* | *2* | *0,1* | *0,2* | *0,1* | *1,1* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *ПЕРТРУШКА (КОРЕНЬ)* | *3* | *2* | *1,1* | *0,6* | *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* |
| 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* |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 60 | | 0,2 | 0,0 | 0,7 | 3,8 |
| *ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ* | *34,2* | *27,3* | *0,2* |  | *0,7* | *3,8* |
| **ИТОГО:** |  |  | **24,2** | **22,0** | **95,8** | **679,1** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 | 208,8 |
| *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* |
| *ТОМАТНАЯ ПАСТА* | *3* | *3* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *40,0* |
| *СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ* | *1* | *1* | *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* | *3* | *3* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | | 3,2 | 5,2 | 19,0 | 132,4 |
| *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 СЛАДКОЕ - СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ* | *5,7* | *5,7* | *0,1* | *4,1* | *11,5* | *107,2* |
| ГУЛЯШ | 70/50 | | 11,7 | 15,5 | 17,9 | 139,2 |
| *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* | *44* | *37* | *10,6* | *14,3* | *16,9* | *77,4* |
| 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* |
| **ИТОГО:** |  |  | **18,7** | **22,8** | **81,9** | **609,4** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 | | 3,8 | 4,6 | 32,8 | 188,9 |
| *МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ* | *51* | *51* | *3,4* | *0,5* | *18,4* | *82,7* |
| *МАСЛО СЛАДКОЕ - СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ* | *5* | *5* | *0,4* | *4,1* | *14,4* | *106,2* |
| *СОЛЬ* | *1* | *1* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| БИТОЧКИ | 50 | | 11,0 | 10,6 | 21,9 | 231,0 |
| *ГОВЯДИНА Б/К* | *44* | *37* | *10,3* | *8,2* | *17,3* | *196,8* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *11* | *11* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН МУКА ВЫСШ СОРТ* | *9* | *9* | *0,7* | *0,3* | *4,6* | *23,6* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *2* | *2* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| 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:** |  |  | **20,3** | **19,6** | **126,0** | **762,6** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 | | 5,1 | 5,6 | 34,9 | 199,2 |
| *КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА* | *40* | *39,6* | *4,7* | *1,5* | *20,5* | *93,0* |
| *МАСЛО СЛАДКОЕ - СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ* | *5* | *5* | *0,4* | *4,1* | *14,4* | *106,2* |
| *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) | 50 | | 11,1 | 8,7 | 22,9 | 224,2 |
| *ГОВЯДИНА Б/К* | *45* | *38* | *10,3* | *8,2* | *17,3* | *196,8* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *7* | *7* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *5* | *5* | *0,7* | *0,3* | *4,6* | *23,6* |
| *МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ* | *2* | *2* | *0,0* | *2,1* | *0,0* | *10,6* |
| *ЛУК РЕПЧАТЫЙ* | *6* | *5* | *0,1* | *0,2* | *1,0* | *3,8* |
| 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:** |  |  | **20,9** | **28,0** | **98,9** | **731,9** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 | | 2,4 | 2,1 | 15,7 | 208,8 |
| *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* |
| *САХАР ПЕСОК* | *3* | *3* | *0,0* | *0,0* | *9,9* | *29,0* |
| *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* |
| ПЛОВ | 200 | | 15,7 | 18,6 | 46,4 | 416,7 |
| *КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ* | *98,7* | *60,2* | *14,0* | *17,9* | *44,4* | *353,0* |
| *КРУПА РИСОВАЯ* | *60* | *59,4* | *0,8* | *0,1* | *7,5* | *25,2* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *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* | *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:** |  |  | **23,0** | **25,8** | **119,7** | **807,8** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 | 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* |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ | 200 | | 11,5 | 27,3 | 93,0 | 689,0 |
| *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* | *40* | *24,4* | *11,0* | *25,5* | *89,2* | *572,6* |
| *ВОДА ПИТЬЕВАЯ* | *60* | *60* | *0,0* | *0,0* | *0,0* | *0,0* |
| *СОЛЬ* | *8* | *8* | *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:** |  |  | **19,8** | **28,2** | **116,9** | **804,5** |