



ООО "Альфа Провиант"



Меню
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 2 день: 5

12.04.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	5,2	2,5	60,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (Филе цыпа -Бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль)	250/5/5	4,02	5,21	7,82	97,1
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (Яйцо, Рыба филе с/м, Петрушка свежая, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11	4,1	3,3	94,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	189,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	85,2
БАТОН НАРЯЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,66		0,64	6,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*	100	0,4	0,4	9,8	47
БУЛОЧКА "БЕСНУШКА" (ПЕКАРНЯ)	50	3,6	3	27,2	152
Итого за Обед	1 080	29,87	26,2	113,44	816,45
Итого за день	1 080	29,87	26,2	113,44	816,45

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка



ООО "Альфа-Провиант"



Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 5

12.04.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ (Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150/5	5,65	7,05	24,45	183,5
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,67	3,7	9,88	88,21
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,69	3,15	18,9	118,8
ИЛИ ЧАЙ*					
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8
Итого за Завтрак	650	18,85	18,66	84,13	583,31
Обед					
САЛАТ "СЕЛЯНСКИЙ" (Картофель очищенный, Петрушка свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Помидоры свежие)	60	0,82	2,41	4,03	41,03
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль)	200/15/10	4,26	7,3	9,72	121,4
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (Яйцо, Батон, Свинина, Вода питьевая, Говядина, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	14,52	18,2	8,55	250,98
РИС ОТВАРНОЙ (Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	150	3,7	6,3	32,8	203
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,04	0,09	16,38	65,7
Итого за Обед	805	27,69	36,08	109,05	866,24
Итого за день	1 455	46,54	54,74	193,18	1449,55

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка



ООО "Альфа-Провиант"

Меню 12-18 лет

Неделя 2 день: 5



Врио директора
Е.В. Филатов
12.04.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ (Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200/5	7,52	8,02	32,58	232,17
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,67	3,7	9,88	88,21
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	4,1	3,5	21	132
ИЛИ ЧАЙ*					
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	36
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8
Итого за Завтрак	720	21,13	19,98	94,36	645,18
Обед					
САЛАТ "СЕЛЯНСКИЙ" (Картофель очищенный, Петрушка свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленные, Помидоры свежие)	100	1,37	4,01	6,71	68,39
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/15/10	4,84	8,12	12,06	140,4
КОГЛЕТЫ ОСОБЫЕ (Батон, Свинина, Вода питьевая, Говядина, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сухари панковочные)	100	15	19,8	11,8	286
РИС ОТВАРНОЙ (Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	180	4,44	7,56	39,36	243,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,3	1,16	15,6	78,34
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,04	0,1	18,2	73
Итого за Обед	955	31,09	41,25	130,83	1019,03
Итого за день	1 675	52,22	61,23	225,19	1664,21

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка