



Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 2

14.05.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "СЕЛЯНСКИЙ" (Картофель очищенный, Петрушка свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Помидоры свежие)	100	1,37	4,01	6,71	68,39
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	250/10	2,76	6,74	11,31	125,6
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (Томат - паста, Свинина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	13,4	10,3	2,1	154,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	180	4,32	5,52	12,48	116,88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ТК-14,2008)	10	2,3	2,97		36,33
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,12	0,05	16,49	66,89
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 090	32,25	36,81	116,32	935,74
Итого за день	1 090	32,25	36,81	116,32	935,74

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка



ООО "Альфа-Провиант"



*директор
В. Жуков
14.05.2014*

Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 2

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	5,1	7,5	8,9	123,5
ДЖЕМ В АССОРТИМЕНТЕ	10			6,2	25
ИЛИ ВАРЕНЬЕ ЯГОДНОЕ*					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,67	3,7	9,88	88,21
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180/5	0,27	0,08	14,42	59,49
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
Итого за Завтрак	680	15,04	16,48	59	447,2
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	60	0,6	3,12	1,5	36,48
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	200/15	6,77	3,75	26,73	168,3
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ (Томат - паста, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Морковь, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	100	10,23	11,2	15,6	204,12
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,6	4,6	37,7	206
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
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
Итого за Обед	815	26,56	24,63	139,7	887,09
Итого за день	1 495	41,6	41,11	198,7	1334,29

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка



Меню 12-18 лет

Неделя 1 день: 2



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	6,8	10	11,9	164,7
ДЖЕМ В АССОРТИМЕНТЕ ИЛИ ВАРЕНЬЕ ЯГОДНОЕ*	10			6,2	25
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,67	3,7	9,88	88,21
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200/5	0,3	0,09	16	66,01
ГРУША СВЕЖАЯ ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*	100	0,4	0,3	10,3	47
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
Итого за Завтрак	750	16,77	18,99	63,55	494,89
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	5,2	2,5	60,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250/15	8,05	4,65	30,45	196,5
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ (Томат - паста, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Морковь, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	100	10,23	11,2	15,6	204,12
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	4,32	5,52	45,24	247,2
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
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
Итого за Обед	945	30,01	28,41	157,09	1004,32
Итого за день	1 695	46,78	47,4	220,64	1499,21

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка