



**Меню
7-11 лет
Сезон осень-зима**

Неделя 2 день: 5

08 " 11 2024

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль) | 150 | 4,35 | 4,35 | 24,75 | 155,93 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр, Батон, Огурцы свежие) | 35 | 4,1 | 4,63 | 9,5 | 96,07 |
| КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок) | 180 | 3,69 | 3,15 | 18,9 | 118,8 |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,2 | 3,8 | 19,5 | 129 |
| МАНДАРИН | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 |
| Итого за Завтрак | 615 | 17,14 | 16,13 | 80,15 | 537,8 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Сахарный песок, Соль) | 60 | 0,5 | 2,7 | 2,4 | 37 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Рис, Сметана, Соль) | 200/10 | 4,76 | 7,43 | 13,28 | 138,8 |
| КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ (Масло растительное, П/Ф КОТЛЕТА "ОСОБАЯ") | 100 | 10,85 | 7,77 | 16,35 | 178,73 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) | 150 | 2,87 | 4,32 | 23,01 | 141 |
| 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 ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок) | 200 | 0,5 | 0,1 | 15 | 62,9 |
| Итого за Обед | 810 | 23,83 | 24,1 | 107,61 | 742,56 |
| Итого за день | 1 425 | 40,97 | 40,23 | 187,76 | 1280,36 |

Зав. производством _____



Директор *Г. В. Ткачев*



ООО "Альфа-Провиант"

Меню
12-18 лет
Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 5

08 . *11* 2024

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль) | 200 | 5,8 | 5,8 | 33 | 207,9 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр, Батон, Огурцы свежие) | 35 | 4,1 | 4,63 | 9,5 | 96,07 |
| КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок) | 200 | 4,1 | 3,5 | 21 | 132 |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 180 | 5,04 | 4,56 | 23,4 | 154,8 |
| МАНДАРИН | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 |
| Итого за Завтрак | 715 | 19,84 | 18,69 | 94,4 | 628,77 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Сахарный песок, Соль) | 100 | 0,83 | 4,5 | 4 | 61,67 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Рис, Сметана, Соль) | 250/10 | 5,24 | 8,71 | 16,59 | 165,46 |
| КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ (Масло растительное, П/Ф КОТЛЕТА "ОСОБАЯ") | 100 | 10,85 | 7,77 | 16,35 | 178,73 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) | 180 | 3,44 | 5,18 | 27,61 | 169,2 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ | 60 | 4,1 | 0,5 | 27,1 | 129,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ | 40 | 2,19 | 1,18 | 15,8 | 83 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок) | 200 | 0,5 | 0,1 | 15 | 62,9 |
| Итого за Обед | 940 | 27,15 | 27,94 | 122,45 | 850,26 |
| Итого за день | 1 655 | 46,99 | 46,63 | 216,85 | 1479,03 |

Зав. производством _____ *[Signature]*



Директор
Е.В. Ткачев



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 5

08 " 11 2024

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | |
| Полдник | | | | | |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ | 30 | 0,25 | 0,05 | 0,75 | 4,25 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ "БОЛОНЬЕЗЕ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль) | 150 | 8,7 | 11,25 | 19,2 | 212,85 |
| КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром) | 180 | 0,09 | | 6,84 | 27,72 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ | 20 | 1,37 | 0,17 | 9,03 | 43,1 |
| Итого за Полдник | 380 | 10,41 | 11,47 | 35,82 | 287,92 |
| Итого за день | 380 | 10,41 | 11,47 | 35,82 | 287,92 |

Зав. производством _____