



Меню
7-11 лет
Сезон осень-зима

Неделя 3 день: 1

09.12 2024

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль) | 150 | 5,4 | 6,9 | 33 | 215,85 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр, Батон, Огурцы свежие) | 35 | 4,1 | 4,63 | 9,5 | 96,07 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок) | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24,12 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,2 | 3,8 | 19,5 | 129 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 1,96 | 9,35 | 61,04 |
| Итого за Завтрак | 635 | 15,78 | 17,69 | 87 | 573,08 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ (Свекла очищенная, Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок) | 60 | 0,9 | 4,8 | 4,6 | 65,2 |
| СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ВЕРМИШЕЛЬЮ, ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ (Цыплята бройлер, Яйцо, Батон, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль) | 200/10 | 6,87 | 5,5 | 17,91 | 149,07 |
| КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (П/Ф КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ", Масло растительное) | 100 | 9,55 | 7,16 | 13,9 | 158,24 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) | 150 | 3,2 | 5,2 | 19,8 | 139,4 |
| 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 | 810 | 25,88 | 24,62 | 114,38 | 784,1 |
| Итого за день | 1 445 | 41,66 | 42,31 | 201,38 | 1357,18 |

Зав. производством _____



Директор / В. В. Ткачев



Меню
12-18 лет
Сезон осень-зима

Неделя 3 день: 1

09.12.2024

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль) | 200 | 7,2 | 9,2 | 44 | 287,8 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр, Батон, Огурцы свежие) | 35 | 4,1 | 4,63 | 9,5 | 96,07 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок) | 200 | 0,2 | | 6,5 | 26,8 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 180 | 5,04 | 4,56 | 23,4 | 154,8 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 1,96 | 9,35 | 61,04 |
| Итого за Завтрак | 735 | 18,44 | 20,75 | 102,55 | 673,51 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ (Свекла очищенная, Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок) | 100 | 1,5 | 8 | 7,67 | 108,67 |
| СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ВЕРМИШЕЛЮ, ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ (Цыпленок бройлер, Яйцо, Батон, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль) | 250/10 | 8,27 | 6,84 | 20,49 | 177,13 |
| КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (ПФ КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ", Масло растительное) | 100 | 9,55 | 7,16 | 13,9 | 158,24 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| 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 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ | 200 | 1,01 | 0,18 | 20,6 | 88,06 |
| Итого за Обед | 940 | 30,46 | 30,1 | 129,32 | 911,68 |
| Итого за день | 1 675 | 48,9 | 50,85 | 231,87 | 1585,19 |

Зав. производством _____



Фирменное
Е.В. Ткачев



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 3 день: 1

09. 12 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 |
| ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (Томат - паста, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль) | 150 | 8,72 | 13,69 | 18,84 | 233,44 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок) | 180 | 0,45 | 0,09 | 13,5 | 56,61 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ | 20 | 1,37 | 0,17 | 9,03 | 43,1 |
| Итого за Полдник | 380 | 10,79 | 14 | 42,12 | 337,4 |
| Итого за день | 380 | 10,79 | 14 | 42,12 | 337,4 |

Зав. производством _____