



ООО "Альфа-Провиант"



Меню
7-11 лет
Сезон осень-зима

Неделя 1 день: 2

"04" *декабрь* 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (Пшеничка, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	5,93	6,29	31,85	207
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр, Батон, Огурцы свежие)	35	4,1	4,63	9,5	96,07
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	180	0,18	0,09	13,5	55,53
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	665	16,21	16,31	73,95	509,6
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,6	3,12	1,5	36,6
БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста квашенная, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	200/10	4,44	6,61	10,3	120,94
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ (Батон, Яйцо, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	90	9,86	7,28	11,44	150,68
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	800	23,46	24,17	101,21	719,81
Итого за день	1 465	39,67	40,48	175,16	1229,41

Зав. производством _____