

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15				14,6	58,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,001	0,001	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,7	0,8	43,1	206,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	63	63	6,7	0,8	43,1	206,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,2	3,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	378	378	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ	100		8,3	12,4	10,1	192,2
ГОВЯДИНА Б/К	40,9	34,5	6,2	5,3	0	72,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,3	7,3	0,5	0,1	3	14,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,9	10,9	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,6	18,1	0,3	0	1,5	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,4	0	2,4	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,1	18,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,5	11,5	0,3	1,6	0,4	23,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,1	34,1	0	0	0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,2	0	0,5	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20		4,6	6,0		73,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,3	20	4,6	5,9	0	72,8
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
			23,4	20,7	93,5	660,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,4	20,7	93,5	660,8

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	200		7,0	10,9	36,1	271,0
ПШЕНО	38,5	38,1	4,3	1	26	130,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,2	95,2	2,7	2,3	4,5	49,9
САХАР ПЕСОК	5,7	5,7	0	0	5,5	22,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,5	9,5	0	7,6	0,1	69,0
ХЛЕБ В/С	50		2,8	1,1	19,3	98,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	37,5	37,5	2,8	1,1	19,3	98,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,8	3,0	24,5	141,1
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ПЕЧЕНЬЕ	100		7,5	9,8	74,4	417,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	100	100	7,5	9,8	74,4	417,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			22,1	25,0	174,1	1 013,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,1	25,0	174,1	1 013,4

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,3	2,4	26,7	142,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	2,6	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
БАТОН	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ВАФЛИ	100		2,8	3,3	77,3	354,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	100	100	2,8	3,3	77,3	354,0
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250		5,7	4,9	21,7	155,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,7	65,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОК	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			15,8	12,0	165,9	839,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,8	12,0	165,9	839,4

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180		3,5	0,7	27,3	129,7
КАРТОФЕЛЬ	238,2	178,6	3,5	0,7	28,2	133,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,9	6,9	0	5,5	0,1	50,1
РЫБА ОТВАРНАЯ	100		17,4	8,0	1,0	144,6
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕННАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	154	110,9	17,2	0,7	0	74,2
МОРКОВЬ	7,3	5,5	0,1	0	0,4	1,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,4	3,6	0,1	0	0,3	1,5
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	2,4	1,9	0	0	0,2	1,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,6	3,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,1	9,1	0	7,3	0,1	66,1
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ЙОГУРТ	110		2,2	1,7	3,3	52,8
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	113,6	110	2,2	1,7	3,3	52,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			27,1	12,0	72,3	518,1
			27,1	12,0	72,3	518,1

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		14,8	59,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180		21,4	18,1	24,1	350,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	103,6	103,6	18	9	3	169,8
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,7	0,1	4,6	21,3
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,6	0,6	0,5	0	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,6	0	2,7	13,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6	0,1	0,7	0,2	9,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,8	34,8	1	0,9	1,6	18,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9	0,4	0,1	2,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,8	34,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20		4,6	6,0		73,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,3	20	4,6	5,9	0	72,8
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
			29,9	25,6	64,6	613,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			29,9	25,6	64,6	613,9

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	100		9,9	11,6	7,3	173,6
ГОВЯДИНА Б/К	50	42,3	7,7	6,6	0	89,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,9	8,9	0,7	0,3	4,5	22,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,4	13,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	26,6	22,3	0,3	0	1,7	8,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,3	29,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
МОРКОВЬ	2,6	2	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,3	3,3	0,2	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20		4,6	6,0		73,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,3	20	4,6	5,9	0	72,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		10,2	8,3	46,4	300,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	83,1	83,1	10,2	2,6	46,1	248,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,9	6,9	0	5,5	0,1	50,1
БАТОН	50		1,9	0,7	12,9	65,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			26,8	26,7	81,6	672,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,8	26,7	81,6	672,9

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200		5,7	8,0	38,3	249,0
КРУПА РИСОВАЯ	42,6	42,6	2,9	0,4	30,6	137,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,7	2,3	4,5	50,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ЙОГУРТ	110		2,2	1,7	3,3	52,8
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	113,6	110	2,2	1,7	3,3	52,8
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200		1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			15,6	13,9	111,7	650,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,6	13,9	111,7	650,2

МЕНЮ**7-11 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,5	5,6	37,0	225,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	61	61	6,5	0,8	41,7	200,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ЙОГУРТ	110		2,2	1,7	3,3	52,8
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	113,6	110	2,2	1,7	3,3	52,8
ВАФЛИ	100		2,8	3,3	77,3	354,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	100	100	2,8	3,3	77,3	354,0
			16,8	15,3	132,9	754,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			16,8	15,3	132,9	754,8

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		14,8	59,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,7	6,3	32,8	203,0
КРУПА РИСОВАЯ	54	54	3,7	0,5	38,8	174,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)		100	9,9	11,6	7,3	173,6
ГОВЯДИНА Б/К	50	42,3	7,7	6,6	0	89,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,9	8,9	0,7	0,3	4,5	22,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,4	13,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	26,6	22,3	0,3	0	1,7	8,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,3	29,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
МОРКОВЬ	2,6	2	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,3	3,3	0,2	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,3
ПЕЧЕНЬЕ		100	7,5	9,8	74,4	417,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	100	100	7,5	9,8	74,4	417,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
			25,0	29,2	155,0	983,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,0	29,2	155,0	983,9

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		180	31,9	16,3	29,0	398,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	170,4	168	29,3	14,6	4,9	275,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,2	0,1	8,2	38,3
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,8	0,6	0,6	0	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,2	7,2	1	0	4,3	20,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,2	7,2	0,2	1,1	0,3	14,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		20	4,6	6,0		73,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,3	20	4,6	5,9	0	72,8
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
			40,5	23,9	69,7	662,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	23,9	69,7	662,4