

Утверждаю

**МЕНЮ****7-10 лет****ДЕНЬ 15**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		8,3	9,0	41,1	279,7
ПШЕНО	50,7	50,7	5,6	1,4	34,6	173,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64	64	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96	96	2,7	2,3	4,5	50,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,7	6,7	0	5,3	0,1	48,6
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50		6,4	12,4	10,6	187,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	22,9	21,4	5	6,3	0	77,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,1	7,1	0	5,9	0,1	53,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	21,4	21,4	1,6	0,6	11	56,1
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
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,9	0,1	5,7	27,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			18,5	24,0	82,2	628,3
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		1,0	2,9	5,2	51,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,9	0	2,1	12,9
ЛУК ЗЕЛЕНый	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5		7,5	9,8	11,5	165,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,4	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	28,6	20	0,4	0,1	3,2	14,9
КРУПА РИССОВАЯ	8	8	0,6	0,1	5,7	25,8
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176	176	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	43,2	32	5,8	4,9	0	67,7
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200		20,7	28,3	35,7	479,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	109,3	97,3	17,2	17,4	0	224,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10,7	10,7	0	10,4	0	93,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,7	0,1	0	0,9	4,3
МОРКОВЬ	13,3	10,7	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,1	0	0,5	2,7
КРУПА РИСОВАЯ	46,7	46,7	3,2	0,5	33,6	150,8
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	0,1	0,1	26,4	108,0
ЯБЛОКИ	28,4	25	0,1	0,1	2,4	11,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	208	208	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60	4,0	0,5	25,4	122,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	60	4	0,5	25,4	122,4
АПЕЛЬСИН		100	0,9	0,2	8,1	43,0
АПЕЛЬСИН	142,86	100	0,9	0,2	8,1	43,0
			34,2	41,8	112,3	970,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,7	65,8	194,5	1 598,7