



МЕНЮ 7-11 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/10	5,9	9,9	35,0	265,7
Какао с молоком витаминизированное	200	3,7	3,4	19,7	131,5
Сыр порционный в инд.упак.	16	1,8	3,4	1,0	41,6
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Цена комплекса: 75 руб. Итого за прием пищи:	578	13,6	17,8	79,7	557,5
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	200	4,4	4,2	13,2	118,0
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,0
Кукуруза консервированная отварная	15	0,2	0,0	1,5	7,5
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6
Цена комплекса: 75 руб. Итого за прием пищи:	720	27,1	28,0	93,6	768,2
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Булочка с конфитюром	50	2,7	2,5	28,0	145,3
Чоко-пай	30	1,2	4,8	21,2	132,0
Цена комплекса: 75 руб. Итого за прием пищи:	410	4,4	7,8	82,1	426,4
Всего за день:		45,1	53,6	255,4	1 752,1

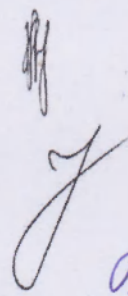
Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством


Ольга Владимировна Щеголькова



МЕНЮ 7-11 лет

2 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Котлета Волжанка	90	10,6	7,7	9,8	155,5	
Картофельное пюре	150	3,3	4,5	22,0	148,0	
Огурец свежий	44	0,2	0,0	0,9	4,7	
Батон йодированный	35	2,6	1,0	18,0	91,7	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Оладьи 1 шт	35	2,1	2,4	14,0	86,0	
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	569	18,9	15,6	79,7	545,9
Обед						
Суп с макаронными изделиями с мясом	205	2,8	2,8	12,7	87,0	
Гуляш из мяса кур	50/50	11,8	13,2	3,2	194,4	
Рис отварной	150	3,5	4,2	37,0	200,5	
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	142,9	
Хлеб ржаной	31	2,0	0,4	10,4	53,9	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0	
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	736	23,8	28,5	125,4	868,3
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Груша	140	0,6	0,4	14,4	65,8	
Рулет Эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5	
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	420	10,8	13,3	71,8	472,3
Всего за день:		53,5	57,4	276,9	1 886,5	

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством



МЕНЮ 7-11 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Омлет натуральный с маслом сливочным	130/5	14,8	20,4	2,7	285,3
Бутерброд с сыром	13/21	5,0	4,0	10,8	99,7
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Груша	140	0,6	0,4	14,4	65,8
Цена комплекса: 75 руб. Итого за прием пищи:	519	20,5	24,8	37,9	490,8
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом (конс)	255	2,5	3,2	9,0	75,4
Тефтели Сочные с соусом красным основным	70/50	10,0	14,5	9,9	209,9
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	6,0	37,9	239,1
Зеленый горошек конс.отварной	13	0,5	0,0	0,7	4,4
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	32,0	132,9
Хлеб ржаной	28	1,8	0,3	9,4	48,7
Цена комплекса: 75 руб. Итого за прием пищи:	766	23,8	24,0	98,9	710,4
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	80	11,8	8,9	32,9	258,7
Цена комплекса: 75 руб. Итого за прием пищи:	380	12,6	9,1	60,6	384,7
Всего за день:		56,9	57,9	197,4	1 585,9

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством



МЕНЮ 7-11 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины рубленый	100	13,9	23,9	13,2	321,9
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,0
Огурец свежий	36	0,2	0,0	0,7	3,8
Батон йодированный	23	1,7	0,7	11,8	60,3
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Пирожное песочное глазированное с шоколадной посыпкой	35	3,9	8,8	25,8	201,1
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	559	26,0	37,4	106,6
Обед					
Солянка по-домашнему из птицы со сметаной	250/15/10	4,7	6,1	10,0	120,1
Плов со свининой	250	14,2	27,2	54,1	545,1
Кукуруза консервированная отварная	10	0,2	0,0	1,0	5,0
Чай с лимоном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,6
Хлеб ржаной	43	2,8	0,5	14,4	74,8
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	801	22,2	33,8	94,7
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Булочка с конфитюром	50	2,7	2,5	28,0	145,3
Чоко-пай	30	1,2	4,8	21,2	132,0
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	410	4,4	7,8	82,1
Всего за день:		52,6	79,0	283,4	2 108,1

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством



МЕНЮ 7-11 лет

5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из мяса кур	50/50	11,8	13,2	3,2	194,4
Рис отварной	150	3,5	4,2	37,0	200,5
Батон йодированный	36	2,7	1,0	18,5	94,3
Чай с лимоном	200/15/10	0,3	0,0	15,3	64,3
Блинчик с вишневым фаршем	70	2,1	3,4	18,6	112,1
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	581	20,4	21,8	92,6
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,0	5,6	12,8	113,2
Биточек Нежный	100	11,5	20,8	11,5	294,7
Картофельное пюре	150	3,3	4,4	22,0	147,8
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	142,9
Хлеб ржаной	39	2,6	0,5	13,0	67,9
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	769	21,2	32,0	104,4
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Груша	140	0,6	0,4	14,4	65,8
Рулет Эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5
Цена комплекса: 75 руб.	Итого за прием пищи:	420	10,8	13,3	71,8
Всего за день:		52,4	67,1	268,8	1 956,8

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством