



## МЕНЮ 7-11 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Биточек Нежный	100	11,5	20,8	11,5	294,7
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,0
Бутерброд с сыром	10/24	4,4	3,3	12,3	97,3
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>624</b>	<b>22,7</b>	<b>28,6</b>	<b>86,6</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с горохом лущеным, мясом (конс)	205	5,1	5,0	12,9	126,2
Птица тушеная в томатном соусе с овощами	50/50	11,7	13,2	3,4	194,8
Рис отварной	150	3,5	4,2	37,0	200,7
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	32,0	132,9
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>715</b>	<b>24,6</b>	<b>29,8</b>	<b>110,6</b>
<b>Полдник</b>					
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
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>4,4</b>	<b>7,8</b>	<b>82,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>51,7</b>	<b>66,2</b>	<b>279,3</b>	<b>1 980,7</b>

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством

*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]* Гулямова Д.Ф.



## МЕНЮ 7-11 лет

2 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Гуляш из свинины	50/50	10,6	28,3	2,9	308,8	
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	6,0	37,9	239,1	
Помидор свежий	30	0,3	0,1	1,1	7,2	
Чай с лимоном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,6	
Батон йодированный	26	2,0	0,8	13,4	68,1	
Блинчик с вишневым фаршем	70	2,1	3,4	18,6	112,1	
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>599</b>	<b>23,7</b>	<b>38,6</b>	<b>89,1</b>	<b>798,9</b>
<b>Обед</b>						
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,3	5,8	52,0	132,0	
Шницель из свинины рубленный	100	13,9	23,9	13,2	321,9	
Капуста тушеная	150	3,6	5,2	15,4	124,9	
Кукуруза консервированная отварная	13	0,2	0,0	1,3	6,5	
Компот из вишни	200	0,2	0,0	22,1	90,2	
Хлеб ржаной	22	1,5	0,3	7,3	38,3	
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>765</b>	<b>25,7</b>	<b>41,1</b>	<b>96,7</b>	<b>766,2</b>
<b>Полдник</b>						
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	
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>10,8</b>	<b>13,3</b>	<b>71,8</b>	<b>472,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>60,2</b>	<b>93,0</b>	<b>257,6</b>	<b>2 037,4</b>	

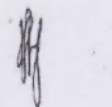
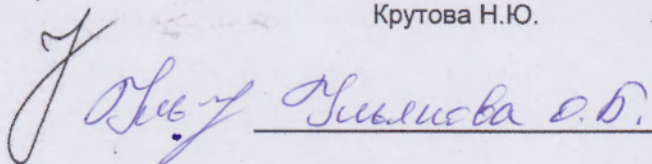
Директор

Щеголькова Н.В.

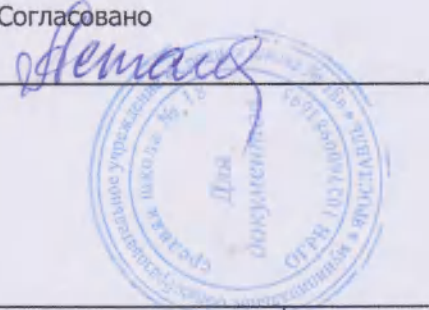
Бухгалтер-калькулятор

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	
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150/8	5,1	7,2	31,5	221,7
Какао с молоком витаминизированное	200	3,7	3,4	19,7	131,5
Батон йодированный	21	1,6	0,6	10,8	55,0
Оладьи 1 шт	35	2,1	2,4	14,0	86,0
Груша	140	0,6	0,4	14,4	65,8
Цена комплекса: 75 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>554</b>	<b>13,1</b>	<b>14,0</b>	<b>90,4</b>	<b>560,0</b>
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,0	6,3	72,0
Котлета Рыбная	100	12,2	8,1	17,6	193,2
Картофельное пюре	150	3,4	5,3	22,3	150,4
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	143,0
Хлеб ржаной	49	3,2	0,6	16,4	85,3
Пирог Манник	70	4,0	10,7	34,0	250,9
Цена комплекса: 75 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>769</b>	<b>24,5</b>	<b>28,8</b>	<b>131,4</b>	<b>894,8</b>
<b>Полдник</b>					
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. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>12,6</b>	<b>9,1</b>	<b>60,6</b>	<b>384,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>50,2</b>	<b>51,9</b>	<b>282,4</b>	<b>1 839,5</b>

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Щеголькова Н.В.

Крутова Н.Ю.



## МЕНЮ 7-11 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Пудинг творожный с молоком сгущенным	150/25	24,2	9,8	40,7	368,4
Батон йодированный	37	2,8	1,1	19,0	96,9
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
<b>Цена комплекса: 75 руб.                      Итого за прием пищи:</b>	<b>557</b>	<b>27,6</b>	<b>11,4</b>	<b>87,4</b>	<b>586,4</b>
<b>Обед</b>					
Рассольник Ленинградский с курой, сметаной	250/15/10	4,5	7,7	12,4	143,0
Гуляш из мяса кур	50/50	11,8	13,2	3,2	194,4
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,0
Чай с лимоном	200/15/6	0,1	0,0	15,2	62,0
Хлеб ржаной	36	2,4	0,4	12,0	62,6
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Цена комплекса: 75 руб.                      Итого за прием пищи:</b>	<b>812</b>	<b>27,3</b>	<b>26,2</b>	<b>98,3</b>	<b>766,6</b>
<b>Полдник</b>					
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
<b>Цена комплекса: 75 руб.                      Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>4,4</b>	<b>7,8</b>	<b>82,1</b>	<b>426,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>59,3</b>	<b>45,4</b>	<b>267,8</b>	<b>1 779,4</b>

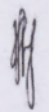
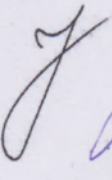
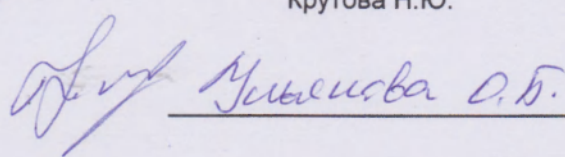
Директор

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		
<b>Завтрак</b>						
Котлета из мяса птицы	100	14,3	17,2	17,9	296,3	
Картофельное пюре	150	3,4	5,3	22,3	150,4	
Огурец свежий	42	0,2	0,0	0,8	4,5	
Чай с лимоном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,6	
Батон йодированный	42	3,2	1,2	21,6	110,0	
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>557</b>	<b>21,4</b>	<b>23,7</b>	<b>77,8</b>	<b>624,8</b>
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,0	5,6	12,8	113,2	
Печень по-строгановски	50/50	13,2	11,3	3,5	184,8	
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,0	38,0	239,8	
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	32,0	132,9	
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	
Батон йодированный	19	1,4	0,6	9,8	49,8	
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0	
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>769</b>	<b>28,1</b>	<b>30,6</b>	<b>114,7</b>	<b>866,3</b>
<b>Полдник</b>						
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	
<b>Цена комплекса: 75 руб.</b>	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>10,8</b>	<b>13,3</b>	<b>71,8</b>	<b>472,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>60,3</b>	<b>67,6</b>	<b>264,3</b>	<b>1 963,4</b>	

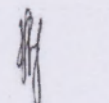
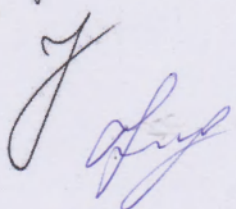
Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством

  
  
Мушкова О.В.