



## Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 1

" " \_\_\_\_\_ 2021

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
КАША "ЯНТАРНАЯ" (Яблоко свежее, Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок) 1*	180	6,05	8,78	33,7	239,04
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,38	0,73	9,75	53
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,97		36,33
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,18	0,09	13,5	54
ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47
ЙОГУРТ М.Д.Ж. 2,5%	100	3,2	2,4	11,5	73
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>595</b>	<b>13,51</b>	<b>15,27</b>	<b>78,75</b>	<b>502,37</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Масло растительное, Сахарный песок, Соль) 5*	60	0,96	3,06	4,14	48
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль) 1*	200/5	5,67	3,65	18,83	131,3
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ В СМЕТАННОМ (Вода питьевая, Говядина, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль) 3*	90	11,63	9,32	2,46	140,06
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) 1*	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,72	0,4	18	86,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,63	1,45	19,5	118,5
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	28,1	116
<b>Итого за Обед</b>	<b>795</b>	<b>26,21</b>	<b>23,38</b>	<b>111,33</b>	<b>781,26</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 390</b>	<b>39,72</b>	<b>38,65</b>	<b>190,08</b>	<b>1283,63</b>

Директор ГБОУ \_\_\_\_\_  
Зав. пищеблоком \_\_\_\_\_  
Бухгалтер \_\_\_\_\_



Способ приготовления блюд:  
1\* - отварное блюдо  
2\* - запеченное блюдо  
3\* - тушеное блюдо  
4\* - выпечное блюдо  
5\* - холодное блюдо