



**МЕНЮ**  
1 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША "ДРУЖБА"</b> масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, крупа гречневая ядрица, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	210	7,9	15,9	30,5	311
<b>БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ</b> молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, повидло яблочное, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), соль йодированная	140	6,2	5,3	43,4	261
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
<b>Итого</b>		<b>16,4</b>	<b>22,9</b>	<b>83,2</b>	<b>678</b>
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ-БАР (капуста, кукуруза, огурцы грунт)</b> кукуруза консервированная, огурцы грунтовые, сухарики, капуста белокачанная	80	1,6	0,3	7	35
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ</b> картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	4,1	2,3	16,1	86
<b>ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ</b> грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	90	34,6	6,4	4	250
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	160	3,7	7,4	22,5	215
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			4,5	72
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		<b>50,6</b>	<b>17,2</b>	<b>109,6</b>	<b>1017</b>
<b>Всего</b>		<b>67</b>	<b>40,1</b>	<b>192,8</b>	<b>1694</b>

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
2 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ</b> соль йодированная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	13,7	14,4	10,6	211
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b> соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	0,5	1,4	3,4	28
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	145	2,4	4,5	10,4	139
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		23,7	24,7	67,4	768
<b>Обед</b>					
<b>ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ</b> томаты грунтовые, огурцы грунтовые	80	0,8	0,1	2,5	14
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	2,2	4,5	10	72
<b>БИТОЧЕК РЫБНЫЙ</b> соль йодированная, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	13,5	5,7	10,7	172
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,8	6,9	32,4	295
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	7	82
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		28	18,1	118,1	994
<b>Всего</b>		51,7	42,8	185,5	1762

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
3 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> соль йодированная, творог 9%, яйца куриные (шт.), крупа манная, сахар песок, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное	275	37,2	24,3	34,3	489
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	75	6,9	13,8	23,5	240
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,7		6,1	57
<b>Итого</b>		<b>44,8</b>	<b>38,1</b>	<b>63,9</b>	<b>787</b>
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"</b> соль йодированная, яблоки, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	80	1,7	3,2	5,9	54
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	3	2,4	21,3	228
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b> соль йодированная, грудка куриная, крупа рисовая длинный, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	250	0,6	9,4	2,8	293
<b>НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		6	78
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СЕЗОННЫЙ ФРУКТ</b> яблоки	200	0,7	0,7	15,7	174
<b>Итого</b>		<b>11,7</b>	<b>16,3</b>	<b>87</b>	<b>994</b>
<b>Всего</b>		<b>56,5</b>	<b>54,4</b>	<b>150,9</b>	<b>1781</b>

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
4 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> сахар песок, соль йодированная, вермишель, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	220	4,1	5,1	8,9	81
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,8	23,4	171
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		19,4	18,7	58,7	601
<b>Обед</b>					
<b>ОГУРЦЫ ПОРЦИОННО</b> огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,8	9
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ</b> соль йодированная, картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, рыбн.консервы в масле.сайра бланширован.	200	6,1	2,4	18,8	166
<b>ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ</b> грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	250	24	10,5	44,3	397
<b>НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ</b> аскорбиновая кислота, апельсин, вода питьевая, сахар песок	200	0,2		6,2	80
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		37,5	13,8	126,6	1012
<b>Всего</b>		56,9	32,5	185,3	1613

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
5 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ</b> соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	250	5,9	3,6	30	222
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	75	6,9	13,8	23,5	240
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		17	21,6	78,2	768
<b>Обед</b>					
<b>ПОМИДОРЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ</b> соль йодированная, лук репчатый, томаты грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	80	0,9	4,2	3,5	55,3
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, сметана 20% жирности	200	2	6,3	10,5	85
<b>БИТОЧЕК МЯСНОЙ С МАСЛОМ</b> говядина б/к, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	13,7	18,3	10,6	231
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	160	3,7	7,4	22,5	221
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			4,5	72
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СЕЗОННЫЙ ФРУКТ</b> яблоки	200	0,7	0,7	15,7	174
<b>Итого</b>		26,6	37,5	102,6	1006
<b>Всего</b>		43,6	59,1	180,8	1773

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
6 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ</b> соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	260	7,2	15,7	29,1	330
<b>ГОРЯЧИЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	6,9	5,5	23,4	166
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,3		5,1	57
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		16,2	23,5	74,5	747
<b>Обед</b>					
<b>ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ</b> икра из кабачков	80	1,5	7,1	6,2	95
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	3	2,4	21,3	96
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ</b> соль йодированная, грудка куриная, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	90	1,9	4,3	10,6	141
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b> соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое	50	0,5	1,4	3,4	28
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,8	5,5	32,4	222
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b> лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		5	91
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		18,4	21,5	134,4	1004
<b>Всего</b>		34,6	45	208,9	1751

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
7 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>МАКАРОНЫ С СЫРОМ</b> масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	265	7,7	12,6	25,7	332
<b>БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ</b> джем из черной смородины, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	3,2	0,3	33,3	146
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		15,1	17,1	83,7	783
<b>Обед</b>					
<b>ОГУРЦЫ ПОРЦИОННО</b> огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,8	9
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	2,3	4,5	10,2	68
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ</b> соль йодированная, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт	90	12,8	12,1	8,7	194
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b> вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, соль, масло подсолнечное рафинированое	50	0,6	1,5	2,9	26
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	160	5,2	6,8	22,2	259
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, сахар песок	200	0,7		5,9	56
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		28,8	25,8	107,2	972
<b>Всего</b>		43,9	42,9	190,9	1755

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
8 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША "ДРУЖБА"</b> соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	210	7,1	15,6	32,8	274
<b>БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ</b> масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш. сорт, повидло яблочное, яйца куриные (шт.), сахар песок	140	6,2	5,3	43,4	261
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
<b>Итого</b>		15,6	22,6	85,5	592
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ"</b> яблоки, соль йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,7	5,1	7,1	76
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ</b> картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	4,1	2,3	16,1	121
<b>РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ</b> филе минтая, соль йодированная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое	100	13,1	6,6	4,3	147
<b>РИС ОТВАРНОЙ</b> крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	150		5,4	0,1	189
<b>НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		6	78
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		25,6	20,2	89,1	970
<b>Всего</b>		41,2	42,8	174,6	1610

Повар \_\_\_\_\_





**МЕНЮ**  
9 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ</b> соль йодированная, крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	125	3,7	13,2	18,4	177
<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> творог 9%, сахар песок, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое	150	27,6	20,7	29,3	364
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, сахар песок	200	0,7		5,9	56
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт	50	3,6	1,4	23,4	118
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		37,4	37,6	93,9	909
<b>Обед</b>					
<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ</b> картофель, свекла, морковь красная, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,5	5,2	9,3	80
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	3	2,4	21,3	213
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ</b> соль йодированная, грудка куриная, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокочанная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста	250	29,9	6,7	20,1	281
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	7	82
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
<b>СЕЗОННЫЙ ФРУКТ</b> яблоки	200	0,7	0,7	17,3	183
<b>Итого</b>		40,8	15,7	110,3	1005
<b>Всего</b>		78,2	53,3	204,2	1914

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
 10 июня 2024 г.  
 "Страна чудес"  
 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ</b> соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	220	7,2	15,7	29,1	294
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,8	23,4	171
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		22,6	29,5	77,4	820
<b>Обед</b>					
<b>ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ</b> томаты грунтовые	80	0,8	0,2	2,8	16
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, сметана 20% жирности	200	2	6,3	10,3	151
<b>КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ</b> говядина б/к, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	250	14,2	13,8	33,3	383
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b> аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		5	91
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		23,7	21,1	106,9	1001
<b>Всего</b>		46,3	50,6	184,3	1821

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
11 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША "ДРУЖБА"</b> масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, крупа гречневая ядрица, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	210	7,9	15,9	30,5	311
<b>БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ</b> молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, повидло яблочное, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная	140	6,2	5,3	43,4	261
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
<b>Итого</b>		<b>16,4</b>	<b>22,9</b>	<b>83,2</b>	<b>678</b>
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ-БАР (капуста, кукуруза, огурцы грунт)</b> кукуруза консервированная, огурцы грунтовые, сухарики, капуста белокачанная	80	1,6	0,3	7	35
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ</b> картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	4,1	2,3	16,1	86
<b>ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ</b> грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	90	34,6	6,4	4	250
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	160	3,7	7,4	22,5	215
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			4,5	72
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		<b>50,6</b>	<b>17,2</b>	<b>109,6</b>	<b>1017</b>
<b>Всего</b>		<b>67</b>	<b>40,1</b>	<b>192,8</b>	<b>1694</b>

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
12 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ</b> соль йодированная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	13,7	14,4	10,6	211
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b> соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	0,5	1,4	3,4	28
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	145	2,4	4,5	10,4	139
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		<b>23,7</b>	<b>24,7</b>	<b>67,4</b>	<b>768</b>
<b>Обед</b>					
<b>ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ</b> томаты грунтовые, огурцы грунтовые	80	0,8	0,1	2,5	14
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	2,2	4,5	10	72
<b>БИТОЧЕК РЫБНЫЙ</b> соль йодированная, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	13,5	5,7	10,7	172
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,8	6,9	32,4	295
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	7	82
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		<b>28</b>	<b>18,1</b>	<b>118,1</b>	<b>994</b>
<b>Всего</b>		<b>51,7</b>	<b>42,8</b>	<b>185,5</b>	<b>1762</b>

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
13 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> соль йодированная, творог 9%, яйца куриные (шт.), крупа манная, сахар песок, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное	275	37,2	24,3	34,3	489
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	75	6,9	13,8	23,5	240
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,7		6,1	57
<b>Итого</b>		<b>44,8</b>	<b>38,1</b>	<b>63,9</b>	<b>787</b>
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"</b> соль йодированная, яблоки, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	80	1,7	3,2	5,9	54
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	3	2,4	21,3	228
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b> соль йодированная, грудка куриная, крупа рисовая длинный, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	250	0,6	9,4	2,8	293
<b>НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		6	78
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СЕЗОННЫЙ ФРУКТ</b> яблоки	200	0,7	0,7	15,7	174
<b>Итого</b>		<b>11,7</b>	<b>16,3</b>	<b>87</b>	<b>994</b>
<b>Всего</b>		<b>56,5</b>	<b>54,4</b>	<b>150,9</b>	<b>1781</b>

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
14 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> сахар песок, соль йодированная, вермишель, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	220	4,1	5,1	8,9	81
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,8	23,4	171
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		19,4	18,7	58,7	601
<b>Обед</b>					
<b>ОГУРЦЫ ПОРЦИОННО</b> огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,8	9
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ</b> соль йодированная, картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, рыбн.консервы в масле.сайра бланширован.	200	6,1	2,4	18,8	166
<b>ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ</b> грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	250	24	10,5	44,3	397
<b>НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ</b> аскорбиновая кислота, апельсин, вода питьевая, сахар песок	200	0,2		6,2	80
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		37,5	13,8	126,6	1012
<b>Всего</b>		56,9	32,5	185,3	1613

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
15 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ</b> соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	250	5,9	3,6	30	222
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	75	6,9	13,8	23,5	240
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		17	21,6	78,2	768
<b>Обед</b>					
<b>ПОМИДОРЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ</b> соль йодированная, лук репчатый, томаты грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	80	0,9	4,2	3,5	55,3
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, сметана 20% жирности	200	2	6,3	10,5	85
<b>БИТОЧЕК МЯСНОЙ С МАСЛОМ</b> говядина б/к, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	13,7	18,3	10,6	231
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	160	3,7	7,4	22,5	221
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			4,5	72
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СЕЗОННЫЙ ФРУКТ</b> яблоки	200	0,7	0,7	15,7	174
<b>Итого</b>		26,6	37,5	102,6	1006
<b>Всего</b>		43,6	59,1	180,8	1773

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
 16 июня 2024 г.  
 "Страна чудес"  
 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ</b> соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	260	7,2	15,7	29,1	330
<b>ГОРЯЧИЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	6,9	5,5	23,4	166
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,3		5,1	57
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		16,2	23,5	74,5	747
<b>Обед</b>					
<b>ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ</b> икра из кабачков	80	1,5	7,1	6,2	95
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	3	2,4	21,3	96
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ</b> соль йодированная, грудка куриная, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	90	1,9	4,3	10,6	141
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b> соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое	50	0,5	1,4	3,4	28
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,8	5,5	32,4	222
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b> лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		5	91
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		18,4	21,5	134,4	1004
<b>Всего</b>		34,6	45	208,9	1751

Повар \_\_\_\_\_





**МЕНЮ**  
17 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>МАКАРОНЫ С СЫРОМ</b> масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	265	7,7	12,6	25,7	332
<b>БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ</b> джем из черной смородины, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	3,2	0,3	33,3	146
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		15,1	17,1	83,7	783
<b>Обед</b>					
<b>ОГУРЦЫ ПОРЦИОННО</b> огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,8	9
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	2,3	4,5	10,2	68
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ</b> соль йодированная, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт	90	12,8	12,1	8,7	194
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b> вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, соль, масло подсолнечное рафинированное	50	0,6	1,5	2,9	26
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	160	5,2	6,8	22,2	259
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, сахар песок	200	0,7		5,9	56
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		28,8	25,8	107,2	972
<b>Всего</b>		43,9	42,9	190,9	1755

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
18 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША "ДРУЖБА"</b> соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	210	7,1	15,6	32,8	274
<b>БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ</b> масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш. сорт, повидло яблочное, яйца куриные (шт.), сахар песок	140	6,2	5,3	43,4	261
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
<b>Итого</b>		15,6	22,6	85,5	592
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ"</b> яблоки, соль йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,7	5,1	7,1	76
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ</b> картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	4,1	2,3	16,1	121
<b>РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ</b> филе минтая, соль йодированная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое	100	13,1	6,6	4,3	147
<b>РИС ОТВАРНОЙ</b> крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	150		5,4	0,1	189
<b>НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		6	78
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		25,6	20,2	89,1	970
<b>Всего</b>		41,2	42,8	174,6	1610

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
19 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ</b> соль йодированная, крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	125	3,7	13,2	18,4	177
<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> творог 9%, сахар песок, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное	150	27,6	20,7	29,3	364
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, сахар песок	200	0,7		5,9	56
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт	50	3,6	1,4	23,4	118
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		<b>37,4</b>	<b>37,6</b>	<b>93,9</b>	<b>909</b>
<b>Обед</b>					
<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ</b> картофель, свекла, морковь красная, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	1,5	5,2	9,3	80
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	3	2,4	21,3	213
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ</b> соль йодированная, грудка куриная, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокочанная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста	250	29,9	6,7	20,1	281
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	7	82
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
<b>СЕЗОННЫЙ ФРУКТ</b> яблоки	200	0,7	0,7	17,3	183
<b>Итого</b>		<b>40,8</b>	<b>15,7</b>	<b>110,3</b>	<b>1005</b>
<b>Всего</b>		<b>78,2</b>	<b>53,3</b>	<b>204,2</b>	<b>1914</b>

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
20 июня 2024 г.  
"Страна чудес"  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ</b> соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	220	7,2	15,7	29,1	294
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,8	23,4	171
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b> печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
<b>Итого</b>		22,6	29,5	77,4	820
<b>Обед</b>					
<b>ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ</b> томаты грунтовые	80	0,8	0,2	2,8	16
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, сметана 20% жирности	200	2	6,3	10,3	151
<b>КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ</b> говядина б/к, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	250	14,2	13,8	33,3	383
<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b> аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		5	91
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		23,7	21,1	106,9	1001
<b>Всего</b>		46,3	50,6	184,3	1821

Повар \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
 21 июня 2024 г.  
 "Страна чудес"  
 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>КАША "ДРУЖБА"</b> масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, крупа гречневая ядрица, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	210	7,9	15,9	30,5	311
<b>БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ</b> молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, повидло яблочное, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная	140	6,2	5,3	43,4	261
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b> кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
<b>Итого</b>		16,4	22,9	83,2	678
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ-БАР (капуста, кукуруза, огурцы грунт)</b> кукуруза консервированная, огурцы грунтовые, сухарики, капуста белокачанная	80	1,6	0,3	7	35
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ</b> картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	4,1	2,3	16,1	86
<b>ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ</b> грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	90	34,6	6,4	4	250
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	160	3,7	7,4	22,5	215
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			4,5	72
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
<b>Итого</b>		50,6	17,2	109,6	1017
<b>Всего</b>		67	40,1	192,8	1694

Повар \_\_\_\_\_