



МЕНЮ

2 июня 2023 г.
"ДРУЖБА"
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,7	9
КОТЛЕТА МЯСНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ лук репчатый, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, морковь красная, хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт, сухари панировочные, свинина мясная	90	10,1	24,2	14,1	303
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	150	7,6	5,9	32,9	209
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич. формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		24,5	32,5	92,7	739
Обед					
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ помидоры грунтовые, огурцы грунтовые	80	0,7	0,1	2,3	14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль йодированная, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	1,6	3,5	6,7	63
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ соль йодированная, хлеб пшенич. формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, яйца куриные	90	11,5	8,4	10,7	225
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150	2,9	5	18,2	286
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	20,4	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич. формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
СОК ФРУКТОВЫЙ СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
Итого		22,3	17,7	93,6	929
Всего		46,8	50,2	186,3	1668

Повар _____



МЕНЮ
4 июня 2023 г.
"ДРУЖБА"
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	250	9,5	14	46,2	340
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,7	23,4	171
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	2	1,4	22,7	110
Итого		22,7	24,9	92,5	670
Обед					
САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ" морковь красная, яблоки, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, соль, лук репчатый	80	1,3	5,1	6,1	76
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ соль йодированная, картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, рыбн.консервы в масле.сайра бланширован.	200	4,8	2,3	14,2	148
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ соль йодированная, говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, вода питьевая	250	11,3	14,2	28,8	406
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ аскорбиновая кислота, апельсин, вода питьевая, сахар песок	200	0,2		23,4	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ БАНАН	200	0,7	0,7	15,7	74
Итого		23,1	22,2	107,8	966
Всего		45,8	47,1	200,3	1636

Повар _____