



## МЕНЮ 7-11 лет

## 1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1	
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,0	
Бутерброд с сыром	14/21	5,2	4,3	10,8	103,2	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0	
Итого за прием пищи	Цена комплекса 75руб.	520	26,2	34,5	88,2	787,3
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом лущеным, курой	250/10	10,8	5,5	16,5	172,5	
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	50/50	11,7	13,2	3,4	194,8	
Рис отварной круглый	150	3,6	4,2	37,2	201,4	
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6	
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	789	30,5	24,1	97,4	760,4
<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	
Рулет эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	410	10,7	13,4	70,1	467,6
Всего за день:			67,4	72,0	255,7	2 015,3

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.





2 неделя

## 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	45/45	9,6	25,4	2,6	277,9	
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	6,0	37,9	239,1	
Огурец свежий	31	0,2	0,0	0,6	3,3	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Оладьи 1 шт	35	2,1	2,4	14,0	86,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	551	22,7	34,7	85,5	744,9
<b>Обед</b>						
Солянка по-домашнему из птицы	250/15	4,4	4,8	9,6	103,9	
Котлета рыбная с соусом том. с овощ	50/50	6,5	6,0	12,1	129,6	
Картофельное пюре	150	3,4	5,3	22,3	150,4	
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	24	1,8	0,7	12,3	62,9	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	759	18,0	17,0	95,0	614,5
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Груша	160	0,6	0,5	16,5	75,2	
Булочка домашняя	30	2,2	3,8	13,3	96,2	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	390	2,8	4,3	50,0	259,4
Всего за день:			43,5	56,0	230,5	1 618,8

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.



2 неделя



## МЕНЮ 7-11 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Блинчики с вишней 2 шт	140	6,3	8,0	52,2	211,2	
Бутерброд с сыром	13/27	5,4	4,2	13,9	115,4	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	525	12,3	12,7	93,8	447,7
<b>Обед</b>						
Суп с макаронными изделиями с мясом	205	2,8	2,8	12,7	87,0	
Биточек Нежный	100	11,5	20,8	11,5	294,7	
Рагу овощное	150	2,7	11,1	12,9	163,3	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	59,2	
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	724	20,4	42,0	75,4	775,2
<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	
Хачапури с сыром	80	11,7	8,8	32,7	257,3	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	410	12,2	9,3	65,6	406,4
Всего за день:		44,9	64,0	234,8	1 629,3	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.





## МЕНЮ 7-11 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Биточек Сочный	90	12,3	16,1	13,1	260,4	
Картофельное пюре	150	3,4	5,3	22,4	151,0	
Помидор свежий	52	0,6	0,1	2,0	12,5	
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6	
Батон йодированный	27	2,0	0,8	13,9	70,7	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	539	18,5	22,3	66,6	557,2
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной	200/10	1,7	4,8	10,5	93,8	
Гуляш из птицы	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5	
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,0	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	43	2,8	0,5	14,4	74,8	
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	778	30,7	25,1	107,0	783,7
<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	
Рулет эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	410	10,7	13,4	70,1	467,6
<b>Всего за день:</b>			<b>59,9</b>	<b>60,8</b>	<b>243,7</b>	<b>1 808,5</b>

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.





## МЕНЮ 7-11 лет

5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Пудинг творожный с молоком сгущенным	130/20	22,0	21,0	48,5	471,4	
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	517	24,3	22,1	87,5	650,1
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский с курой и сметаной	200/10/10	5,1	3,5	14,2	111,9	
Тефтели Нежные с соусом красным основным	70/50	9,8	16,7	9,7	227,6	
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	6,0	37,9	239,1	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	
Батон йодированный	31	2,3	0,9	15,9	81,2	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	756	27,0	27,3	99,4	754,6
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Груша	160	0,6	0,5	16,5	75,2	
Булочка домашняя	30	2,2	3,8	13,3	96,2	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	390	2,8	4,3	50,0	259,4
Всего за день:		54,1	53,7	236,9	1 664,1	

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.