"Утверждаю"
ООО "ЛеМаС"
Директор _____/Лебедева М.С./

"Согласовано"
МАОУ "Гимназия №8" г. Перми
Директор _____/Димарчук А.Р./

Примерное меню (Сезон: Весенне - Летний)

ЛДО 2-х разовое питание детей 7-11 лет.

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.	Сумма, руб
Меню на 29.05.2023 года День 1							
ЗАВТРАК (7-11 лет)							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (2-Й ВАРИАНТ)	30	3,9	6,5	7,3	103,7	№62/ЕСТН2018	
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	7,3	8,5	24,8	204,4	№231/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200			9,3	37,2	№616/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
ПРЯНИКИ	1/50г	3,7	2,3	37,8	186,3	№589/п2013/5	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	100	1,9	8,9	7,7	118,5	№148/ЕСТН2018	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО	250/5	2,0	0,9	13,0	68,4	№92/ЕСТН2018/5	
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	16,1	14,7	5,7	219,8	№335/ЕСТН2018/5	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	180	6,8	6,7	43,3	260,2	№255/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200			24,0	96,0	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
Итого за день:	*1415,0*	50,4	49,7	222,7	1540,4		*285,00*
Меню на 30.05.2023 года День 2							
ЗАВТРАК (7-11 лет)							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	150/30	34,9	7,1	51,2	408,7	№285/ЕСТН2018	
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
БАНАН СВЕЖИЙ 1ШТ	1/250	2,3	0,8	31,5	141,8	№79/ЕСТН2018	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100	1,8	10,1	9,9	137,3	№1/ЕСТН2018/5	
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	90	14,2	6,2	6,7	139,7	№303/ЕСТН2018/5	
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ"	250/5	11,9	15,5	4,4	204,4	№108/ЕСТН2018/5	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ.	180	3,9	7,2	26,1	184,5	№374/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	24,6	103,8	№493/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
Итого за день:	*1445,0*	76,8	48,2	204,7	1559,3		*285,00*
Меню на 31.05.2023 года День 3							
ЗАВТРАК (7-11 лет)							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	5,1	4,6	0,3	62,8	№266/ЕСТН2018	
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	7,3	6,6	37,3	238,0	№229/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,3	5,0	36,5	208,1	№541/ЕСТН2018	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	№145/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250	2,9	3,0	20,8	121,2	№113/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90	24,1	20,7	0,5	285,1	№439/Диет.сб.М2	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200			24,0	96,0	№498/ЕСТН2018	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.	Сумма, руб
ШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
Итого за день:	*1367,0*	61,9	48,4	220,9	1566,7		*285,00*

Меню на 01.06.2023 года День 4

ЗАВТРАК (7-11 лет)

ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	1/170	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ, СО	180/40	23,4	12,0	56,1	426,4	№279/ЕСТН2018
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	200/20	0,1		13,1	52,8	№652/Диет.сб./М2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5

ОБЕД (7-11 ЛЕТ)

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	10,2	8,6	131,3	№47/ЕСТН2018
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	250/5	1,8	6,0	9,0	96,8	№101/ЕСТН2018/5
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	90	14,8	13,4	10,6	221,9	№341/ЕСТН2018/3
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,8	5,4	39,7	222,6	№384/ЕСТН2018/5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		29,7	121,3	№492/ЕСТН2018/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5
Итого за день:	*1475,0*	54,4	48,7	226,5	1562,1	*285,00*

Меню на 02.06.2023 года День 5

ЗАВТРАК (7-11 лет)

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ).	5		3,6	0,1	33,1	№76/ЕСТН2018
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	25,0	163,1	№233/ЕСТН2018/5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	20,0	120,1	№461/ЕСТН2018/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	5,0	3,2	3,5	62,8	№468/ЕСТН2018
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	3,9	29,0	168,0	№542/ЕСТН2018

ОБЕД (7-11 ЛЕТ)

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,4	0,1	1,1	6,8	№145/ЕСТН2018
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,4	12,4	16,8	216,6	№120/ЕСТН2018/5
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ 90Г	90	17,3	5,5	9,2	155,9	№369/ЕСТН2018/5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	180	6,8	6,7	43,3	260,2	№255/ЕСТН2018/5
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА(С	200	1,0	0,2	32,6	135,8	№599/Диет.
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5
Итого за день:	*1395,0*	60,6	44,9	230,4	1568,3	*285,00*

Меню на 05.06.2023 года День 6

ЗАВТРАК (7-11 лет)

БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-Й ВАРИАНТ)	45	6,8	9,1	9,7	147,8	№62/ЕСТН2018
КАША "ЯНТАРНАЯ".	200	8,4	11,4	39,5	294,5	№269/П2013/5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	4,0	0,5	24,2	117,5	№108/П2013/5
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	1/170	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018

ОБЕД (7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	8,2	3,5	91,2	№18/ЕСТН2018/5
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,3	1,1	17,5	89,5	№97/ЕСТН2018/5
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ -"ЁЖИКИ" 90/30	90/30	14,8	18,3	14,3	281,3	№350/ЕСТН2018/3
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ.	180/9	3,8	7,3	30,5	202,6	№150/ЕСТН2018/5
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,2	20,2	84,1	№485/ЕСТН2018/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5
Итого за день:	*1586,0*	47,6	57,5	214,9	1568,4	*285,00*

Меню на 06.06.2023 года День 7

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.	Сумма, руб
ЗАВТРАК (7-11 лет)							
ЛАТ ИЗ МОРКОВИ.	60	0,7	4,9	6,7	73,3	№21/ЕСТН2018	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,5	19,3	3,6	242,1	№267/ЕСТН2018	
ЧАЙ КАРКАДЕ	200			15,0	60,3	№461/ЕСТН/2018/	
ХЛЕБ 2 КУС.	2кус/60	4,7	0,7	25,7	128,4	№110/П2013/изд.5	
ПЕЧЕНЬЕ	1/35	2,6	3,4	26,0	145,5	№590/П2013/изд.	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,4	10,2	6,7	124,1	№2/ЕСТН2018	
СУП-КРЕМ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	5,5	7,9	17,4	162,6	№131/Диет.сб.М2	
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ.	100	14,5	7,2	3,3	136,1	№364/ЕСТН2018/5	
РИС ОТВАРНОЙ.	180	4,6	6,5	47,6	267,2	№384/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200			24,0	96,0	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
Итого за день:	***1395,0***	52,2	60,8	201,7	1564,0		***285,00***

Меню на 07.06.2023 года День 8

ЗАВТРАК (7-11 лет)							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	36,2	7,2	43,0	381,3	№278/ЕСТН2018/5	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,0	2,5	21,9	122,1	№464/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	1/170	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100	0,7	10,1	2,0	101,6	№15/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ)	250	5,7	4,3	21,9	149,3	№144/П2013/5	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 240Г	240	25,7	25,6	22,3	422,2	№327/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	24,6	103,8	№493/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
Итого за день:	***1420,0***	80,5	51,7	195,4	1569,3		***285,00***

Меню на 08.06.2023 года День 9

ЗАВТРАК (7-11 лет)							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ШОКОЛАДНОЕ)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	№76/ЕСТН2018	
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,8	7,9	29,4	211,8	№220/ЕСТН2018	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	5,7	5,4	34,8	210,4	№538/ЕСТН2018/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	1/170	0,6	0,6	14,7	66,6	№79/ЕСТН2018	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2,1	10,3	11,9	148,6	№42/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО	250/5	2,0	0,9	13,0	68,4	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	16,5	10,8	13,9	219,3	№347/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200			24,0	96,0	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
Итого за день:	***1462,0***	48,7	51,4	231,4	1582,9		***285,00***

Меню на 09.06.2023 года День 10

ЗАВТРАК (7-11 лет)							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ (1-Й ВАРИАНТ)	60	1,8	3,8	32,5	171,6	№70/ЕСТН2018	
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	5,1	4,6	0,3	62,8	№266/ЕСТН2018	
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,9	5,8	27,6	186,0	№232/ЕСТН2018	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	20,0	120,1	№461/ЕСТН2018/5	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.	Сумма, руб
ЛШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100	1,5	6,1	4,5	79,0	№5/ЕСТН2018	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250	2,9	3,0	20,8	121,2	№113/ЕСТН2018/5	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 250Г	250	23,3	15,9	45,4	417,7	№372/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6		29,7	121,3	№492/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40г.	3,1	0,6	14,9	77,2	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
Итого за день:	*1370,0*	54,1	43,5	234,3	1544,9		*285,00*

Меню на 13.06.2023 года День 11

ЗАВТРАК (7-11 лет)							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	5,0	3,2	3,5	62,8	№468/ЕСТН2018/5	
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,3	6,6	31,9	211,9	№226/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№457/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"	60	4,5	9,3	35,2	242,3	№540/ЕСТН2018	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	№145/ЕСТН2018/5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/5	2,0	6,0	11,3	107,6	№114/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ.	90	15,7	23,3	13,5	326,5	№206/М2003/4	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	180	6,8	6,7	43,3	260,2	№255/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200			18,6	74,4	№506/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
Итого за день:	*1445,0*	48,9	56,3	214,7	1561,1		*285,00*

Меню на 14.06.2023 года День 12

ЗАВТРАК (7-11 лет)							
СЫР СЫЧУЖНЫЙ ТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	25	6,4	6,5		84,3	№72/ЕСТН2018	
КАША "ДРУЖБА".	200	5,3	10,3	28,4	227,5	№225/ЕСТН2018	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		10,3	41,4	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60Г	60	4,2	7,1	37,0	228,1	№555/П2013/5	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ЯБЛОКАМИ	100	1,2	10,2	6,9	124,6	№3/ЕСТН2018/5	
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	200	7,5	9,9	13,5	173,3	№120/ЕСТН2018/5	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 90/50	90/50	8,8	10,0	9,4	162,2	№331/ЕСТН2018	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ.	180	3,9	7,2	26,1	184,5	№374/ЕСТН2018/5	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,0	0,1	25,2	105,4	№491/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
Итого за день:	*1412,0*	46,3	62,4	201,8	1553,7		*285,00*

Меню на 15.06.2023 года День 13

ЗАВТРАК (7-11 лет)							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (2-Й ВАРИАНТ)	30	3,9	6,5	7,3	103,7	№62/ЕСТН2018	
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	7,3	8,5	24,8	204,4	№231/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200			9,3	37,2	№616/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
ПРЯНИКИ	1/50г	3,7	2,3	37,8	186,3	№589/п2013/5	
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,4	0,1	1,1	6,8	№145/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ)	250	5,7	4,3	21,9	149,3	№144/П2013/5	
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	16,4	17,1	14,1	276,1	№337/ЕСТН2018	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.	Сумма, руб
ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,7	7,2	39,1	255,4	№204/ЕСТН2018/5	
Х ФРУКТОВЫЙ	200			24,0	96,0	№498/ЕСТН2018	
ЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	2,3	0,4	11,2	57,9	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	2,4	0,3	14,5	70,5	№108/П2013/5	
Итого за день:	***1320,0***	53,2	47,0	219,6	1514,1		***285,00***

Меню на 16.06.2023 года День 14

ЗАВТРАК (7-11 лет)

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	5,1	4,6	0,3	62,8	№266/ЕСТН2018/5	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10г	0,1	7,3	0,1	66,1	№76/ЕСТН2018	
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	5,6	6,9	33,3	217,4	№233/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,1	40,2	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	4,0	0,5	24,2	117,5	№108/П2013/5	
БАНАН СВЕЖИЙ 1ШТ	1/250	2,3	0,8	31,5	141,8	№79/ЕСТН2018	

ОБЕД (7-11 ЛЕТ)

ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	60	0,5	0,1	1,0	6,5	№146/ЕСТН2018	
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	250/5	1,8	6,0	9,0	96,8	№101/ЕСТН2018/5	
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С МАСЛОМ 240/5	240/5	30,4	32,8	34,2	553,7	№332/ЕСТН2018/5	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	18,9	77,6	№484/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	3,2	0,4	19,3	94,0	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40г.	3,1	0,6	14,9	77,2	№109/П2013/5	
Итого за день:	***1490,0***	56,3	60,2	196,8	1551,6		***285,00***