Наименование учреждения:

КГБОУ «Ачинский кадетский корпус имени Героя Советского Союза Г. Г. Голубева»

Утверждаю:

Директор Сурков Андрей Николаевич

Меню четырнадцатидневное

Для детей с круглосуточным пребыванием в учреждении

Возрастная категория: 9-11 классы

Сезон: осень-зима-весна

Меню составлено в соответствии с документом: Законодательное собрание Красноярского края Закон Красноярского края о кадетских корпусах и мариинских женских гимназиях от 26 мая 2016 года N 10-4565

Меню составлено на основании сборников рецептур:

- 1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.
- 2. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб.: Речь, 2008. 800 с.
- 3. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.

Утверждаю Директор Сурков Андрей Николаевич

МЕНЮ

9-11 класс

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
			Завтрак			
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 64	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 93	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 76	БУТЕРБРОД СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 70	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 93	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 76	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 64
КАША "ДРУЖБА" 250	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПИЕНА С ЯБЛОКАМИ) 250	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 250	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ 250	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 280	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 250	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
			Обед			
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 150	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 150	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 200	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 200	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ 150	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 200	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 200
БОРЩ С МЯСОМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 300	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ МЯСНОЙ 250	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 300	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (МЯСНОЙ) 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	СУП КУРИНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 300
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ 100	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 100	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 120	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ 100	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ 350	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ 150	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 280
СОУС СМЕТАННЫЙ №330 30	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 30	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 230	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 250	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С КАПУСТОЙ ТУШЕНОЙ) 250	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 250	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 230	COK В ACCOPTИМЕНТЕ 200	COK В ACCOPTИМЕНТЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	СОК В ACCOPTИMEHTE 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75
СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75
ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75					
			Полдник			
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 100	ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ 100	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ 250/30	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 100	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 80	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 280	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ 100

ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 300	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 300	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 300	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200				
Ужин										
ПОМИДОР ПОРЦИОННО (СВЕЖИЙ ИЛИ СОЛЕНЫЙ) 200	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ 200	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ 150	ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ 200	ОВОЩИ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ) 200	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ 150	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КАЛЬМАРАМИ 200				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 100	КАЛЬМАРЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 120	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ И ТОМАТАМИ 350	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ 120	СЕРДЦЕ В СОУСЕ 120	АЗУ 350	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ 150				
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 250	РИС С ОВОЩАМИ 250	ЧАЙ С САХАРОМ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250	РИС С ОВОЩАМИ 250	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЯЙЦОМ И КАПУСТОЙ 250				
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75				
			Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40				

УтверждаюДиректор
Сурков Андрей Николаевич

МЕНЮ

9-11 класс

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
			Завтрак			
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 93	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 76	БУТЕРБРОД СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 70	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 93	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 76	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 64	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 93
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 250	ОМЛЕТ С СЫРОМ 250	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 250	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ 250	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ 280	КАША БОЯРСКАЯ (ИЗ ПШЕНА С ИЗЮМОМ) 250
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
			Обед			
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 200	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ 150	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 200	ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ 200	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ 150	ОГУРЕЦ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЙ ИЛИ СОЛЕНЫЙ) 200	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 150
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ 300	СУП ГОРОХОВЫЙ (МЯСНОЙ) 250	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 300	СВЕКОЛЬНИК МЯСНОЙ 250	УХА ИЗ ГОРБУШИ 300	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (КУРИНЫЙ) 300
РЫБА ПОД МАРИНАДОМ 120/60	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 100	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 350	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 120	плов из птицы 280	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 350
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 250	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 250	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	РАГУ ОВОЩНОЕ 250	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200
СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75
ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	
			Полдник			
ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ 100	ЗРАЗЫ ТВОРОЖНЫЕ С ИЗЮМОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 250	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ 100	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ СО СМЕТАНОЙ 250/75	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ 100	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 80	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ 100
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 300	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 300	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 300	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 300
кисель из ягод 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200

V									
			Ужин						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ 200	ОВОЩИ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ) 200	ОГУРЕЦ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЙ ИЛИ СОЛЕНЫЙ) 200	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 200	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ 200	ОВОЩИ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ) 200	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 150			
ПТИЦА ОТВАРНАЯ 120	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО- РУССКИ 400	СЕРДЦЕ В СОУСЕ 120	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 150	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 150	ГОВЯДИНА, ТУШЕНАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ 120			
СОУС СМЕТАННЫЙ №330 30	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 250	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 250	СОУС СМЕТАННЫЙ №330 30	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250			
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 250	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 250	РИС С ОВОЩАМИ 250	ЧАЙ С САХАРОМ 200			
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75			
ХЛЕБ РЖАНОЙ 75		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ РЖАНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75				
			Ужин 2						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ 200			
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ 40			

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

Наименование блюда	Вых	од	Хик	иический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		60	2,6	20,2	18,0	264,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	24	24				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	36	36				
КАША "ДРУЖБА"		250	17,0	15,4	56,5	264,9
КРУПА РИСОВАЯ	13,64	13,5				
ПШЕНО	13,64	13,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,52	157,52				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7,5					
САХАР ПЕСОК	7,5					
СОЛЬ	0,6					
КАКАО С МОЛОКОМ	,	200	6,4	6,1	22,4	170,6
КАКАО-ПОРОШОК	9			-,-	,	, ,
САХАР ПЕСОК	15					
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150					
вода питьевая	50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50				,-	, .
			29,7	42,0	121,2	814,3
	(Обед				
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ						
(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		150	4,2	9,3	11,8	147,0
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	199,4	139,5				
САХАР ПЕСОК	3					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	9	9				
БОРЩ С МЯСОМ		250	10,3	20,2	18,1	225,5
ГОВЯДИНА Б/К	44,7	40,3			<u> </u>	
СВЕКЛА	51,6					
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,3	25				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5					
МОРКОВЬ	21	16,3				
КАРТОФЕЛЬ	116,67	70				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,8					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5					
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	5					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175					
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	1	120	15,3	12,6	12,4	224,1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	98,75		10,0	12,0	12,7	

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,1	22,1				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	27,9	27,9				
СОУС СМЕТАННЫЙ №330	21,0	30	0,4	1,1	1,9	22,5
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	0,4	1,1	1,0	22,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5				
СОЛЬ	0,2	0,2				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	· 1	250	14,1	30,2	57,5	161,7
КАРТОФЕЛЬ	364,1	218,5	, .	,-		, .
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	59,1	59,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,4	11,4				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	,	200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	· •			
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	75	75				
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	، ۳			I		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
Высш.сорт			<i>EE</i> 0	74.0	400.0	4 4 9 0 5
			55,8	74,8	189,6	1 189,5
	Пол	1ДНИК				
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ		100	8,7	4,2	51,0	275,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	58,6	58,6	5,.[.,	01,0	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1				
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,22 шт.	8,9				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	17,1	17,1				
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	26,6	26,6				
дрожжи	3,6	3,6				
соль	0,6	0,6				
ВАНИЛИН	0,1	0,1				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6		I		
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		400	1,6	1,6	38,0	182,4
ЯБЛОКО	454,5	400				
АПЕЛЬСИН	519,4	400				
ГРУША	444,4	400				
БАНАН	500,0	400			ابمد	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0	0	19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	67	67				
CAXAP RECOK	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2 200	0,2 200				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	40.0	o	400.4	- FOF F
			10,3	5,8	108,4	535,5
	y :	жин				
ПОМИДОР ПОРЦИОННО (СВЕЖИЙ ИЛИ СОЛЕНЫЙ)		200	2,2	0,4	27,5	167,8
ТОМАТЫ	211,5	200,8		I	<u> </u>	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	,-	100	15,8	14,9	13,6	168,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75	60		. 1,0	10,0	. 55,5
ГОВЯДИНА Б/К	41,7	37,5				
КРУПА РИСОВАЯ	14,3	14,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,9	8,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,4				

КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		250	7,6	10,3	45,2	214,3
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	25,3	25,3	•		•	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,4	9,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,8	63,8				
соль	1	1				
КАРТОФЕЛЬ	400	240				
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,1	5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5				
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200	3,5	0,2	53,4	232,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	68,7	68,7	•		•	
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	•	75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75	•		•	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	•	75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75	•			
	_		39,6	27,0	208,0	1 107,4
	Ужи	1н 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40				
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
пряник	40	40				
TIF 711 IVIIX						
ПЕЛІМІ			8,6	8,8	20,7	207,0

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	од	Химический состав			Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		90	11,6	22,4	19,1	337,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	41,3	38,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	12,7	12,7				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38,4	38,4				
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)		250	14,8	20,0	75,9	245,4
пшено	50	50				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60				
САХАР ПЕСОК	6	6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
ЯБЛОКИ	44	38,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	10	10				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,2	4,7	26,2	167,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9		- ,-			, , ,
САХАР ПЕСОК	15					
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	1				,0
	.		35,3	47,4	145,5	865,2
	C	Обед				
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		150	3,1	9,6	20,7	180,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	39,2	25,5				
КАРТОФЕЛЬ	200					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	9					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	_	300	8,3	13,0	37,2	146,2
КАРТОФЕЛЬ	160	96				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	18					
МОРКОВЬ	15,5					
лук РЕПЧАТЫЙ	14,3					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210				
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ		120	21,0	22,5	5,0	306,4
ГОВЯДИНА Б/К	117,45				3,0	, _
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,5					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,67	14				

ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	11	11				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,7	3,7				
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5,1	230	6,4	7,9	45,9	279,2
КРУПА ПЕРЛОВАЯ РАССВІПЧАТАЯ	71,2	70,5	0,4	7,9	43,9	219,2
	177	177				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ СОЛЬ	2,3					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,3 8,8	2,3 8,8				
	0,0		4.0	0.0	40.0	00.4
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	999	200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200				
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200		1	2.2	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	75	75				
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	<u> </u>				22.5	.=
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
Высш.сорт			50.0	54.4	400.7	4 204 0
			50,3	54,4	196,7	1 321,2
	Полд	дник				
ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ	<u> </u>	100	5,7	16,2	40,8	169,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	48,8	48,8	3,7	10,2	40,0	109,2
	0,06 шт.					
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) САХАР ПЕСОК		2,5				
СОЛЬ	1,7 0,9	1,7 0,9				
ДРОЖЖИ	2,6 50	2,6 50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ ЯБЛОКИ	10,7	9,4				
		9,4 5,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,6 6,3	6,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,3		4.0	4.0	00.5	400.0
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		300	1,2	1,2	28,5	136,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200				
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,6	0	21,0	88,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
САХАР ПЕСОК	20	20				
лимон	25	15				
			7,5	17,4	90,3	394,3
	Уж	ин				
	7 ///			1		
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И		200	5,1	12,1	67,3	336,5
ИЗЮМОМ	, 1			<u> </u>	<u>' </u>	
СВЕКЛА	111,1	83,3				
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	53,3	53,3				
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	53,3	53,3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	33,3	33,3				
КАЛЬМАРЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	1	150	22.0	4 41		158,7
	407.5		23,0	4,4	5,3	158,7
KAJEMAP (MSCO)	127,5	127,5				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	11,7	11,7				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,8	34,8				
СОЛЬ	0,4	0,4	1	,1	1	
РИС С ОВОЩАМИ	ļ .	250	3,5	17,4	55,9	292,4
КРУПА РИСОВАЯ	56,4	55,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155	155				

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,3	10,3				
МОРКОВЬ	66,7	50				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	59,6	50				
СОЛЬ	0,8	0,8				
кисель из ягод		180	0,2	0,1	23,0	95,4
СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ ЯГОДА (АССОРТИ)	30,93	30				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,8	5,8				
САХАР ПЕСОК	18	18				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			42,3	35,2	219,8	1 208,3
	Уж	кин 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40				
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
			144,0	163,2	673,0	3 996,0

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	од	Хим	иический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		60	2,0	13,6	25,6	232,1
повидло	21,04	21	`		·	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	15,6	15,6				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,4	23,4				
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		250	18,9	35,1	70,5	269,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,89 шт.	116,32				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	88,5					
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	11,5					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	41,4	26,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,5					
КАКАО С МОЛОКОМ		200	6,4	6,1	22,4	170,6
КАКАО-ПОРОШОК	9		-, .	-,.	,	,.
САХАР ПЕСОК	15					
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50		0,7	0,0	21,0	111,0
			31,0	55,1	142,8	786,9
		Обед	01,0			1
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		200	2,7	11,9	16,5	185,4
КАРТОФЕЛЬ	71,5			,•	, .	,.
СВЕКЛА	51,6					
МОРКОВЬ	38,7	30				
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	40	40				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,7	30				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	12	12				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ МЯСНОЙ		250	7,9	10,1	37,4	191,5
ГОВЯДИНА Б/К	36	30,4				<u> </u>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	208,6					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8					
МОРКОВЬ	1,9					
соль	1,5					
КАРТОФЕЛЬ	133,33					
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,1	5				
МОРКОВЬ	12,9					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6					
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	15					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5					
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		120	16,5	13,3	4,3	227,0

ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	95,5	88,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,2	7,2				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	13,9	13,9				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,6	41,6				
соль	0,5	0,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,2	1,2				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		230	12,4	11,6	56,0	377,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	102	100,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156,4	156,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,5	10,5				
соль	0,8	0,8				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200				
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	I	75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	75	75	, <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	· ·	· 1	,
ВЫСШ.СОРТ	73	, ,	54.0	40.0	202.4	4 000 0
	_		51,0	48,3	202,1	1 390,2
	Пол	ідник				
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ		250/30	4,1	11,7	60,2	202,5
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	242,5	242,5	_		_	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24	24				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	8	8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,4	1,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК	15 2,4	15 2,4				
ВАНИЛИН	0,002	0,002				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	0,002	400	1,6	1,6	38,0	182,4
ЯБЛОКО	454 5		1,0	1,0	30,0	102,4
АПЕЛЬСИН	454,5 519,4	400 400				
ГРУША	444,4	400				
БАНАН	500,0	400				
ЧАЙ С МОЛОКОМ	555,5	200	3,3	3,1	25,1	141,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5	3,3	3,1	23,1	141,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
CAXAP RECOK	20	20				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100				
	100	,,,,	9,0	16,4	123,3	526,5
	V	 ЖИН	0,0	. •,	. 20,0	220,0
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ		150	3,0	5,1	9,8	97,6
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	85,8	60	3,0	٦, ١	9,0	91,0
МОРКОВЬ	112,5	90				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5				
ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ И			[
ТОМАТАМИ		350	31,1	25,4	60,4	374,8
ГОВЯДИНА Б/К	214,4	181				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	55,6	46,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	50,4	50,4				

ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	59,1	58,3				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	354,88	283,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	14	14				
МОРКОВЬ	29,1	23,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	34,8	29,1				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	23,3	23,3				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,9	2,9				
САХАР ПЕСОК	7	7				
СОЛЬ	3,1	3,1				
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,5	0	20,5	83,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5	•			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			45,1	31,7	159,0	881,1
	Уж	ин 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	•		•	
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			144,7	160,3	647,9	3 791,7

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	од	Хим	иический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
БУТЕРБРОД СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		60	4,3	3,4	31,1	171,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30				
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ		250	7,6	10,5	46,2	283,7
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85	85				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125	125				
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,8	3,8				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,2	4,7	26,2	167,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9	9				
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	·
	•		20,8	18,9	127,8	737,8
		Обед		,	,	,
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		200	1,7	10,1	15,2	162,4
МОРКОВЬ	136,8		1,7	10,1	10,2	102,1
ЯБЛОКИ	97,9					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10					
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		300	17,5	20,6	23,8	202,8
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	106			20,0	20,0	202,0
КАРТОФЕЛЬ	180	108				
МОРКОВЬ	24,8					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,4	9,6				
КРУПА РИСОВАЯ	6,1	6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,6	4,6				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,6					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240				
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ		100	18,3	18,7	20,4	322,5
ГОВЯДИНА Б/К	92,6		,	,	,	,
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25,7					
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	11	11				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	26,3	26,3				

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7	7				1
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	'1	250	14,1	30,2	57,5	161,7
КАРТОФЕЛЬ СЕТТОРЕ	364,1	218,5	14,1	30,2	37,3	101,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2% ЖИРНОСТИ	59,1	59,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,4	11,4				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	, .	200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,0	0,2	10,0	00,4
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	•	75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	<u> </u>	75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	75	75		I	•	
ВЫСШ.СОРТ	73	73	20.4	24.0	201.0	4 0 7 0 4
			63,1	81,0	204,8	1 258,1
	ПОЛ	дник				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ		100	8,2	8,6	57,4	236,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	65,6	65,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2				
CAXAP ПЕСОК	11,6	11,6				
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	8,6	8,6				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6				
СОЛЬ	1	1				
ДРОЖЖИ	2,9	2,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,1 30	0,1 30				
	30	300	4.0	1,2	20 5	126.0
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ ЯБЛОКО	240.0		1,2	1,∠	28,5	136,8
АПЕЛЬСИН	340,9 389,6	300 300				
ГРУША	333,3	300				
БАНАН	375,0	300				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0,0,0	200	0	o	19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	67	67	<u> </u>	<u> </u>	19,4	77,4
CAXAP RECOK	20	20				
лимонная кислота	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
			9,4	9,8	105,3	450,7
	Ух	<u></u> КИН	•	· •	•	·
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	<u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	200	2,2	0,4	7,6	48,2
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	202,8	200,8	۷,۷	· · · · · ·	,,0	70,2
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	202,0	120	34,3	36,7	4,1	299,8
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	255,56	184	34,3	30,1	7,1	299,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	255,50	9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,93	7,5				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	9,3	9,3				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9				
ЧЕСНОК	1,06	0,9				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	5	5				
МОРКОВЬ	10	7,5				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		250	9,8	1,2	62,6	300,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	91,5	91,5				
соль	7,5	7,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200	3,5	0,2	53,4	232,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	68,7	68,7				

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			162,2	158,2	654,6	3 858,9
			8,6	8,8	20,7	207,0
ПРЯНИК	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ВАФЛИ	40	40				
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	•	_	•	
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	•	•	•	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
	Ужі	ин 2				
			60,3	39,7	196,0	1 205,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
САХАР ПЕСОК	20	20				

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

_	Вых	од	Хим	иический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		90	11,6	22,4	19,1	337,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	41,3	38,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	12,7	12,7				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38,4	38,4				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		280	8,4	21,2	96,2	318,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	196	196				
соль	2	2				
КРУПА МАННАЯ	14	14				
САХАР ПЕСОК	14	14				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,6	5,6				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,4	8,4				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	8,4	8,4				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	70	70				
КАКАО С МОЛОКОМ		200	6,4	6,1	22,4	170,6
какао-порошок	9		•	,	,	,
САХАР ПЕСОК	15					
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150				
вода питьевая	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	,	,	,	· · ·
	•		30,1	50,0	162,0	941,0
	C	Обед				
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ		150	9,7	9,5	15,9	188,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,3	17,9	•		`	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
КАРТОФЕЛЬ	113,7					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,3	5,3				
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	93,75	45				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (МЯСНОЙ)		250	8,0	12,1	22,5	173,2
ГОВЯДИНА Б/К	37,8	31,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	225					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,9					
МОРКОВЬ	2	1,6				
СОЛЬ	1,6					
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5					
КАРТОФЕЛЬ	83,33					
МОРКОВЬ	16,1	12,5				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5				
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ		350	42,9	46,5	50,5	329,0
ГОВЯДИНА Б/К	232,3	196	•	•	•	
КАРТОФЕЛЬ	498,17	298,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	17,5	17,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	7				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,3	5,3				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200				
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			72,1	69,5	176,8	1 099,0
	Пол	дник				
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		80	5,2	2,8	54,8	263,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,8	39,8	,	,	, <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	,
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,8	1,8				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,2				
СОЛЬ	0,6	0,6				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	2,7	2,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16				
повидло	40,1	40				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,2	0,2				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		400	1,6	1,6	38,0	182,4
ЯБЛОКО	454,5	400				
АПЕЛЬСИН	519,4	400				
ГРУША	444,4	400				
БАНАН	500,0	400				
ЧАЙ С САХАРОМ	_	200	0,5	0	20,5	83,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
САХАР ПЕСОК	20	20		1		
			7,3	4,4	113,3	528,8
	Уж	ин				
ОВОЩИ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ)		200	1,9	0,3	6,1	36,9
ТОМАТЫ	101,1	100			<u> </u>	
ОГУРЦЫ	101,1	100				
СЕРДЦЕ В СОУСЕ		120	16,6	6,4	5,6	153,3
ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ	109,5	99,6	,	• •		,-
МОРКОВЬ	3,2	2,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,9	2,4				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	13,6	13,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,1	4,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,6	40,6				
соль	0,5	0,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12				

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,2	1,2				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6	6				
ЧЕСНОК	0,7	0,6				
соль	3,6	3,6				
РИС С ОВОЩАМИ		250	3,5	17,4	55,9	292,4
КРУПА РИСОВАЯ	56,4	55,8	•			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155	155				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10,3	10,3				
МОРКОВЬ	66,7	50				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	59,6	50				
соль	0,8	0,8				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ		200	0,7	0,2	38,5	159,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	30	30				
КУРАГА	42	42				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			33,2	25,5	174,4	967,1
	Ух	кин 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40				
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			151,3	158,2	647,2	3 742,9

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	од	Хим	иический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак		_	_	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		60	2,0	13,6	25,6	232,1
повидло	21,04	21				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	15,6	15,6				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,4	23,4				
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ		250	13,1	17,7	42,9	278,6
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	37,1	37,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,5	85,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	127,4	127,4				
СОЛЬ	1	1				
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,1	8,1				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,2	4,7	26,2	167,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9	9				
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	·		•	
	•		24,0	36,3	119,0	793,2
		Обед	,		<u>'</u>	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ		200	3,3	3,7	16,9	114,0
ГОРОШКОМ		.===			·	
СВЕКЛА	231,33					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	34,62	22,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,5	3,5				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		250	9,8	14,3	47,9	175,6
ГОВЯДИНА Б/К	47,3					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,2	3,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8				
СОЛЬ	0,3	0,3				
КАРТОФЕЛЬ	142,86					
МОРКОВЬ	13,33					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9					
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5					
соль	2					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175				

DAN LEULE C GIALLAMA	1	150	22.4	16.0	47.0	308,3
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	141.0	150	23,4	16,2	17,9	308,3
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	141,8	95				
ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	27,5	27,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,5	7,5				
СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАРТОФЕЛЬНОЕ				40.0	40.0	252.0
ПЮРЕ С КАПУСТОЙ ТУШЕНОЙ)		250	6,5	10,0	40,2	258,3
КАРТОФЕЛЬ	229,3	137,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	40	40				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	131,3	105				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5				
МОРКОВЬ	6,6	5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,9	7,5				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5				
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9				
соль	0,9	0,9				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200				
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75	•	•	•	
			54,5	45,6	210,8	1 264,9
	Полд	дник				
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ		280	10,6	28,3	93,6	279,3
ТВОРОГ 9.0% ЖИРНОСТИ	203	203				
яблоки	76,4	67,2				
САХАР ПЕСОК	22,4	22,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,67 шт.	27				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	16,8	16,8				
ВАНИЛИН	0,1	0,1				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	11,2	11,2				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	11,2	11,2				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		300	1,2	1,2	28,5	136,8
ЯБЛОКО	340,9	300				
АПЕЛЬСИН	389,6	300				
ГРУША	333,3	300				
БАНАН	375,0	300				
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	3,3	3,1	25,1	141,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5		· · · ·	· [,
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
САХАР ПЕСОК	20	20				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100				
			15,1	32,6	147,2	557,7
	Уж	ин				
CA DATIAS MODICODIA O KVIKVOVOJA	T	150	3,0	5,1	9,8	97,6
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ			0,01	•,.,	-,-,	, -
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	85,8	60	0,0			,-

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5				
АЗУ	•	350	29,6	31,0	55,0	473,5
ГОВЯДИНА Б/К	151,9	128,3	•		•	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	12,5	12,5				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	16,3	16,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	32,1	26,9				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,5	5,5				
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	53,9	32,4				
КАРТОФЕЛЬ	375,83	225,5				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,6	0	21,0	88,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5	•	•	•	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
САХАР ПЕСОК	20	20				
лимон	25	15				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75			-	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	•	75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			43,7	37,3	154,1	984,7
	Уж	ин 2			-	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	<u> </u>			
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			145,9	160,6	651,8	3 807,5

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	од	Хим	Энерге- тическая		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		60	2,6	20,2	18,0	264,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	24	24		· · ·	·	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	36	36				
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		250	6,2	8,8	50,2	187,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125	125				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2				
САХАР ПЕСОК	2	2				
КАКАО С МОЛОКОМ		200	6,4	6,1	22,4	170,6
КАКАО-ПОРОШОК	9	9				
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	,	,	,	,
			18,9	35,4	114,9	736,6
	C	Обед	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	,	·	•
ОВОЩЕЙ		200	7,2	20,4	15,6	273,3
КАРТОФЕЛЬ	66,7	50				l .
МОРКОВЬ	56					
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	42	34				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	40	34				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	34					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	20					
СУП КУРИНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		300	11,5	14,5	56,4	268,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	56,9		,•	,.	33,1	200, 1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	236,3	236,3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,9					
МОРКОВЬ	2,3					
СОЛЬ	1,7	1,7				
КАРТОФЕЛЬ	160					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	18					
МОРКОВЬ	16,1	12				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,6					
соль	2,4					
плов из говядины	,	280	21,6	21,4	53,6	382,0

ГОВЯДИНА Б/К	179,15	151,2				
КРУПА РИСОВАЯ	58,9	58,3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,5	7,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,3				
МОРКОВЬ	20	14,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,3	149,3				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	· I	· •	· <u>1</u>	
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75		•		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	_	75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75	, <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>		· 1	,
	<u> </u>		51,8	57,7	213,5	1 332,4
	, -			, -		
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ	1103	1ДНИК 100	19,1	20,5	52,5	200,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,9	40,9	19,1	∠∪,ວ	52,5	∠∪∪,ŏ
САХАР ПЕСОК	2,8	2,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,3	1,3				
СОЛЬ	0,6	0,6				
ДРОЖЖИ	2,3	2,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,6	19,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	67,5	54				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,3	3,3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,4	1,4				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,6	0,5				
СОЛЬ	0,5	0,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,4	0,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		400	1,6	1,6	38,0	182,4
ЯБЛОКО	454,5	400	.,-	.,-		
АПЕЛЬСИН	519,4	400				
ГРУША	444,4	400				
БАНАН	500,0	400				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	, 1	200	0	0	19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	67	67	<u> </u>	<u> </u>	10,1	,,,,
CAXAP RECOK	20	20				
ЛИВОТА АНТОМИК	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
			20,7	22,1	109,9	460,6
	V	 КИН		,	100,0	100,0
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КАЛЬМАРАМИ		200	12,7	16,9	12,9	255,7
КАРТОФЕЛЬ	44,3	35,5	14,1	10,8	12,9	233,7
СВЕКЛА	33,9	25,5 25,5				
МОРКОВЬ	22,4	25,5 16,8				
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	40	24				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	36,9	24				
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	30	24				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	16	16				
соль	0,4	0,4				
КАЛЬМАР (МЯСО)	58,4	58,4				
КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ	, :	150	21,3	3,1	8,6	147,6
РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	178,9	120	21,0	٥, ١	0,0	1.47,0
I BIBATIMATTIOTI OEIETIAAT DEGTOTIODDI	170,3	120				

МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	45	ΛΕΙ				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	45 0,11 шт.	45 4,3				
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА		·				
ВЫСШ.СОРТ	13,5	13,5				
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЯЙЦОМ		250	15,8	15,0	45,7	184,0
И КАПУСТОЙ		230	13,0	15,0	45,7	104,0
КАРТОФЕЛЬ	351,33	210,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,9	11,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,57	24				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100,38	80,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,99 шт.	80				
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200	3,5	0,2	53,4	232,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	68,7	68,7				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			63,8	36,4	188,9	1 144,6
	Уж	кин 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В						
АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40				
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			163,8	160,4	647,9	3 881,2

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	Выход		Химический состав					
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	тическая ценность, ккал			
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		90	11,6	22,4	19,1	337,3			
СЫР РОССИЙСКИЙ	41,3	38,4		<u> </u>					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	12,7	12,7							
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38,4	38,4							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		250	6,1	21,4	51,9	271,8			
КРУПА РИСОВАЯ	37,1	37,1							
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,5	85,5							
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	127,4	127,4							
соль	1	1							
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9							
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,1	8,1							
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,2	4,7	26,2	167,7			
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9		,	,	,	,			
САХАР ПЕСОК	15	15							
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150							
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8			
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50			5,5	,•	, .			
			26,6	48,8	121,5	891,6			
		Обед	,_	,-	,-	, .			
 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	- 	200	9,1	18,5	13,9	259,1			
СВЕКЛА	200.1		9,1	10,5	13,9	239,1			
СЫР РОССИЙСКИЙ	209,1	162 30							
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10								
	10		4.7	44.5	00.0	100 0			
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ		300	4,7	11,5	39,0	130,2			
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,8								
КАРТОФЕЛЬ	116								
MOPKOBЬ	7,2	6							
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4								
ФАСОЛЬ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40								
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6								
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	228								
РЫБА ПОД МАРИНАДОМ		120/60	26,6	18,0	7,6	299,4			
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	191,79								
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5								
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5								
MOPKOBЬ	46,5								
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,2	9,2							
TOMATHAS FACTA	3,5								
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,7	5,7							

ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5				
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5				
СОЛЬ	0,5	0,5				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,8	6,8				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		250	14,1	30,2	57,5	161,7
КАРТОФЕЛЬ	364,1	218,5	· •		· •	· .
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	59,1	59,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,4	11,4				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	•	200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	, 1	, I	, <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	,
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.			3,0	•,,,	01,0	100,0
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	•	75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА			-,-	-,-		,-
ВЫСШ.СОРТ	75	75				
	•		66,0	79,6	205,9	1 259,1
	Поп		· · · · ·	, ,		,
	LIOII	дник				
ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ		100	5,5	4,0	53,1	269,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36	36				
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,8	1,8				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	2,7	2,7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	13,8	13,8				
ЯБЛОКИ	84,1	74				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	1	1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		300	1,2	1,2	28,5	136,8
ЯБЛОКО	340,9	300				
АПЕЛЬСИН	389,6	300				
ГРУША	333,3	300				
БАНАН	375,0	300				
кисель из ягод		180	0,2	0,1	23,0	95,4
СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ ЯГОДА (АССОРТИ)	30,93	30	•		•	
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,8	5,8				
САХАР ПЕСОК	18	18				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180				
			6,9	5,3	104,6	502,1
	Va					,
	K &	КИН				
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ		200	2,2	0,4	7,6	48,2
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	202,8	200,8				
ПТИЦА ОТВАРНАЯ		120	33,8	8,6	1,0	218,4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	194,4	172,8	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	4,8				
СОУС СМЕТАННЫЙ №330		30	0,4	1,1	1,9	22,5
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	-, .	-,-	.,-	,
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5				
СОЛЬ	0,2	0,2				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	-,_	250	13,8	14,1	77,4	342,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	62	62	10,0	17,1	,,,,	υ-τ∠ , Ι
милол отпыс моделии выош.согт	02	02				

соль	5	5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,3	8,3				
СЫР РОССИЙСКИЙ	34,3	33,3				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ		200	0,7	0,2	38,5	159,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	30	30	•	•	•	
КУРАГА	42	42				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75		•		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75		•		
			61,4	25,6	194,7	1 115,7
	Ужі	ин 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200		<u>.</u>	I.	
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40		<u> </u>		
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			169,5	168,1	647,4	3 975,5

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	од	Хим	ический с	состав	Энерге- тическая			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал			
Завтрак									
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		60	2,0	13,6	25,6	232,1			
повидло	21,04	21							
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	15,6	15,6							
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,4	23,4							
ОМЛЕТ С СЫРОМ		250	28,5	27,8	24,0	203,1			
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	4 шт.	161	•						
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	61,5	61,5							
СЫР РОССИЙСКИЙ	31,8	30,8							
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,5	11,5							
КАКАО С МОЛОКОМ		200	6,4	6,1	22,4	170,6			
КАКАО-ПОРОШОК	9	9							
САХАР ПЕСОК	15	15							
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150							
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8			
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	•	, ,	·	·			
			40,6	47,8	96,3	720,6			
		Обед	· ·	•	·	,			
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ		150	9,7	9,5	15,9	188,1			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,3		-,-	-,-	,.	,,,,,			
КАРТОФЕЛЬ	113,7	90,9							
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,3								
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	93,75	45							
СУП ГОРОХОВЫЙ (МЯСНОЙ)		250	11,4	7,0	18,1	183,5			
ГОВЯДИНА Б/К	38,03	32,1	· .	·	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	264,7	264,7							
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,1	1,8							
МОРКОВЬ	2,4								
соль	0,6								
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20,1	20							
КАРТОФЕЛЬ	75	45							
морковь	12,5	10							
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12								
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,1	2,1							
соль	0,6	0,6							
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ		100	16,9	17,0	7,1	267,5			
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	97,8		,-	, -	, -	,-			
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14,6								

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10,9	10,9				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	, [250	6,4	21,4	57,5	366,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	395,88	316,7		,.,	٠.,٠[333,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	16,5	16,5				
МОРКОВЬ	16,1	12,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,9	17,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5				
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	·	200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	<u>. </u>			· ·
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200	_	_		
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75	•			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА			3,5	0,5	30,5	172,5
ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			55,9	56,3	186,5	1 414,2
	Поп		,	, ,		,
	, 11011	дник				
ЗРАЗЫ ТВОРОЖНЫЕ С ИЗЮМОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		250	9,5	14,1	91,6	229,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	133,4	133,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21,4	21,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,33 шт.	13,5				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	33,4	33,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,4	13,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	9,4	9,4				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	50	50				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	•	400	1,6	1,6	38,0	182,4
ЯБЛОКО	454,5	400		,		,
АПЕЛЬСИН	519,4	400				
ГРУША	444,4	400				
БАНАН	500,0	400				
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	3,3	3,1	25,1	141,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5	-,-	-,.		, .
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100				
САХАР ПЕСОК	20	20				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100				
·			14,4	18,8	154,7	553,3
	Vw	<u>.</u>	<u> </u>		, 1	,
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , 	74111	ı	1	Г	
ОВОЩИ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ)		200	1,9	0,3	6,1	36,9
ТОМАТЫ	101,1	100				
ОГУРЦЫ	101,1	100				
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	101,1	400	22,7	24,8	94,9	384,5
ПО-РУССКИ РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	245,6	164,6				
КАРТОФЕЛЬ	390,5	234,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	17,7	17,7				
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	52,7	41,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,1	122,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	1,9				
МОРКОВЬ	2,7	1,9				
СОЛЬ	0,6	0,6				
	5,5	5,5				

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			155,1	158,0	648,0	3 725,2
			8,6	8,8	20,7	207,0
пряник	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ВАФЛИ	40	40				
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	•			
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	•			
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
	Уж	ин 2				
			35,6	26,3	189,8	830,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
CAXAP ПЕСОК	20	20				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5	•			
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,5	0	20,5	83,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5				
АТОЛОНАЯ КИСЛОТА	0,02	0,02				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,5	5,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,5	5,5				

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	Выход		иический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
БУТЕРБРОД СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		60	4,3	3,4	31,1	171,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30				
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ		250	11,0	23,3	81,9	359,8
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	48,5	48,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80,6	80,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	200,9	200,9				
соль	1	1				
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,1	8,1				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,2	4,7	26,2	167,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9	9			· · ·	
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	I		, , ,		
			24,2	31,7	163,5	813,9
		бед				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ		200	2,1	10,0	22,1	188,7
СВЕКЛА	173,1	134				
яблоки	59,2	52				
САХАР ПЕСОК	6	6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10	10				
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		300	17,5	20,6	23,8	202,8
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САРДИНЫ АТЛАНТИЧ.	106			· · ·	·	
КАРТОФЕЛЬ	180	108				
МОРКОВЬ	24,8					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,4	9,6				
КРУПА РИСОВАЯ	6,1	6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,6	4,6				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,6					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		350	12,3	41,9	15,0	308,6
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	218,61		,-	1 -		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4				
КАРТОФЕЛЬ	300	180				

МОРКОВЬ	45,4	34				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	12	12				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,8	20				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	8	8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	•	200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200			·	
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	75			, ,	, ,	,
ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			43,4	73,9	148,8	1 108,8
	Пол	ідник				
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ		100	29,1	21,9	73,7	326,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40,5	40,5	۷۶,۱	۷۱,۶	73,7	320,9
CAXAP RECOK	2,8	2,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,2	1,2				
СОЛЬ	0,6	0,6				
ДРОЖЖИ	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9				
КАРТОФЕЛЬ	54	40,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,7				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,2	0,2				
СОЛЬ	0,5	0,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,35	0,35				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	•	300	1,2	1,2	28,5	136,8
яблоко	340,9	300			,	
АПЕЛЬСИН	389,6	300				
ГРУША	333,3	300				
БАНАН	375,0	300				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	•	200	ol	0	19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	67	67	I		· · ·	,
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
	•		30,3	23,1	121,6	541,1
	Уу	жин -	•	· ·		
ОГУРЕЦ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЙ ИЛИ		200	1,6	0,2	5,0	27,9
СОЛЕНЫЙ)	<u> </u>		.,,	٥,٢	5,0	
ОГУРЦЫ	214,4	199,5 1 20	16,6	6,4	5,6	450.0
СЕРДЦЕ В СОУСЕ	400.5		16,6	6,4	اه,د	153,3
ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ	109,5	99,6				
МОРКОВЬ ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,2 2,9	2,4 2,4				
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	13,6	13,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		4,1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,1 40,6	40,6				
СОЛЬ	0,5	40,6 0,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	14,3	1,2				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6	6				
4ECHOK	0,7	0,6				
	5,7	5,5				

соль	3,6	3,6	1			
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	(10)	250	13,5	12,6	60,8	410,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	110,8	109,7				, ,
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,4	11,4				
СОЛЬ	0,8	0,8				
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200	3,5	0,2	53,4	232,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	68,7	68,7	•	•		
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75	•	•		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75	•	•	•	
			45,7	20,6	193,1	1 149,0
	Ужи	ін 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	•	•		
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	•		•	
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
ПЕЛПИК						
ПЕЯПИК			8,6	8,8	20,7	207,0

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	Выход		иический (состав	Энерге- тическая	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	
	3a	втрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		90	11,6	22,4	19,1	337,3	
СЫР РОССИЙСКИЙ	41,3	38,4	,	,	,,	,	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	12,7	12,7					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38,4	38,4					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ		250	6,9	9,0	33,9	243,8	
КРУПА МАННАЯ	37,3	37,3					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,6	110,6					
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5					
соль	1	1					
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,4	6,4					
КАКАО С МОЛОКОМ		200	6,4	6,1	22,4	170,6	
КАКАО-ПОРОШОК	9	9	,	<u>'</u>	,	,	
САХАР ПЕСОК	15						
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА			·	, -	,-	, .	
высш.сорт	50	50					
			28,6	37,8	99,7	866,5	
	C	бед					
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ		200	2,2	0,4	7,6	48,2	
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	202,8	200,8					
СВЕКОЛЬНИК МЯСНОЙ		250	8,4	19,3	28,5	204,7	
ГОВЯДИНА Б/К	37,8	31,9	·	·	,	·	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	225	225					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,9	1,6					
МОРКОВЬ	2	1,6					
соль	1,6	1,6					
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	7,1	7,1					
СВЕКЛА	80	64					
МОРКОВЬ	12,5	10					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,4	11,4					
КАРТОФЕЛЬ	88,33	53					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5					
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5					
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,4	3,4					
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ		120	10,8	20,7	12,5	214,4	
ГОВЯДИНА Б/К	114,8				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	· · ·	
МОРКОВЬ	3,4						
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,8						

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 1,4 1,4 1,4 1,4 1,4 1,4 1,4 1,4 1,4 1,4			1				
MACHO CARGINGO-ONBOOH RECOREHOE 1.4 1.4	МОРКОВЬ	8,5	6,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 33.2 33.2 СОТЬ 2.6 2.6 СОТЬ 2.6 2.6 СОТЬ 2.6 2.6 СОТЬ 2.6 2.6 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250 9.8 1.2 62.6 300.0 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250 7.7 7.3 7.5 7.6 7.0 1.0 0.2 19.6 83.4 6.0 6.0 6.0 6.0 6.0 6.0 6.0 6.0 6.0 7.0 1.9 8.3 4.0 9.8 1.2 6.2.6 300.0 9.8 3.3 4.0 9.3 3.3 4.2 4.0 1.0 0.2 1.9 8.3 4.2 4.0 1.0 0.2 1.0 1.0 1.0 1.0		1,4					
СМЕТНАЛ ТОК-ЖИРНОСТИ СОПЬ СОПЬ СОПЬ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250 9.8 1.2 62.6 300.0 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250 9.8 1.2 62.6 300.0 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250 7.5 7.5 7.6 7.7 8.7 8.7 8.7 8.7 8.7 8.7		1,4					
CORIS 2.6 2.6	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,2	33,2				
MAKAPOHH-BIE ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 250 9.8 1.2 62.6 300.0	СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	28	28				
МАКАРОНЫЕ ИДЕЛИЯ ВЫСШСОРТ 91.6 91.5 СОГЬ СОГЬ ОТВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 150 150 150 150 150 150 150 150 150	соль	2,6	2,6				
МАКАРОНЫЕ ИДЕЛИЯ ВЫСШСОРТ 91.6 91.5 СОГЬ СОГЬ ОТВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 150 150 150 150 150 150 150 150 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		250	9.8	1.2	62.6	300.0
СОЛЬ 7.5 Т.5 В ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 150 СОК ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 150 СОК ВАССОРТИМЕНТЕ 200 1.0 0.2 19.6 83.4 СОК ЯБПОНЬВИ 200 200 200 СОК МИТЬЕВАЙ 200 200 СОК МИТЬЕВАЙ 200 200 СОК МИТЬЕВАЙ 200 200 СОК МИТЬЕВАЙ 200 200 СОК КЕРИКОСВЫЙ 200 СОК КЕРИКОСВЫЙ 200 СОК ВОДЕНЬВИЕ СОВОЩАМИ 75 75 5.5 0.5 36.5 172.3 МИТЬЕВ ПЕРИЧНЫЙ 75 5.5 0.5 36.5 172.3 МИТЬЕВ ПЕРИЧНЫЙ 75 5.5 0.5 36.5 172.3 МИТЬЕВАЙ 200 СОКТАНОЙ 200 СОКТАНОЙ 200 СОКТАНОЙ 200 СОКТАНОЙ 200 200 СОКТАНОЙ 200 200 СОКТАНОЙ 200 СОКТАНОЙ 200 200 СОКТАНОЙ		91.5		-,-[.,-1		
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150 150 СОК В АССОРИМЕНТЕ 200 1,0 0,2 19,6 83,4 СОК ВИНОРАДНЫЙ 200							
СОК В АССОРТИМЕНТЕ 200 1.0 0.2 19.6 83.4 СОК ЯБПОННИИ 200 200 200 СОК ЯБПОННИИ 200 200 200 СОК ВИНОТРАДНЫЙ 200 200 200 СОК ВИНОТРАДНЫЙ 200 200 200 СОК ВИНОТРАДНЫЙ 200 200 200 СОК ВЕРИКОВЫЙ 200 200 200 СОК ЛЕРИКОВЫЙ 200 200 200 200 СОК ЛЕРИКОВЫЙ 200 200 200 200 200 200 200 200 200 20							
СОК ЯБПОЧНЫЙ 200 200 СОК ВИНОГРАДНЫЙ 200 200 СОК ВЕРИКОСОВЫЙ 200 200 СОК АВРИКОСОВЫЙ 200 200 200 СОК ВЕРИКОСОВЫЙ 200 200 СОК ВЕРИКОСКИЕ В 200 200 СОК В 200 200 СОК ВЕРИКОСКИЕ В 200 200 СОК ВЕРИКОСКИЕ В 200 200 СОК В 200 200 СОК В 200 200 СОК ВЕРИКОСКИЕ В 200 200 СОК В 200 200		150		1			
СОК ВИДНОГРАДНЫЙ 200 200 COK ПЕРОИКОВЫЙ 200 200 COK ПЕРОИКОВЫЙ 200 200 COK ПЕРОИКОВЫЙ 200 200 COK ЛЕРИКОСОВЫЙ 200 200 COK ЛЕРИКОСТИК 200 200 COK ЛЕРИКОСТИКОСТИК 200 200 COK ЛЕРИКОСТИК 200 200 C				1,0	0,2	19,6	83,4
СОК МУЛЬТИФРИТОВЫЙ 200 200 СОК ПЕРОИКОВЫЙ 200 200 СОК ЛЕВРИИКОВЫЙ 75 5,0 0,7 31,8 153,0 МІЛЕВ РУКАНОЛІШЕНИЧНЫЙ 75 5,5 0,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ РІКАНОЙ МИКА 75 75 5,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ ПІШЕНИЧНЫЙ 75 5,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ ПІШЕНИЧНЫЙ 75 5,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ ПІШЕНИЧНЫЙ 75 75 5,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ ПІШЕНИЧНЫЙ 75 5,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ ПІШЕНИЧНЫЙ 75 5,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ ПІШЕНИЧНЫЙ 75 5,5 0,5 0,5 36,5 172,3 МІЛЕВ ПІШЕНИЧНЫЙ 11,1 0,28 ШТ. 11,1 0,1 0,28 ШТ. 11,1 0,2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200				
СОК ВИБРИКОВЫЙ СОК ЛЕРИКОВОВИЙ СОК ЛЕРИКОСОВЫЙ 200 200 XINES PPKAH-ОЙ XINES PRKAH-ОЙ XINES PRKA	СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200 200 XЛЕБ РЖАНОЙ 75 5.0 0.7 31.8 153.0 XЛЕБ РЖАНОЙ 75 5.0 0.7 31.8 153.0 XЛЕБ РЖАНОЙ 100 75 5.0 0.7 31.8 153.0 XЛЕБ РЖАНОЙ ШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. ЖЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 75 75 5.5 0.5 36.5 172.3 XЛЕБ ПШЕНИЧНОЙ 75 75 75 XЛЕБ ПШЕНИЧНОЙ 75 75 75 XЛЕБ ПШЕНИЧНОЙ 75 75 5.5 0.5 36.5 172.3 XЛЕБ ПШЕНИЧНОЙ 75 75 75 XЛЕБ ПШЕНИЧНОЙ 75 75 75 XЛЕБ ПШЕНИЧНОЙ 75 75 75 TODAJHUK 3PA3Ы КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ 250/75 15.2 16.4 75.5 368.8 KAPTOФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ 250/75 15.2 16.4 75.5 368.8 KAPTOФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ 250/75 15.2 16.4 75.5 368.8 KAPTOGEN 200 28 11.4 MOPKOBS 33.4 26.6 KAPTOGEN 200 28 11.4 MOPKOBS 33.4 26.6 KAPTOGEN 200 28 11.4 MODROK ПАСТЕР, 3.2% ЖИРНОСТИ 15 15 15 MACIO СПАДКО-СПИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 5 XЛЕК КРИНЫЕ (ШТ) 0.28 шг. 11.4 MOROKO ПАСТЕР, 3.2% ЖИРНОСТИ 75 75 ФРЖТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1.6 1.8 38.0 182.4 ФРЖТВ АССОРТИМЕНТЕ 400 1.6 1.8 38.0 182.4 ФРЖТВ АССОРТИМЕНТЕ 400 1.6 1.8 38.0 182.4 КОМПОТ ИЗ ИЗКОМА И КУРАГИ 200 0.7 0.2 38.5 159.2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗКОМ) 30 30 30 00 0.7 0.2 38.5 159.2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗКОМ) 30 30 30 00 0.7 0.2 38.5 159.2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗКОМ) 30 30 30 00 0.7 0.2 38.5 159.2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗКОМ) 30 30 30 00 0.7 0.2 38.5 159.2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗКОМ) 30 30 30 00 0.7 0.2 38.5 159.2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗКОМ) 20 0.7 17.5 18.2 162.0 698.4 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2.7 11.7 13.1 170.4 СВЕКЛА 154.9 120 0.7 0.2 12.7 11.7 13.1 170.4 СВЕКЛА 154.9 120 0.7 0.7 0.2 18.7 11.7 13.1 170.4 СВЕКЛА 154.9 120 0.7 0.7 0.7 0.2 18.7 11.7 13.1 170.4 СВЕКЛА 154.9 120 0.7 0.7 0.7 0.7 0.2 18.7 11.7 13.1 170.4 СВЕКЛА 154.9 120 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ДРИКОСОВЫЙ 200 200 ХЛЕБ РУКАНОЙ 75 5.0 0.7 31.8 153.0 ХЛЕБ РУКАНОЙ 75 356.8 8 75 75 75 75 75 75 75 75 75 75 75 75 75 75 7	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ 75 5,0 0,7 31.8 153.0 ХЛЕБ РЖАНОГШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. 75 </td <td>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</td> <td>200</td> <td>200</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ 75 5,0 0,7 31.8 153.0 ХЛЕБ РЖАНОГШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. 75 </td <td>СОК АБРИКОСОВЫЙ</td> <td>200</td> <td>200</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
XIEB PRIZEHUH-IN 600				5.0	0.7	31.8	153.0
МИКРОНТРИЕНТАИМ ЖЛЕБ ПШЕНИЧН-ОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ ТОЛДНИК ПОЛДНИК ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ С О СМЕТАНОЙ КАРТОФЕЛЬ ВИДИ КУРИНЫЕ (ШТ) МОГКОВ КАРТОФЕЛЬ ВОВОВ			- '3	3,0	0,7	31,0	155,0
ЖЛЕБ ПШЕНИЧН-ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ ———————————————————————————————————	МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75					
ВЫСШ СОРТ 42,7 43,0 199,1 1 176,0 ПОЛДНИК ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ СО СМЕТАНОЙ 250,75 15,2 16,4 75,5 366,8 КАРТОФЕЛЬ 281,9 169,1 1 11,4 МОРОКОВ В 33,4 26,6 КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 7,9 57,5 МОЛОКО ПАСТЕР 9,2% ЖИРНОСТИ 18 15 МОЛОКО ПАСТЕР 9,2% ЖИРНОСТИ 19 10 10 11,4 МУКДО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 5 5 6 МЕТАН 1,6 38,0 182,4 4 4 4 400 1,6 1,6 38,0 182,4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4			75	5,5	0,5	36,5	172,3
SPA36 КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ 250/75		75	75				
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ СО СМЕТАНОЙ КАРТОФЕЛЬ ОС ОКМЕТАНОЙ ЗВИДА КУРИНЫЕ (ШТ.) О.28 шт. 11,4 МОРКОВЬ ЗЗ.4 26.6 КАЛУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 17,19 57,5 МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 15 15 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 15 11,4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 6 5 МОЛОКО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 7,75 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400 ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 КУРАГА 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗКОМ) 30 30 КУРАГА 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 1,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ В ОМЛЕТЕ 150 5,6				42,7	43,0	199,1	1 176,0
СО СМЕТАНОЙ 281.9 169.1 КАРТОФЕЛЬ 281.9 169.1 ЖИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0.28 шт. 11.4 МОРКОВЬ 33.4 26.6 КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 71.9 57.5 МОЛОКО ПАСТЕР. 3.2% ЖИРНОСТИ 15 15 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 6 ЖИДА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0.28 шт. 11.4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШСОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ 75 75 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1.6 1.6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454.5 400 АПЕЛЬСИН 519.4 400 ГРУША 444.4 400 БАНАН 500.0 400 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200 0.7 0.2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 КУРАГА 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОННЯЯ КИСЛОТА 0.2 0.2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 Т17,5 18,2 152,0 698,4 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2.7 11,7 13,1 170,4 СОВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ ВЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧАЯ ВЫСШСОРТ 5 5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШСОРТ 5 5		Пол	ідник				
КАРТОФЕЛЬ ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,28 шт. 11,4 МОРКОВЬ 33,4 26,6 КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 71,9 57,5 МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 15 15 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,28 шт. 11,4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,28 шт. 11,4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ 775 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400 ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 КУРАГА СУШЕНЫЙ (ИЗОМ) 30 30 КУРАГА (24 42 42 42 42 42 42 42 42 42 42 42 42 4			250/75	15,2	16,4	75,5	356,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0.28 шТ. 11,4 МОРКОВЬ 33,4 26,6 КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 71,9 57,5 МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 15 15 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 5 ЖИДА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,28 шТ. 11,4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 5 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЖЕЛЕВОКО 454,5 400 АПЕЛЬСИН 519,4 400 БАНАН 500,0 400 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200 0,7 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 КУРАГА 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 ТУЖИН 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БВ З ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧАЯ ВЫСШ СОРТ 5 5		281.0	160 1				
МОРКОВЬ 33,4 26,6 КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 71,9 57,5 МОЛОКО ПАСТЕР, 3,2% ЖИРНОСТИ 115 115 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,28 шт. 11,4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ 75 75 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ФРУКТ В АССОРТИВЕНТЕ 400 444,4 400 БАНАН 500,0 400 444,4 400 БАНАН 500,0 400 444,4 400 БАНАН 500,0 400 400 400 КУРАГА 42 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 20 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 ТУЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БВЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 5 5							
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ МОЛОКО ПАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 5 ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 5 СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400 ПРУША 404,4 400 ГРУША АН4,4 400 БАНАН 500,0 400 КУРАГА САХАР ПЕСОК ДОМОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 КУРАГА САХАР ПЕСОК ДОМОТНАЯ КИСЛОТА ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ПУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5 5							
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 15 15 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 ЖИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,28 шт. 11,4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ 75 75 ОРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400			· ·				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ ЯЙЦИ КУРИНЫЕ (ЦІТ) МОКЛ ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ ОБОВЕНЬЯ МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ ОБОВЕНЬЯ МОКРИСТИ МОКО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ ОБОВЕНЬЯ МОКОННОЕ НЕСОК ОБОВЕНЬЯ МОКОННОЕ НЕСОК ОБОВЕНЬЯ МОКОННОЕ НЕСОК ОБОВЕНЬЯ ОБОВЕНЬЯ ОБОВЕНЬЯ МОКОННОЕ НЕСОК ОБОВЕНЬЯ ОБОВЕНЬЯ ОБОВЕНЬЯ ОБОВЕНЬЯ ОБОВЕНЬЯ МОКОННОЕ НЕСОК ОБОВЕНЬЯ		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·					
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,28 шт. 11,4 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 10 10 МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ 75 75 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400	'						
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ ФРОКТ В АССОРТИМЕНТЕ ФРОКТ В АССОРТИМЕНТЕ ФРОКТ В АССОРТИМЕНТЕ ФРОКТ В АСС							
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 5 5 СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ 75 75 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400							
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ 75 75 ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 400 1,6 1,6 38,0 182,4 ЯБЛОКО 454,5 400 АПЕЛЬСИН 519,4 400 ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200 0,7 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 30 30 30 КУРАГА 42	МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5				
ЯБЛОКО 454,5 400 АПЕЛЬСИН 519,4 400 ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 КУРАГА 200 0,7 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 КУРАГА 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОНАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 Т7,5 18,2 152,0 698,4 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 5 5	СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	75	75				
ЯБЛОКО 454,5 400 АПЕЛЬСИН 519,4 400 ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 КУРАГА 200 0,7 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 КУРАГА 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОНАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 Т7,5 18,2 152,0 698,4 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ 5 5	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		400	1.6	1.6	38.0	182.4
АПЕЛЬСИН 519,4 400 ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200 0,7 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 КУРАГА 42 2 САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 Т17,5 18,2 152,0 698,4 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СОЛЕНЫМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5		454.5		-,-	-,-	,-	,
ГРУША 444,4 400 БАНАН 500,0 400 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200 0,7 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 3							
БАНАН 500,0 400 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ 200 0,7 0,2 38,5 159,2 ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) 30 30 КУРАГА 42 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 20 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 20 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 200 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5							
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) КУРАГА САХАР ПЕСОК ДО ДИМОННАЯ КИСЛОТА ВОДА ПИТЬЕВАЯ САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ СОЛЕНЫМИ СОРУРЦЬ СОЛЕНЫЕ ЛУК РЕПЧАТЫЙ ДОООООООООООООООООООООООООООООООООООО							
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) КУРАГА 42 42 42 САХАР ПЕСОК ДО ДИМОННАЯ КИСЛОТА ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 17,5 18,2 152,0 698,4 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ СОЛЕНЫМИ СОБЕКЛА ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 ДУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5		500,0					
КУРАГА 42 42 САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200			200	0,7	0,2	38,5	159,2
САХАР ПЕСОК 20 20 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5	·						
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,2 0,2 ВОДА ПИТЬЕВАЯ 200 200 УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 122,5 12<	КУРАГА						
ВОДА ПИТЬЕВАЯ УЖИН САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5	САХАР ПЕСОК	20	20				
Ужин САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ СВЕКЛА ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ОГУРЦЫ КОНСЕРВЫ ОГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ Т75 12,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 175, 18,2 152,0 698,4 170,4 200 2,7 11,7 13,1 170,4 140,0 150,0 170,4 170,4	ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
Ужин САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ СВЕКЛА ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЙ ТОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 17,5 18,2 152,0 698,4 170,1 170,4 1	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
Ужин САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 200 2,7 11,7 13,1 170,4 СВЕКЛА 154,8 120 ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 122,5 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 13 14 15 16,9 209,4 16,9 209,4 16<		I		17.5	18 2	152 0	698 4
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ СВЕКЛА ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ЛУК РЕПЧАТЫЙ ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 120 2,7 11,7 13,1 170,4 40 40 40 40 70 70 70 70 70 7		V	KNH 	17,0	10,2	102,0	000,1
СОЛЕНЫМИ СВЕКЛА ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ОГУРЦЫ КОНСЕРВЫ ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 15 170 24,4 17,0 16,9 209,4	CATATING CREKTISH C OFVEHAMIA			T	Т	T	
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ 40 40 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5			200	2,7	11,7	13,1	170,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ 12 10 ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5	СВЕКЛА	154,8	120				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5	ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	40	40				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 30,8 20 МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ 12 12 РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	30.8					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150 24,4 17,0 16,9 209,4 РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5							
РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ 175 122,5 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ 5 5				24.4	17 N	16 al	200 4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ 5 5		475		۲۳,۳	17,0	10,9	209,4
			122,5				
NИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 0,92 ШТ. 37,3			5				
	ЭИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,92 шт.	37,3				

МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	15	15				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7,5	7,5				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	•	250	14,1	30,2	57,5	161,7
КАРТОФЕЛЬ	364,1	218,5	•			
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	59,1	59,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11,4	11,4				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,6	0	21,0	88,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5	•		•	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
САХАР ПЕСОК	20	20				
лимон	25	15				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75	•			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75	•			
			52,3	60,1	176,8	955,1
	Ужи	1н 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	•		•	
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В		40	3,0	3,9	12,9	104,2
АССОРТИМЕНТЕ			•			
ПЕЧЕНЬЕ	40	40				
	40 40	40 40				
ПЕЧЕНЬЕ						
ПЕЧЕНЬЕ ВАФЛИ	40	40				
ПЕЧЕНЬЕ ВАФЛИ ЗЕФИР	40 40	40 40				
ПЕЧЕНЬЕ ВАФЛИ ЗЕФИР ШОКОЛАД	40 40 40	40 40 40	8,6	8,8	20,7	207,0

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

Наименование блюда	Вых	од	Хим	Энерге- тическая		
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		60	2,0	13,6	25,6	232,1
повидло	21,04	21		<u> </u>		·
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	15,6	15,6				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,4	23,4				
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ		250	5,8	13,3	40,3	210,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	165	165				
вода питьевая	85	85				
КРУПА РИСОВАЯ	15,1	15				
САХАР ПЕСОК	2	2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,2	4,7	26,2	167,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9	9				
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50		· ·		
	•	•	16,7	31,9	116,4	725,1
		 Обед				
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ		150	9,7	9,5	15,9	188,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,3	17,9	•	·	`	· · ·
КАРТОФЕЛЬ	113,7	90,9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,3	5,3				
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	93,75	45				
УХА ИЗ ГОРБУШИ		300	17,4	12,5	41,8	230,5
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	109,2	73,2			· ·	· · ·
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,9	15				
КАРТОФЕЛЬ	140	84				
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	9,1	9				
вода питьевая	256,6	256,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	6,4	6				
плов из птицы		280	29,8	45,3	49,8	372,5
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	189,31	136,3	,-	. , -	,-	, -
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	17,9					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,8					
МОРКОВЬ	18,7	14,9				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,7	3,7				
КРУПА РИСОВАЯ	65,3					

СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200			_	
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	7-	7.5	· L		· .	·
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	75	75	•		•	
ВЫСШ.СОРТ	75	73				
			68,4	68,7	195,4	1 199,8
	Поп	дник				
	11011					
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ		100	7,1	14,4	56,0	181,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	63	63				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2				
САХАР ПЕСОК	12	12				
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	15	15				
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	2	2				
СОЛЬ	0,6	0,6				
дрожжи	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,5	30,5				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		300	1,2	1,2	28,5	136,8
яблоко	340,9	300			· •	
АПЕЛЬСИН	389,6	300				
ГРУША	333,3	300				
БАНАН	375,0	300				
кисель из ягод	, <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	180	0,2	0,1	23,0	95,4
СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ ЯГОДА (АССОРТИ)	30,93	30	0,2	0,1	20,0	
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,8	5,8				
CAXAP RECOK	18	18				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180				
SOM (11111225, 01	1 100	100	8,5	15,7	107,5	413,8
			0,0	10,7	107,0	+10,0
	УЖ	кин				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И		200	E 4	40.4	07.0	000 5
изюмом		200	5,1	12,1	67,3	336,5
СВЕКЛА	111,1	83,3				
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ						
(КУРАГА)	53,3	53,3				
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	53,3	53,3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	8	8				
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		150	19,3	7,2	9,1	179,9
РЫБА МИНТАЙ ПОТРОШЕНАЯ БЕЗ ГОЛОВЫ	146,4	102,5	•		•	
МОРКОВЬ	38,8	30				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	40.5	40.5				
ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,5	12,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,42 шт.	17,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5				
СОУС СМЕТАННЫЙ №330		30	0,4	1,1	1,9	22,5
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	7,5	7,5	•			
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5				
соль	0,2	0,2				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ		250	5,2	11,9	40,8	291,2
КАРТОФЕЛЬ	391,3	234,8	- ,-	.,-	, -	- ,
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	51,8	43,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10,9	10,9				
The state of the s	10,0	. 5,5				

СОЛЬ	1,5	4 = [
	1,5					
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,5	0	20,5	83,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			41,0	33,5	207,9	1 238,8
	КК	кин 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200	•			
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	<u>'</u>			
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			143,2	158,6	647,9	3 784,5

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	Выход		Химический состав			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	тическая ценность, ккал	
	3a	втрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		60	2,6	20,2	18,0	264,0	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	24	24					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	36	36					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ		280	20,7	27,2	67,8	271,0	
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	196	196					
соль	2	2					
КРУПА МАННАЯ	14	14					
САХАР ПЕСОК	14	14					
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,6	5,6					
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,4	8,4					
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	8,4	8,4					
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	36,1	36,1					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,3	3,3					
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3					
вода питьевая	36,1	36,1					
САХАР ПЕСОК	5,6	5,6					
ВАНИЛИН	0,005	0,005					
КАКАО С МОЛОКОМ		200	6,4	6,1	22,4	170,6	
КАКАО-ПОРОШОК	9	9					
САХАР ПЕСОК	15	15					
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	50	50			•		
ВЫСШ.СОРТ			33,4	53,8	132,5	820,4	
		 Обед	33,4	33,0	132,3	020,4	
ОГУРЕЦ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЙ ИЛИ СОЛЕНЫЙ)		200	1,6	0,2	5,0	27,9	
ОГУРЦЫ	214,4	199,5					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		300	10,0	13,6	47,9	174,0	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	36		•			
КАРТОФЕЛЬ	90						
ПШЕНО	6,1	6					
МОРКОВЬ	16	12					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6					
соль	2,4	2,4					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240					

БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ		100	26,4	27,6	24,4	201,9
ГОВЯДИНА Б/К	87,3	73,7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	16,4	16,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	21,9	21,9				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9,1	9,1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,9	2,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,3	3,3				
РАГУ ОВОЩНОЕ		250	3,6	11,2	12,4	243,4
КАРТОФЕЛЬ	170,9	119,6	•		•	
МОРКОВЬ	63	50,5				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	93,9	75				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	19,1	12,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	59,6	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,1	2,1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1				
МОРКОВЬ	4	3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5	7,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,9	0,9				
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5				
соль	0,5	0,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10				
соль	2	2				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200				
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
Высш. 331 Т	<u> </u>		53,1	54,0	177,6	1 055,9
	Попл	 Дник		0 .,0	,•	
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	1.105.1	80	5,2	2,8	54,8	263,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,8	39,8	اع,ح	2,0	34,0	203,0
САХАР ПЕСОК	2,2	2,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,2 1,8	1,8				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,2				
СОЛЬ	0,03 Ш1.	0,6				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	2,7	2,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16				
ПОВИДЛО	40,1	40				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,2	0,2				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	-,-	400	1,6	1,6	38,0	182,4
ЯБЛОКО	454,5	400	1,0	1,5	33,0	102,7
АПЕЛЬСИН	519,4	400				
ГРУША	444,4	400				
БАНАН	500,0	400				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	230,0	200	o	О	19,4	77,4
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	67	67	<u> </u>	<u> </u>	10,4	11,4
CAXAP RECOK	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
		200	6,8	4,4	112,2	522,8
			٥,٥	<u> </u>	112,2	522,0

	Уж	ИН				
ОВОЩИ ПОРЦИОННО (СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ)		200	1,9	0,3	6,1	36,9
ТОМАТЫ	101,1	100				
ОГУРЦЫ	101,1	100				
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		150	22,9	18,6	20,2	339,7
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	147,8	99				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	21	21				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	27	21				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	12	12	1	1	1	
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		30	0,4	1,6	1,9	23,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,4	1,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4				
MOPKOBЬ	2,3	1,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5				
САХАР ПЕСОК	0,5 0,3	0,5				
СОЛЬ	0,3	0,3 0,3				
	0,3		2.5	47.4	55.0	202.4
РИС С ОВОЩАМИ	50.4	250	3,5	17,4	55,9	292,4
КРУПА РИСОВАЯ	56,4	55,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	155 10,3	155 10,3				
МОРКОВЬ	66,7	50				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	59,6	50				
СОЛЬ	0,8	0,8				
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	5,5	200	3,5	0,2	53,4	232,0
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	68,7	68,7	0,0	0,2	00,4	202,0
САХАР ПЕСОК	20	20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	•	75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75	, ,		, ,	,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	•	75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА			-,-	-,-		,
ВЫСШ.СОРТ	75	75	42,7	39,3	205,8	4 240 6
	Vwı	 ин 2	42,7	აშ,ა	205,0	1 249,6
, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	<i>3 /</i> N	111 2		ı		
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200		-	_	
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40			•	
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1	144,6	160,3	648,8	3 855,7
			, .	,.	0.0,0	

Директор Сурков А. Н.

МЕНЮ

9-11 класс

	Вых	од	Хим	Энерге- тическая		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		90	11,6	22,4	19,1	337,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	41,3	38,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	12,7	12,7				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	38,4	38,4				
КАША БОЯРСКАЯ (ИЗ ПШЕНА С		250	13,9	19,0	88,9	260,2
ИЗЮМОМ)		230	13,9	19,0	00,9	200,2
ПШЕНО	43,5	43,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	202,4	202,4				
САХАР ПЕСОК	5,6					
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	35	35				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,27 шт.	11				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	11	11				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	5,2	4,7	26,2	167,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9	9				
САХАР ПЕСОК	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50		<u> </u>		
			34,4	46,4	158,5	880,0
	C	Обед				
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ		150	13,6	21,5	4,9	268,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	15	15				
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	156,3	75				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	71,4	60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (КУРИНЫЙ)		300	11,5	11,9	51,6	262,7
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48,2	34,6				
вода питьевая	248,8					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2					
МОРКОВЬ	2,3					
СОЛЬ	1,8					
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24	24				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,8					
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,7	37,7				
СОЛЬ	0,7	0,7				
КАРТОФЕЛЬ	120					
МОРКОВЬ	16	12				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3				
СОЛЬ	2,4	2,4				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		350	37,6	38,5	53,7	332,7
говядина б/к	219,4	184,4	07,0	00,0	00,7	002,7
КАРТОФЕЛЬ	327,67	196,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28	23,4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	9,4	9,4				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,6	4,6				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	,	200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	.,-[-,-[, . [
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	200				
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	200				
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	200				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	7-		-,-1	- , -	, -	, .
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	75	75	•		•	
ВЫСШ.СОРТ	75	75				
			74,2	73,3	198,1	1 272,4
	Поп	дник			_	
	11031		2.1			
ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ	 	100	9,4	6,2	46,4	281,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	61,7	61,7				
CAXAP RECOK	4,3	4,3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,8	2,8				
СОЛЬ	0,8	0,8				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	2,8	2,8				
ВАДА ПОГРИНИ И С. (П.Т.)	30	30 16,8				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	0,42 шт.	6,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,2 0,2	0,2				
САХАРНАЯ ПУДРА	0,2	0,2				
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	0,7	300	1,2	1,2	28,5	136,8
ЯБЛОКО	340,9		1,2	1,2	20,5	130,0
АПЕЛЬСИН	340,9	300 300				
ГРУША	333,3	300				
БАНАН	375,0	300				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ	373,0	200	0,7	0.0	38,5	159,2
	201		0,7	0,2	30,5	159,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) КУРАГА	30 42	30				
CAXAP RECOK	20	42 20				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ВОДА ПИТВЕВАЛ	200	200	11,3	7,6	113,4	577,7
			11,3	7,6	113,4	5//,/
	Ух	кин				
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		150	4,3	7,8	9,0	122,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	219	142,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,5	7,5				
ГОВЯДИНА, ТУШЕНАЯ С	7,5		Τ	I	Τ	
ЧЕРНОСЛИВОМ		120	9,6	12,0	6,9	221,8
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	133,3	100				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,6	5,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	9,6	9,6				
СЛИВА СУШЕНАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	8,8	8,8		-		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	<u> </u>	250	9,8	1,2	62,6	300,0

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	91,5	91,5				
соль	7,5	7,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
ЧАЙ С САХАРОМ	-	200	0,5	0	20,5	83,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
САХАР ПЕСОК	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		75	5,0	0,7	31,8	153,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75	75				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		75	5,5	0,5	36,5	172,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	75	75				
	•		34,7	22,2	167,3	1 053,2
	Уж	ин 2				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	5,6	4,9	7,8	102,8
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
СНЕЖОК 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ		40	3,0	3,9	12,9	104,2
ПЕЧЕНЬЕ	40	40				
ВАФЛИ	40	40				
ЗЕФИР	40	40				
ШОКОЛАД	40	40				
ПРЯНИК	40	40				
			8,6	8,8	20,7	207,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			163,2	158,3	658,0	3 990,3