



## Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 1

**13 мая 2024**

| Наименование блюда  | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>  |              |                      |              |               |                                |
| ФРИТТАТА С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ<br>(Меланж яичный, Сыр, Ветчина, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)  | 150          | 11,47                | 21,45        | 10,99         | 283,61                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ   | 25           | 1,37                 | 0,74         | 9,88          | 51,88                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ<br>(Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)   | 180          | 0,27                 | 0,08         | 14,22         | 58,69                          |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ   | 100          | 0,4                  | 0,4          | 9,8           | 47                             |
| ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*   |              |                      |              |               |                                |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%   | 180          | 5,04                 | 4,56         | 23,4          | 154,8                          |
| <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>635</b>   | <b>18,55</b>         | <b>27,23</b> | <b>68,29</b>  | <b>595,98</b>                  |
| <b>Обед</b>   |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ<br>(Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)   | 60           | 0,6                  | 3,12         | 1,5           | 36,6                           |
| БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ВЕРМИШЕЛЬЮ И ЯЙЦОМ<br>(Томат - паста, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, П/ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ собственного производства) | 200/40       | 8,44                 | 5,16         | 17,68         | 152,32                         |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ<br>(Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Рис, Сметана, Соль)  | 250          | 8,75                 | 10,42        | 12,22         | 177,98                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ   | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)<br>(Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая)   | 180          | 0,2                  | 0,2          | 27,9          | 115                            |
| <b>Итого за Обед</b>  | <b>820</b>   | <b>22,34</b>         | <b>20,68</b> | <b>96,87</b>  | <b>666,03</b>                  |
| <b>Итого за день</b>  | <b>1 455</b> | <b>40,89</b>         | <b>47,91</b> | <b>165,16</b> | <b>1262,01</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 2

**14 мая 2024**

| Наименование блюда  | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У            |                                |
| <b>Завтрак</b>  |              |                      |              |              |                                |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ<br>(Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)  | 150          | 5,1                  | 7,5          | 8,9          | 123,5                          |
| ДЖЕМ В АССОРТИМЕНТЕ<br>ИЛИ ВАРЕНЬЕ ЯГОДНОЕ*   | 10           |                      |              | 6,2          | 25                             |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(Сыр, Батон)   | 25/10        | 3,67                 | 3,7          | 9,88         | 88,21                          |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>(Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)  | 180/5        | 0,27                 | 0,08         | 14,42        | 59,49                          |
| ГРУША СВЕЖАЯ<br>ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*  | 100          | 0,4                  | 0,3          | 10,3         | 47                             |
| МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%  | 200          | 5,6                  | 4,9          | 9,3          | 104                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>680</b>   | <b>15,04</b>         | <b>16,48</b> | <b>59</b>    | <b>447,2</b>                   |
| <b>Обед</b>   |              |                      |              |              |                                |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ<br>(Масло растительное, Огурцы соленые)   | 60           | 0,6                  | 3,12         | 1,5          | 36,48                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ<br>(Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль) | 200/15       | 6,77                 | 3,75         | 26,73        | 168,3                          |
| ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ<br>(Томат - паста, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Морковь, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)   | 100          | 10,23                | 11,2         | 15,6         | 204,12                         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)  | 150          | 3,6                  | 4,6          | 37,7         | 206                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ   | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07        | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5         | 97,93                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ   | 200          | 1,01                 | 0,18         | 20,6         | 88,06                          |
| <b>Итого за Обед</b>  | <b>815</b>   | <b>26,56</b>         | <b>24,63</b> | <b>139,7</b> | <b>887,09</b>                  |
| <b>Итого за день</b>  | <b>1 495</b> | <b>41,6</b>          | <b>41,11</b> | <b>198,7</b> | <b>1334,29</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 3

**15 мая 2024**

| Наименование блюда   | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|  |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>   |              |                      |              |               |                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ<br>(Сыр , Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)  | 150/10       | 7,72                 | 7,61         | 30,87         | 224,08                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ<br>(Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)  | 180          | 0,27                 | 0,08         | 14,22         | 58,69                          |
| БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ<br>(Батон, Ветчина)   | 25/10        | 3,09                 | 4,14         | 9,92          | 89,08                          |
| МАНДАРИН   | 100          | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 38                             |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%  | 180          | 5,04                 | 4,56         | 23,4          | 154,8                          |
| <b>Итого за Завтрак</b>  | <b>655</b>   | <b>16,92</b>         | <b>16,59</b> | <b>85,91</b>  | <b>564,65</b>                  |
| <b>Обед</b>  |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ<br>(Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)  | 60           | 0,12                 | 1,44         | 6,9           | 41,04                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ<br>(Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана , Соль) | 200/15/10    | 4,26                 | 7,3          | 9,72          | 121,4                          |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ<br>(Картофель очищенный, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)  | 250          | 28,17                | 26,83        | 22,33         | 443,33                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ  | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"<br>(Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)   | 180          | 0,04                 | 0,09         | 16,38         | 65,7                           |
| <b>Итого за Обед</b>   | <b>805</b>   | <b>36,94</b>         | <b>37,44</b> | <b>92,9</b>   | <b>855,6</b>                   |
| <b>Итого за день</b>   | <b>1 460</b> | <b>53,86</b>         | <b>54,03</b> | <b>178,81</b> | <b>1420,25</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 4

**16 мая 2024**

| Наименование блюда  | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>  |              |                      |              |               |                                |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ВАРЕНЬЕМ<br>(Творог, Яйцо, Варенье, Манная крупа, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль, Сухари панировочные) | 150/20       | 22,58                | 15,27        | 45,66         | 410,32                         |
| ИЛИ ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ (собственного производства) И ВАРЕНЬЕМ*   |              |                      |              |               |                                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>(Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)  | 200/5        | 0,3                  | 0,09         | 16            | 66,01                          |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ   | 25           | 1,37                 | 0,74         | 9,88          | 51,88                          |
| ГРУША СВЕЖАЯ  | 100          | 0,4                  | 0,3          | 10,3          | 47                             |
| ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*  |              |                      |              |               |                                |
| МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%  | 200          | 5,6                  | 4,9          | 9,3           | 104                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>700</b>   | <b>30,25</b>         | <b>21,3</b>  | <b>91,14</b>  | <b>679,21</b>                  |
| <b>Обед</b>   |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ<br>(Масло растительное, Огурцы свежие)  | 60           | 0,43                 | 3,06         | 1,5           | 35,4                           |
| СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ВЕРМИШЕЛЮ, ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ<br>(Цыплята бройлер, Яйцо, Батон, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)   | 200/15       | 2,15                 | 0,45         | 12,09         | 61,16                          |
| КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ<br>(Батон, Свинина, Вода питьевая, Говядина, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)  | 100          | 15                   | 19,8         | 11,8          | 286                            |
| КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО<br>(Картофель очищенный, Масло растительное)  | 150          | 2,4                  | 5,8          | 19            | 137,8                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ   | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ  | 200          | 1                    | 0,2          | 20,6          | 88,2                           |
| <b>Итого за Обед</b>  | <b>815</b>   | <b>25,33</b>         | <b>31,09</b> | <b>102,56</b> | <b>792,69</b>                  |
| <b>Итого за день</b>  | <b>1 515</b> | <b>55,58</b>         | <b>52,39</b> | <b>193,7</b>  | <b>1471,9</b>                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 5

\_17 мая 2024

| Наименование блюда  | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>  |              |                      |              |               |                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ<br>(Молоко , Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)                                | 150/5        | 6,85                 | 7,15         | 26,95         | 199,5                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ<br>(Какао порошок, Молоко , Вода питьевая, Сахарный песок)  | 180          | 3,69                 | 3,15         | 18,9          | 118,8                          |
| ИЛИ ЧАЙ*  |              |                      |              |               |                                |
| БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ<br>(Батон, Ветчина)  | 25/10        | 3,09                 | 4,14         | 9,92          | 89,08                          |
| ЗЕФИР   | 40           | 0,3                  |              | 29            | 117,2                          |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ   | 100          | 0,4                  | 0,4          | 9,8           | 47                             |
| ИЛИ ГРУШАЯ СВЕЖАЯ*  |              |                      |              |               |                                |
| <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>510</b>   | <b>14,33</b>         | <b>14,84</b> | <b>94,57</b>  | <b>571,58</b>                  |
| <b>Обед</b>   |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ<br>(Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)                          | 60           | 0,12                 | 1,44         | 5,16          | 34,08                          |
| СУП РЫБНЫЙ<br>(Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Соль)                                      | 200          | 4,96                 | 2,66         | 19,2          | 120,54                         |
| ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" (собственного производства) СО СМЕТАНОЙ<br>(Вода питьевая, Масло растительное, Сметана , Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" собственного производства) | 240          | 17,54                | 20,3         | 36,64         | 399,5                          |
| ИЛИ РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ<br>С ОТВАРНЫМ РИСОМ*   | 100<br>150   |                      |              |               |                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ   | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"<br>(Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)  | 180          | 0,04                 | 0,09         | 16,38         | 65,7                           |
| <b>Итого за Обед</b>  | <b>770</b>   | <b>27,01</b>         | <b>26,27</b> | <b>114,95</b> | <b>803,95</b>                  |
| <b>Итого за день</b>  | <b>1 280</b> | <b>41,34</b>         | <b>41,11</b> | <b>209,52</b> | <b>1375,53</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 6

-18 мая 2024

| Наименование блюда  | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>  |              |                      |              |               |                                |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(Пшеничка, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок, Соль)  | 150          | 5,6                  | 2,3          | 24,8          | 143                            |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ  | 40           | 5,1                  | 4,6          | 0,3           | 63                             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК<br>(Молоко, Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)   | 180          | 1,98                 | 3,42         | 20,07         | 118,8                          |
| ИЛИ ЧАЙ*  |              |                      |              |               |                                |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ   | 25           | 1,37                 | 0,74         | 9,88          | 51,88                          |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%   | 180          | 5,04                 | 4,56         | 23,4          | 154,8                          |
| БАНАН СВЕЖИЙ  | 180          | 2,7                  | 0,9          | 37,8          | 172,8                          |
| <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>755</b>   | <b>21,79</b>         | <b>16,52</b> | <b>116,25</b> | <b>704,28</b>                  |
| <b>Обед</b>   |              |                      |              |               |                                |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ<br>(Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)  | 60           | 0,72                 | 3,18         | 1,74          | 38,46                          |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ<br>(Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста квашенная, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль) | 200/15       | 3,92                 | 5,88         | 5,6           | 91                             |
| ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ<br>(Яйцо, Морковь очищенная, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Соль)   | 100          | 9,39                 | 6,4          | 26,13         | 199,56                         |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)  | 150          | 3,1                  | 5,4          | 20,3          | 141                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ   | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ  | 200          | 1                    | 0,2          | 20,6          | 88,2                           |
| <b>Итого за Обед</b>  | <b>815</b>   | <b>22,48</b>         | <b>22,84</b> | <b>111,94</b> | <b>742,35</b>                  |
| <b>Итого за день</b>  | <b>1 570</b> | <b>44,27</b>         | <b>39,36</b> | <b>228,19</b> | <b>1446,63</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 1

**20 мая 2024**

| Наименование блюда  | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>  |              |                      |              |               |                                |
| ФРИТТАТА С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ<br>(Меланж яичный, Сыр, Ветчина, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)  | 150          | 11,47                | 21,45        | 10,99         | 283,61                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ   | 25           | 1,37                 | 0,74         | 9,88          | 51,88                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ<br>(Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)   | 180          | 0,27                 | 0,08         | 14,22         | 58,69                          |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ   | 100          | 0,4                  | 0,4          | 9,8           | 47                             |
| ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*   |              |                      |              |               |                                |
| МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%  | 200          | 5,6                  | 4,9          | 9,3           | 104                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>655</b>   | <b>19,11</b>         | <b>27,57</b> | <b>54,19</b>  | <b>545,18</b>                  |
| <b>Обед</b>   |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ<br>(Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)   | 60           | 0,6                  | 3,12         | 1,5           | 36,6                           |
| БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ВЕРМИШЕЛЬЮ И ЯЙЦОМ<br>(Томат - паста, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, П/ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ собственного производства) | 200/40       | 8,44                 | 5,16         | 17,68         | 152,32                         |
| ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ<br>(Томат - паста, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)   | 250          | 14,33                | 10,5         | 20,33         | 233,17                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ   | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"<br>(Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)  | 180          | 0,04                 | 0,09         | 16,38         | 65,7                           |
| <b>Итого за Обед</b>  | <b>820</b>   | <b>27,76</b>         | <b>20,65</b> | <b>93,46</b>  | <b>671,92</b>                  |
| <b>Итого за день</b>  | <b>1 475</b> | <b>46,87</b>         | <b>48,22</b> | <b>147,65</b> | <b>1217,1</b>                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка





## Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 3

-22 мая 2024

| Наименование блюда   | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|  |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>   |              |                      |              |               |                                |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ВАРЕНЬЕМ<br>(Творог, Яйцо, Варенье, Манная крупа, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль, Сухари панировочные)                      | 150/20       | 22,58                | 15,27        | 45,66         | 410,32                         |
| ИЛИ ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ (собственного производства) И ВАРЕНЬЕМ*  |              |                      |              |               |                                |
| БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ<br>(Батон, Ветчина)   | 25/10        | 3,09                 | 4,14         | 9,92          | 89,08                          |
| ЧАЙ С САХАРОМ<br>(Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)  | 200          | 0,3                  | 0,09         | 15,8          | 65,21                          |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 100          | 0,4                  | 0,4          | 9,8           | 47                             |
| ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*  |              |                      |              |               |                                |
| <b>Итого за Завтрак</b>  | <b>505</b>   | <b>26,37</b>         | <b>19,9</b>  | <b>81,18</b>  | <b>611,61</b>                  |
| <b>Обед</b>  |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ<br>(Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)                                  | 60           | 0,12                 | 1,44         | 6,9           | 41,04                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ<br>(Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль) | 200/15       | 6,77                 | 3,75         | 26,73         | 168,3                          |
| КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ<br>(Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)   | 100          | 9,2                  | 7,2          | 5,8           | 124,8                          |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)   | 150          | 3,1                  | 5,4          | 20,3          | 141                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ  | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара)<br>(Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая)  | 180          | 0,2                  | 0,2          | 27,9          | 115                            |
| <b>Итого за Обед</b>   | <b>795</b>   | <b>23,74</b>         | <b>19,77</b> | <b>125,2</b>  | <b>774,27</b>                  |
| <b>Итого за день</b>   | <b>1 300</b> | <b>50,11</b>         | <b>39,67</b> | <b>206,38</b> | <b>1385,88</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 4

23 мая 2024

| Наименование блюда   | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|  |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>   |              |                      |              |               |                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ<br>(Сыр, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)   | 150/5        | 6,57                 | 6,13         | 30,87         | 205,91                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ  | 25           | 1,37                 | 0,74         | 9,88          | 51,88                          |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>(Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)   | 180/5        | 0,27                 | 0,08         | 14,42         | 59,49                          |
| ЗЕФИР  | 40           | 0,3                  |              | 29            | 117,2                          |
| ГРУША СВЕЖАЯ   | 100          | 0,4                  | 0,3          | 10,3          | 47                             |
| ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*   |              |                      |              |               |                                |
| МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%   | 200          | 5,6                  | 4,9          | 9,3           | 104                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>  | <b>705</b>   | <b>14,51</b>         | <b>12,15</b> | <b>103,77</b> | <b>585,48</b>                  |
| <b>Обед</b>  |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ<br>(Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)   | 60           | 0,96                 | 3,06         | 4,62          | 49,8                           |
| СУП РЫБНЫЙ<br>(Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)  | 200          | 4,96                 | 2,66         | 19,2          | 120,54                         |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ<br>(Томат - паста, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль, П/ф ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ собственного производства) | 100          | 10,29                | 13,25        | 12,99         | 210,52                         |
| КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО<br>(Картофель очищенный, Масло растительное)   | 150          | 2,4                  | 5,8          | 19            | 137,8                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ  | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ   | 200          | 1                    | 0,2          | 20,6          | 88,2                           |
| <b>Итого за Обед</b>   | <b>800</b>   | <b>23,96</b>         | <b>26,75</b> | <b>113,98</b> | <b>790,99</b>                  |
| <b>Итого за день</b>   | <b>1 505</b> | <b>38,47</b>         | <b>38,9</b>  | <b>217,75</b> | <b>1376,47</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 5

-24 мая 2024

| Наименование блюда  | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>  |              |                      |              |               |                                |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ<br>(Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)   | 150/5        | 5,65                 | 7,05         | 24,45         | 183,5                          |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(Сыр, Батон)   | 25/10        | 3,67                 | 3,7          | 9,88          | 88,21                          |
| КАКАО С МОЛОКОМ<br>(Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)   | 180          | 3,69                 | 3,15         | 18,9          | 118,8                          |
| ИЛИ ЧАЙ*  |              |                      |              |               |                                |
| МАНДАРИН  | 100          | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 38                             |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%   | 180          | 5,04                 | 4,56         | 23,4          | 154,8                          |
| <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>650</b>   | <b>18,85</b>         | <b>18,66</b> | <b>84,13</b>  | <b>583,31</b>                  |
| <b>Обед</b>   |              |                      |              |               |                                |
| САЛАТ "СЕЛЯНСКИЙ"<br>(Картофель очищенный, Петрушка свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Помидоры свежие)  | 60           | 0,82                 | 2,41         | 4,03          | 41,03                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ<br>(Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль) | 200/15/10    | 4,26                 | 7,3          | 9,72          | 121,4                          |
| КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ<br>(Яйцо, Батон, Свинина, Вода питьевая, Говядина, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)  | 100          | 14,52                | 18,2         | 8,55          | 250,98                         |
| РИС ОТВАРНОЙ<br>(Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)   | 150          | 3,7                  | 6,3          | 32,8          | 203                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ   | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"<br>(Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)  | 180          | 0,04                 | 0,09         | 16,38         | 65,7                           |
| <b>Итого за Обед</b>  | <b>805</b>   | <b>27,69</b>         | <b>36,08</b> | <b>109,05</b> | <b>866,24</b>                  |
| <b>Итого за день</b>  | <b>1 455</b> | <b>46,54</b>         | <b>54,74</b> | <b>193,18</b> | <b>1449,55</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка



## Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 6

-25 мая 2024

| Наименование блюда   | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|  |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>   |              |                      |              |               |                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ<br>(Молоко , Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)   | 150/5        | 6,85                 | 7,15         | 26,95         | 199,5                          |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ   | 40           | 5,1                  | 4,6          | 0,3           | 63                             |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ  | 25           | 1,37                 | 0,74         | 9,88          | 51,88                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК<br>(Молоко , Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)   | 180          | 1,98                 | 3,42         | 20,07         | 118,8                          |
| ИЛИ ЧАЙ*   |              |                      |              |               |                                |
| БАНАН СВЕЖИЙ   | 180          | 2,7                  | 0,9          | 37,8          | 172,8                          |
| <b>Итого за Завтрак</b>  | <b>580</b>   | <b>18</b>            | <b>16,81</b> | <b>95</b>     | <b>605,98</b>                  |
| <b>Обед</b>  |              |                      |              |               |                                |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ<br>(Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)   | 60           | 0,72                 | 3,18         | 1,74          | 38,46                          |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ<br>(Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана , Соль) | 200/15/10    | 4,34                 | 7,38         | 8,52          | 118,2                          |
| ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ<br>(Яйцо, Морковь очищенная, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Соль)  | 100          | 9,39                 | 6,4          | 26,13         | 199,56                         |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(Картофель очищенный, Молоко , Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)  | 150          | 3,1                  | 5,4          | 20,3          | 141                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ  | 40           | 2,73                 | 0,33         | 18,07         | 86,2                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 50           | 1,62                 | 1,45         | 19,5          | 97,93                          |
| СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ   | 200          | 1                    | 0,2          | 20,6          | 88,2                           |
| <b>Итого за Обед</b>   | <b>825</b>   | <b>22,9</b>          | <b>24,34</b> | <b>114,86</b> | <b>769,55</b>                  |
| <b>Итого за день</b>   | <b>1 405</b> | <b>40,9</b>          | <b>41,15</b> | <b>209,86</b> | <b>1375,53</b>                 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка