

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250		6,1	5,4	20,0	154,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,5	17,5	1,8	0,2	11,8	56,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			14,3	16,6	79,9	528,3
II Завтрак						
ЙОГУРТ	100		2,0	1,5	3,0	48,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2	1,5	3	48,0
			2,0	1,5	3,0	48,0
Обед						
СУП ПЕРЛОВЫЙ	250		4,0	3,9	18,4	124,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	18,94	18,75	1,6	0,2	12,1	57,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	62,5	62,5	1,7	1,6	2,9	32,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150		5,3	4,9	34,2	201,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,3	0,7	34,2	163,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	300,6	300,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	37,7
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ		80	12,2	14,0	3,1	187,3
ГОВЯДИНА Б/К	76,8	64,8	11,7	10,1	0	137,1
МОРКОВЬ	2,1	1,6	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,9	1,6	0	0	0,1	0,7
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	8,1	8	0,1	0	0,3	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,4	26,4	0	0	0	0,0
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		60	0,6	3,7	3,2	49,3
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	18,8	15	0,1	0	0,4	2,1
ЛИМОН	1	0,6	0	0	0	0,2
ЯБЛОКИ	20,6	14,4	0,1	0,1	1,4	6,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,6	0	32,4
МОРКОВЬ	16	12	0,2	0	0,8	4,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	17,6	15	0,2	0	0,6	3,6
ЧАЙ С САХАРОМ		15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
			26,5	26,7	101,6	752,9
Полдник						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			2,7	3,3	32,1	172,1
Ужин						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		200	5,0	8,1	27,8	204,8
КРУПА РИСОВАЯ	29,7	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	2,9	2,4	4,8	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0	0	3,7	14,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35	4,5	8,7	7,4	131,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15	3,5	4,4	0	54,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			13,9	17,2	77,8	526,1
Сонник						
КЕФИР		200	6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0

БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ		100	6,9	14,4	59,7	395,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	61,04	61,04	6,4	0,8	41,4	197,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	15,02	15,02	0	11,9	0,2	108,3
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	2	2	0	1,6	0	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1,5	1,5	0,2	0	0	1,2
ПОВИДЛО	8	8	0	0	5,1	20,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,5	30,5	0	0	0	0,0
			12,9	14,6	67,7	457,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,3	79,9	362,1	2 484,5

*ГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для детей с задержкой психического развития»*

Директор
Досуева Н.С.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200		5,9	8,0	26,7	202,5
КРУПА МАННАЯ	29,7	29,7	3	0,3	20,4	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,1	98,1	2,7	2,4	4,6	51,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			19,1	23,7	86,9	638,1
II Завтрак						
БАНАН	100		1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60		1,0	3,7	5,7	60,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,8
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЬИЙ СЛАДКИЙ	12	9	0,1	0	0,4	2,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,8	15	0,3	0	0,7	4,2
ЛУК ЗЕЛЕНЬИЙ	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,6	0	32,4
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	3	12,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,2
СУП ГОРОХОВЫЙ	200		5,1	3,6	14,9	112,8
КАРТОФЕЛЬ	53,3	40	0,8	0,2	6,3	29,9

ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С ПОДЛИВОЙ		150	8,6	18,8	39,2	360,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18,8	15,8	0,2	0	1,3	6,3
МОРКОВЬ	9,4	7	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,8	2,8	0,1	0	0,5	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,4	9,4	0	9,1	0	82,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	67,2	66,6	8,1	2,1	36,9	198,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,4	9,4	0	7,6	0,1	68,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99,8	99,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ		50	8,1	11,2	4,0	149,4
ГОВЯДИНА Б/К	43,84	37	6,7	5,7	0	78,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3	0	0	0,2	1,2
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	0,2	0,3	3,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/10 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД		200	0,1		26,9	110,2
КЛЮКВА	20,41	20	0,1	0	0,7	5,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9	0	0	6,8	27,4
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
			27,1	37,6	118,3	923,3
Полдник						
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
			0,8	1,0	23,2	106,2
Ужин						
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		150	15,3	11,7	11,5	212,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	91,8	64,3	11,3	11,4	0	148,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2	0	5	0	45,3
КАРТОФЕЛЬ	57,2	42,8	0,9	0,2	6,8	32,0
МОРКОВЬ	17,2	12,8	0,2	0	0,9	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,3	8,6	0,1	0	0,7	3,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	6,8	4,3	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,5	58,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,3	1	0	0	0,1	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,04	0,04	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНКОЙ		80	9,8	7,3	10,1	147,9
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	46	46	8,1	4	1,4	75,4
КРУПА МАННАЯ	3	3	0,3	0	2	9,6
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/20 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2	0,3	0	1,2	5,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,46	0,46	0	0	0	0,0

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2	2	0,1	0,3	0,1	4,0
МОЛОКО, СГУЩЕННОЕ СТЕРИЛИЗ 7,8% ЖИРНОСТИ	15	15	1	1,2	1,5	20,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			29,5	19,4	64,2	551,1
Сонник						
КЕФИР		200	6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,8	1,0	28,1	140,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,48	0,48	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,48	0,48	0	0	0	0,0
			10,8	1,2	36,1	202,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			88,8	83,4	349,7	2 517,1

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200		5,0	8,1	27,9	205,1
КРУПА РИСОВАЯ	29,7	29,7	2	0,3	21,3	95,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	2,9	2,4	4,8	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			13,2	19,3	87,8	579,4
II Завтрак						
ЙОГУРТ	100		2,0	1,5	3,0	48,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2	1,5	3	48,0
			2,0	1,5	3,0	48,0
Обед						
САЛАТ СВЕЖИЙ	60		0,6	3,7	1,5	41,9
САЛАТ	22,5	18	0,3	0	0,4	2,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	27	21,6	0,2	0	0,5	3,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	17,6	15	0,2	0	0,6	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,6	0	32,4
БОРЩ	200		2,2	3,3	7,1	66,4
СВЕКЛА	40	32	0,5	0	2,7	13,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30,4	24	0,4	0	1,1	6,5
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,1	5,4	20,3	141,0
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПОДЛИВА ТОМАТНАЯ		65	0,6	6,8	2,7	75,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		80	10,5	6,8	7,5	132,8
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	70,83	51	8	0,3	0	34,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,5	0,4	0,8	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,4	0	2,4	11,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,5	16,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	6,72	0,9	0,8	0	10,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			21,4	26,4	81,7	647,8
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			3,3	3,1	42,1	211,1
Ужин						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		155	5,6	4,8	31,9	194,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БЕФСТРОГАНОВ		100	15,6	22,1	5,9	293,5
ГОВЯДИНА Б/К	93,6	79	14,3	12,2	0	167,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,57	24	0,3	0	1,9	9,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20	20	0,5	2,9	0,7	40,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,9	4,9	3,6	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ЧАЙ С САХАРОМ		15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			22,3	31,9	56,4	608,5
Сонник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	211	5,9	5,1	9,8	110,5
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		100	6,6	12,4	55,8	360,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,17	64,17	6,7	0,8	43,6	207,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,4	0	2,3	11,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,85	14,85	0,1	11,9	0,1	107,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,7	1,7	0,2	0	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
			12,5	17,5	65,6	470,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,7	99,7	336,6	2 565,3

*ГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для детей с задержкой психического развития»*

Директор
Досуева Н.С.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ	250		6,1	5,4	20,0	154,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,5	17,5	1,8	0,2	11,8	56,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			19,3	21,1	80,2	589,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1 ВАРИАНТ)	100		0,9	6,2	5,3	82,1
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	31,25	25	0,2	0	0,6	3,5
ЛИМОН	1,67	1	0	0	0	0,3
ЯБЛОКИ	34,29	24	0,1	0,1	2,4	11,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
МОРКОВЬ	26,67	20	0,3	0	1,4	7,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	29,41	25	0,3	0,1	1	6,0
СУП ФАСОЛЕВЫЙ	200		4,3	4,4	14,9	117,6

КАРТОФЕЛЬ	57,1	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ФАСОЛЬ	16	16	3,3	0,3	7,3	46,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	13,3	10	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
ПЛОВ		150	17,2	17,1	25,2	324,0
ГОВЯДИНА Б/К	94	79	14,3	12,2	0	167,0
КРУПА РИСОВАЯ	34	34	2,3	0,3	24,4	109,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	10,67	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
КИСЕЛЬ		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
			26,7	28,1	100,9	767,0
Полдник						
ЙОГУРТ		150	3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			3,0	2,3	4,5	72,0
Ужин						
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ		150	3,6	4,6	37,7	206,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПОДЛИВА		65	14,9	19,1	2,7	242,4
ГОВЯДИНА Б/К	93,6	79	14,3	12,2	0	167,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ПТИЦА ЖАРЕНАЯ		50/50	15,5	11,5	3,6	180,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	107,14	75	13,3	13,4	0	173,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38	38	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13	0,3	1,9	0,5	26,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			38,4	35,6	86,6	818,7
Сонник						
КЕФИР С САХАРОМ		180	6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9

БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4,8	1,0	28,1	140,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5	4,1	0,5	26,1	124,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,48	0,48	0,1	0	0	0,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,48	0,48	0	0	0	0,0
			10,8	1,2	36,1	202,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			98,6	88,7	318,1	2 496,7

*ГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для детей с задержкой психического развития»*

Директор
_____ Досуева Н.С.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	250		7,4	10,0	33,4	253,2
КРУПА МАННАЯ	37,1	37,1	3,7	0,4	25,4	118,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80,6	80,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	122,6	122,6	3,5	3	5,7	64,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9	0	0	4,8	19,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,1	8,1	0	6,5	0,1	58,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			12,9	18,8	83,5	553,5
II Завтрак						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			3,0	2,3	4,5	72,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,9	3,1	5,3	53,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,2	47,3	0,9	0	2,1	12,8
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,8	5,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	3	12,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	3	0	27,0
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200		3,1	2,2	16,0	96,8
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,9	0,1	5,4	26,2
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130	2,5	0,5	19,8	94,0
КАРТОФЕЛЬ	172	129	2,5	0,5	20,4	96,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ		100	12,2	8,9	5,6	151,0
ГОВЯДИНА Б/К	58,8	49,4	8,9	7,7	0	104,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,4	9,4	0,7	0,3	4,7	23,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,1	14,1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,2	23,5	0,3	0	1,8	9,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,6	22,6	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,7	7,7	0,2	1,2	0,3	15,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ПОДЛИВА		65	14,9	19,1	2,7	242,4
ГОВЯДИНА Б/К	93,6	79	14,3	12,2	0	167,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
			38,0	34,2	92,0	827,5
Полдник						
БАНАН		100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Ужин						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		200	6,3	10,2	34,8	256,4
КРУПА РИСОВАЯ	29,1	29,7	2,5	0,4	26,7	119,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	3,6	3,1	5,9	66,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	4,8	19,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,1	6,5	0	6,5	0,1	58,8
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	5,1	9,9	8,4	149,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	18,3	17,1	4	5	0	62,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0	4,7	0	42,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	17,1	17,1	1,3	0,5	8,8	44,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			15,8	20,5	85,8	596,0
Сонник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	211	5,9	5,1	9,8	110,5
БУЛОЧКА К ЧАЮ		50	3,8	1,9	24,9	131,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2

МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	1,4	1,4	0	1,1	0	10,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
БЕЛОК МОЛОЧНЫЙ ПИЩЕВОЙ	13,27	13,27	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,35	0,35	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,8	11,8	0	0	0	0,0
			9,7	7,0	34,7	242,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,9	83,3	321,5	2 387,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1

*ГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для детей с задержкой психического развития»*

Директор
Досуева Н.С.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ	200		5,7	8,0	38,3	249,0
КРУПА РИСОВАЯ	42,6	42,6	2,9	0,4	30,6	137,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,7	2,3	4,5	50,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,8	3,0	24,4	141,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			14,8	19,7	97,8	630,3
II Завтрак						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			3,0	2,3	4,5	72,0
Обед						
СУП ПЕРЛОВЫЙ	200		3,2	3,0	14,8	99,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	15,2	15	1,4	0,2	9,7	45,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	150		5,4	4,8	34,6	203,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,4	0,7	34,5	165,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	300,6	300,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4,2	0	38,1
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100		15,3	17,5	3,8	234,2
ГОВЯДИНА Б/К	95,97	81	14,6	12,6	0	171,3

МОРКОВЬ	2,67	2	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0	0	0,2	0,8
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,3	0	1,6	8,1
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	10,1	10	0,1	0	0,4	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ		60	1,0	6,1	4,4	76,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	42	33,6	0,6	0	1,6	9,1
СВЕКЛА	18	14,4	0,2	0	1,3	5,8
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,1
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
			29,3	31,8	100,2	803,9
Полдник						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ		200	8,8	9,2	34,7	256,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	49	49	6	1,6	27,2	146,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,9	92,9	2,6	2,2	4,4	48,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	5,1	9,9	8,4	149,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	18,3	17,1	4	5	0	62,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0	4,7	0	42,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	17,1	17,1	1,3	0,5	8,8	44,8
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			18,3	19,5	85,7	596,3
Сонник						
КЕФИР С САХАРОМ		180	6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	10	39,9
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		100	6,6	12,4	55,8	360,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,17	64,17	6,7	0,8	43,6	207,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,4	0	2,3	11,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6

САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,85	14,85	0,1	11,9	0,1	107,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,7	1,7	0,2	0	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
			12,6	12,6	63,8	422,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			78,4	86,3	361,8	2 571,5

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ	250		6,1	5,4	20,0	154,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,5	17,5	1,8	0,2	11,8	56,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,1	0	0,8	3,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5	0,6	0,6	0	7,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,1	4,6	0,3	63,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,8	3,0	24,4	141,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			20,3	21,7	79,8	598,3
II Завтрак						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			3,0	2,3	4,5	72,0
Обед						
САЛАТ СВЕЖИЙ	60		0,6	6,1	1,4	63,0
САЛАТ	25,8	18,6	0,3	0	0,4	3,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,4	21	0,2	0	0,5	2,9
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	17,4	15	0,2	0	0,6	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
СУП ФАСОЛЕВЫЙ	200		4,3	4,4	14,9	117,6
КАРТОФЕЛЬ	57,1	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ФАСОЛЬ	16	16	3,3	0,3	7,3	46,3

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	13,3	10	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ		150	8,5	6,9	38,6	250,7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69,2	69,2	8,4	2,2	38,3	206,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,8	103,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
ПОДЛИВА		65	0,6	6,8	2,7	75,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ		60	12,4	16,2	0,3	196,3
ГОВЯДИНА Б/К	80,5	67,9	12,2	10,6	0	143,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	5,7	5,7	0,2	0,1	0,3	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7	0	5,5	0	49,7
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КИСЕЛЬ		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			30,7	40,8	113,4	946,3
Полдник						
БАНАН		100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАНАН	142,9	100	1,5	0,5	21	96,0
			1,5	0,5	21,0	96,0
Ужин						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ		200	2,3	3,9	11,5	90,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4	1,6	0,2	9,8	46,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,1	0	0,6	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,5	0,5	0	6,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ПТИЦА ОТВАРНАЯ		50	14,1	3,6	0,4	91,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	102,86	72	12,7	12,8	0	166,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2	0	0	0,2	0,8
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			20,8	7,9	54,5	371,6
Сонник						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		200/50/15	1,5	1,2	17,1	85,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		100	6,6	12,4	55,8	360,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,17	64,17	6,7	0,8	43,6	207,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,4	0	2,3	11,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,85	14,85	0,1	11,9	0,1	107,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,7	1,7	0,2	0	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
			8,1	13,6	72,9	445,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			84,4	86,8	346,1	2 529,6

*ГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для детей с задержкой психического развития»*

Директор
Досуева Н.С.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	250		8,2	12,1	30,4	262,4
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	37,1	37,1	4,5	2,2	22,2	126,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,5	85,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	127,4	127,4	3,6	3,1	5,9	66,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,9	4,9	0	0	4,8	19,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,1	8,1	0	6,5	0,1	58,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,8	3,0	24,4	141,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			17,3	23,8	89,9	643,7
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100		0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60		0,7	0,1	2,3	14,4
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	60,6	60	0,7	0,1	2,3	14,4
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250		1,8	5,6	10,1	102,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СВЕКЛА	50	40	0,6	0	3,4	16,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	38	30	0,5	0	1,4	8,1
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,1	5,4	20,3	141,0

КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПОДЛИВА		65	0,6	6,8	2,7	75,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		80	10,5	6,8	7,5	132,8
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	70,83	51	8	0,3	0	34,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,5	0,4	0,8	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,4	0	2,4	11,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,5	16,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/6 шт.	6,72	0,9	0,8	0	10,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			21,1	25,1	85,5	656,6
Полдник						
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,8	1,2	43,0	192,2
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ		150	5,5	4,8	31,3	191,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,4	0,7	34,9	167,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	300,6	300,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,25	5,25	0	4	0	36,3
ПОДЛИВА		65	0,6	6,8	2,7	75,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ		80	9,4	21,0	7,0	254,7
ГОВЯДИНА Б/К	37,1	31,3	5,6	4,9	0	66,2
СВИНИНА МЯСНАЯ	20,5	17,4	2,4	5,6	0	60,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,1	1,7	0	0	0,1	0,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,5	3,5	0,5	0	2,1	10,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,9	0,1	0,1	0	1,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11,3	11,3	0,7	0,1	4,7	22,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,7	8,7	0	7	0,1	63,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3

ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15			14,16	58,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			19,9	33,0	83,6	711,4
Сонник						
КЕФИР	200		6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
БУЛОЧКА К ЧАЮ	50		3,8	1,9	24,9	131,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	1,4	1,4	0	1,1	0	10,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42	0,3	0,3	0	3,7
БЕЛОК МОЛОЧНЫЙ ПИЩЕВОЙ	13,27	13,27	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1	1	0,1	0	0	0,8
ВАНИЛИН	0,03	0,03	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,35	0,35	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21	0,2	0,1	0	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,8	11,8	0	0	0	0,0
			9,8	2,1	32,9	193,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			70,3	85,6	344,7	2 444,8

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	200		5,9	8,0	26,7	202,2
КРУПА МАННАЯ	29,7	29,7	3	0,3	20,4	94,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,1	98,1	2,7	2,4	4,6	51,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0	0	3,7	14,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,8	3,0	24,4	141,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			15,0	19,7	86,2	583,5
II Завтрак						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			3,0	2,3	4,5	72,0
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1 ВАРИАНТ)	100		0,9	6,2	5,3	82,1
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	31,25	25	0,2	0	0,6	3,5
ЛИМОН	1,67	1	0	0	0	0,3
ЯБЛОКИ	34,29	24	0,1	0,1	2,4	11,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
МОРКОВЬ	26,67	20	0,3	0	1,4	7,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	29,41	25	0,3	0,1	1	6,0
СУП ГОРОХОВЫЙ	200		5,1	3,6	14,9	112,8
КАРТОФЕЛЬ	53,3	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0

ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ		150	17,2	17,1	25,1	323,2
ГОВЯДИНА Б/К	94	79	14,3	12,2	0	167,0
КРУПА РИСОВАЯ	34	34	2,3	0,3	24,4	109,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2
КИСЕЛЬ		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
			27,5	27,3	100,8	761,4
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			2,8	3,0	32,2	168,1
Ужин						
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ		150	3,6	4,6	37,7	206,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПОДЛИВА		65	0,6	6,8	2,7	75,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,81	20	0,3	0	1,6	8,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7	0	6,8	0	61,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10	10	0,4	0	1,2	6,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КУРИЦА ЖАРЕННАЯ		55	13,3	20,5	0,1	237,6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	107,14	75	13,3	13,4	0	173,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1	1	0	0,2	0	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			21,9	32,3	83,1	709,3
Сонник						
КЕФИР		200	6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
БУЛОЧКА ЗАКУСОЧНАЯ		60	4,5	1,7	30,3	154,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37,5	37,5	4	0,5	25,4	121,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,2
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КАРТОФЕЛЬ	17,5	14	0,3	0,1	2,2	10,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81	0,1	0,1	0	1,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	0,8	0,8	0	0	0	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0

ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,9	0,9	0,1	0	0	0,7
ТМИН	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0	0	0	0,0
			10,5	1,9	38,3	216,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			80,7	86,5	345,1	2 510,3

*ГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для детей с задержкой психического развития»*

Директор
Досуева Н.С.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ	200		6,6	9,7	24,3	209,9
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7	3,6	1,7	17,8	101,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,9	101,9	2,9	2,4	4,8	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25		1,1	8,4	7,5	110,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ	55		4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,9	2,5	24,8	134,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
			14,8	20,9	84,2	584,2
II Завтрак						
ЙОГУРТ	150		3,0	2,3	4,5	72,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	155	150	3	2,3	4,5	72,0
			3,0	2,3	4,5	72,0
Обед						
СУП РАССОЛЬНИК	200		2,3	3,4	11,1	84,0
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,6	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120		4,3	3,9	27,7	162,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,4	40,4	4,3	0,5	27,6	132,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	242,8	242,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80		11,9	13,7	2,5	181,0
ГОВЯДИНА Б/К	74,9	63,2	11,4	9,8	0	133,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6,4	6,4	0,2	0	0,8	4,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4	0	0	0	0,0
САЛАТ СВЕЖИЙ		60	0,6	6,1	1,4	63,0
САЛАТ	25,8	18,6	0,3	0	0,4	3,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	26,4	21	0,2	0	0,5	2,9
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	17,4	15	0,2	0	0,6	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			23,5	27,5	85,3	681,2
Полдник						
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			1,3	1,1	33,1	149,2
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,1	5,4	20,3	141,0
КАРТОФЕЛЬ	170,67	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БЕФСТРОГАНОВ		80	12,5	17,6	4,7	234,8
ГОВЯДИНА Б/К	74,9	63,2	11,4	9,8	0	133,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,9	19,2	0,3	0	1,6	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0	5,4	0	48,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	16	16	0,4	2,3	0,6	32,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПЩЕНИЧНЫЙ		55	4,2	0,3	27,6	130,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			20,0	23,4	67,6	566,1
Сонник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		100	6,6	12,4	55,8	360,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	64,17	64,17	6,7	0,8	43,6	207,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,38	3,38	0,4	0	2,3	11,0
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2	0	0	3,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	14,85	14,85	0,1	11,9	0,1	107,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01	0,3	0,2	0	3,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ СУХИЕ	1,7	1,7	0,2	0	0	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,5	28,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	211	5,9	5,1	9,8	110,5

	12,5	17,5	65,6	470,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	75,1	92,7	340,3	2 523,2