

МЕНЮ  
с 5 - 11 кл. ОБЗ, ДИ  
ДЕНЬ 2



21.12.2021

| Наименование блюда                                            | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                                                               | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| ЗАВТРАК 1                                                     |           |          |                   |         |             |                                  |
| каша молочная "Дружба" с маслом                               |           | 200/5    | 6,20              | 7,90    | 34,80       | 235,90                           |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                 | 16        | 16       | 1,1               | 0,2     | 11,4        | 61,70                            |
| ПШЕНО                                                         | 20        | 20       | 2,2               | 0,5     | 13,7        | 66,30                            |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ                                  | 103,2     | 103,2    | 2,9               | 3,2     | 4,8         | 60,00                            |
| САХАР ПЕСОК                                                   | 5,07      | 5,07     | 0                 | 0       | 4,8         | 19,80                            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                             | 1,07      | 1,07     | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                           | 5         | 5        | 0                 | 4       | 0           | 36,30                            |
| котлеты куриные                                               |           | 60/30    | 0,30              | 1,70    | 1,70        | 23,30                            |
| котлеты куриные п/ф 76/60                                     | 76        | 76       | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                          | 1,2       | 1,2      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,80                            |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                      | 1,4       | 1,4      | 0,2               | 0       | 1           | 4,80                             |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                                | 3         | 3        | 0,1               | 0       | 0,8         | 3,00                             |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                  | 0,7       | 0,59     | 0                 | 0       | 0           | 0,20                             |
| МОРКОВЬ                                                       | 2,3       | 1,84     | 0                 | 0       | 0,1         | 0,80                             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                             | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0,5     | 0           | 4,40                             |
| чай с лимоном                                                 |           | 200      |                   |         | 9,80        | 40,80                            |
| чай черный байховый                                           | 0,4       | 0,4      | 0                 | 0       | 0           | 0,20                             |
| САХАР ПЕСОК                                                   | 10        | 10       | 0                 | 0       | 8,7         | 38,70                            |
| ЛИМОН                                                         | 7,778     | 4,67     | 0                 | 0       | 0,1         | 1,60                             |
| СЫР ПОРЦИОННЫЙ                                                |           | 10       | 2,40              | 3,00    |             | 37,60                            |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)                                     | 11        | 10       | 2,4               | 3       | 0           | 37,60                            |
| Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского питания |           | 40       | 3,20              | 0,40    | 22,00       | 104,00                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ<br>ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.               | 40        | 40       | 3                 | 0,2     | 19,8        | 91,80                            |
| кисломолочный продукт для детского<br>питания                 |           | 150      |                   |         |             |                                  |
| кисломолочный продукт                                         | 150       | 150      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
|                                                               |           |          | 12,10             | 13,00   | 68,30       | 441,20                           |
| ОБЕД                                                          |           |          |                   |         |             |                                  |
| салат из свеклы с яблоками                                    |           | 60       | 0,60              | 3,00    | 6,90        | 63,60                            |
| СВЕКЛА                                                        | 40,8      | 32,64    | 0,5               | 0       | 2,8         | 13,30                            |
| ЯБЛОКИ                                                        | 25,7      | 25,7     | 0,1               | 0,1     | 2,4         | 11,70                            |
| САХАР ПЕСОК                                                   | 0,6       | 0,6      | 0                 | 0       | 0,6         | 2,30                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                             | 3         | 3        | 0                 | 2,9     | 0           | 26,20                            |
| Суп картофельный с горохом и гречихой                         |           | 250/15   | 7,80              | 4,60    | 32,80       | 202,80                           |
| КАРТОФЕЛЬ                                                     | 66,67     | 50       | 1                 | 0,2     | 8           | 37,30                            |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                  | 10        | 8,4      | 0,1               | 0       | 0,7         | 3,30                             |
| МОРКОВЬ                                                       | 16,25     | 13       | 0,2               | 0       | 0,8         | 4,80                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                             | 4         | 4        | 0                 | 3,9     | 0           | 34,80                            |
| ГОРОХ КОЛОТЫЙ                                                 | 20,13     | 20,03    | 4,5               | 0,3     | 9,3         | 68,10                            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                             | 2         | 2        | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| хлеб пшеничный обогащенный витаминами                         | 28,025    | 28,025   | 2                 | 0,2     | 13,7        | 64,40                            |
| рату оповное с отварным мясом                                 |           | 160      | 13,10             | 16,00   | 11,90       | 235,00                           |
| ГОВЯДИНА БЕЗ КОСТЕЙ                                           | 50,802    | 60,8     | 11                | 9,4     | 0           | 128,80                           |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                             | 0,6       | 0,6      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| КАРТОФЕЛЬ                                                     | 52,267    | 39,2     | 0,8               | 0,2     | 4,2         | 29,30                            |
| МОРКОВЬ                                                       | 30        | 24       | 0,3               | 0       | 1,8         | 8,10                             |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                  | 12,857    | 10,8     | 0,2               | 0       | 0,8         | 4,30                             |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                          | 28,125    | 22,5     | 0,4               | 0       | 1,1         | 6,10                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                             | 5,1       | 5,1      | 0                 | 4,9     | 0           | 44,40                            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                                 | 34        | 34       | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                      | 1,6       | 1,6      | 0,2               | 0       | 1,1         | 5,10                             |
| МОРКОВЬ                                                       | 2,8       | 2,24     | 0                 | 0       | 0,2         | 0,80                             |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                  | 0,8       | 0,67     | 0                 | 0       | 0,1         | 0,30                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                             | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0,5     | 0           | 4,40                             |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                                | 3,7       | 3,7      | 0,2               | 0       | 0,7         | 3,70                             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                             | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| чай с сахаром иш                                              |           | 200      |                   |         | 9,10        | 39,90                            |
| чай черный байховый                                           | 0,4       | 0,4      | 0                 | 0       | 0           | 0,20                             |
| САХАР ПЕСОК                                                   | 10        | 10       | 0                 | 0       | 8,7         | 38,70                            |
| Хлеб ржано - пшеничный для детского питания                   |           | 20       | 1,60              | 0,20    | 9,30        | 44,00                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 20        | 20       | 1,3               | 0,2     | 6,2         | 39,80                            |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского<br>питания |           | 30       | 2,40              | 0,30    | 16,50       | 78,00                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500<br>гр.               | 30        | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,8        | 68,80                            |
| СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ                                  |           | 200      | 1,00              | 0,20    | 20,00       | 92,00                            |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ 0,2 л                                      | 1 шт.     | 1        | 0                 | 0       | 0,1         | 0,40                             |
|                                                               |           |          | 26,50             | 23,30   | 105,10      | 744,90                           |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                                |           |          | 38,60             | 36,30   | 173,40      | 1 186,10                         |

Повар А. Асылыова Г.А.



**МЕНЮ  
с 1- 4 кл. ОВЗ, ДИ  
ДЕНЬ 2**

21.12.2021

| Наименование блюда                                         | Выход     |          | Химический состав |         |                | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|----------------|----------------------------------|
|                                                            | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы,<br>г |                                  |
| ЗАВТРАК 1                                                  |           |          |                   |         |                |                                  |
| каша молочная "Дружба" с маслом                            |           | 150,5    | 4,50              | 6,90    | 26,10          | 186,00                           |
| КРУПА РИСОВАЯ                                              | 12        | 12       | 0,8               | 0,1     | 8,6            | 38,80                            |
| ПШЕНО                                                      | 15        | 15       | 1,6               | 0,4     | 10,3           | 51,20                            |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ                               | 77,4      | 77,4     | 2,1               | 2,4     | 3,5            | 45,00                            |
| САХАР ПЕСОК                                                | 3,8       | 3,8      | 0                 | 0       | 3,7            | 14,70                            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,8       | 0,8      | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ                          | 5         | 5        | 0                 | 4       | 0              | 36,30                            |
| котлеты куриные                                            |           | 60/30    | 0,30              | 1,70    | 1,70           | 23,30                            |
| котлеты куриные п/ф 76/60                                  | 76        | 76       | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 1,2       | 1,2      | 0                 | 1,2     | 0              | 10,50                            |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                   | 1,4       | 1,4      | 0,2               | 0       | 1              | 4,60                             |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                             | 3         | 3        | 0,1               | 0       | 0,6            | 3,00                             |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                               | 0,7       | 0,59     | 0                 | 0       | 0              | 0,20                             |
| МОРКОВЬ                                                    | 2,3       | 1,84     | 0                 | 0       | 0,1            | 0,60                             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0,5     | 0              | 4,40                             |
| чай с лимоном                                              |           | 200      |                   |         | 9,80           | 40,50                            |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                        | 0,4       | 0,4      | 0                 | 0       | 0              | 0,20                             |
| САХАР ПЕСОК                                                | 10        | 10       | 0                 | 0       | 9,7            | 38,70                            |
| ЛИМОН                                                      | 7,778     | 4,67     | 0                 | 0       | 0,1            | 1,60                             |
| СЫР ПОРЦИОННЫЙ                                             |           | 10       | 2,40              | 3,00    |                | 37,50                            |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)                                  | 11        | 10       | 2,4               | 3       | 0              | 37,50                            |
| кисломолочный продукт для детского питания                 |           | 100      |                   |         |                |                                  |
| кисломолочный продукт                                      | 100       | 100      | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания |           | 40       | 3,20              | 0,40    | 22,00          | 104,00                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.               | 40        | 40       | 3                 | 0,2     | 19,5           | 91,90                            |
|                                                            |           |          | 10,40             | 12,00   | 59,60          | 391,30                           |
| ОБЕД                                                       |           |          |                   |         |                |                                  |
| салат из свеклы с яблоками                                 |           | 60       | 0,60              | 3,00    | 5,80           | 53,50                            |
| СВЕКЛА                                                     | 40,8      | 32,64    | 0,5               | 0       | 2,8            | 13,30                            |
| ЯБЛОКИ                                                     | 25,7      | 25,7     | 0,1               | 0,1     | 2,4            | 11,70                            |
| САХАР ПЕСОК                                                | 0,6       | 0,6      | 0                 | 0       | 0,6            | 2,30                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 3         | 3        | 0                 | 2,9     | 0              | 26,20                            |
| суп картофельный с горохом и грибами                       |           | 200/15   | 6,60              | 3,80    | 28,80          | 174,90                           |
| КАРТОФЕЛЬ                                                  | 53,333    | 40       | 0,8               | 0,2     | 6,3            | 29,90                            |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                               | 8         | 6,72     | 0,1               | 0       | 0,6            | 2,70                             |
| МОРКОВЬ                                                    | 13        | 10,4     | 0,1               | 0       | 0,7            | 3,50                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 3,2       | 3,2      | 0                 | 3,1     | 0              | 27,90                            |
| ГОРОХ КОЛОТЫЙ                                              | 16,1      | 16,02    | 3,6               | 0,3     | 7,5            | 46,50                            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 1,6       | 1,6      | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| хлеб пшеничный обогащенный витаминами                      | 28,025    | 28,025   | 2                 | 0,2     | 13,7           | 64,40                            |
| рагу овощное с отварным мясом                              |           | 160      | 13,10             | 15,00   | 11,90          | 235,00                           |
| ГОВЯДИНА БЕЗ КОСТЕЙ                                        | 60,802    | 60,8     | 11                | 9,4     | 0              | 128,50                           |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,6       | 0,6      | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| КАРТОФЕЛЬ                                                  | 52,267    | 39,2     | 0,8               | 0,2     | 6,2            | 29,30                            |
| МОРКОВЬ                                                    | 30        | 24       | 0,3               | 0       | 1,6            | 8,10                             |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                               | 12,857    | 10,8     | 0,2               | 0       | 0,9            | 4,30                             |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ                                       | 28,125    | 22,5     | 0,4               | 0       | 1,1            | 6,10                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 5,1       | 5,1      | 0                 | 4,9     | 0              | 44,40                            |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ                                              | 34        | 34       | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                   | 1,6       | 1,6      | 0,2               | 0       | 1,1            | 5,10                             |
| МОРКОВЬ                                                    | 2,8       | 2,24     | 0                 | 0       | 0,2            | 0,80                             |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                               | 0,8       | 0,67     | 0                 | 0       | 0,1            | 0,30                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0,5     | 0              | 4,40                             |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                             | 3,7       | 3,7      | 0,2               | 0       | 0,7            | 3,70                             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0       | 0              | 0,00                             |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания |           | 30       | 2,40              | 0,30    | 16,50          | 78,00                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.               | 30        | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6           | 68,90                            |
| Хлеб ржано - пшеничный для детского питания                |           | 20       | 1,60              | 0,20    | 9,20           | 44,00                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                | 20        | 20       | 1,3               | 0,2     | 8,2            | 39,60                            |
| Чай с сахаром шк                                           |           | 200      |                   |         | 9,10           | 39,90                            |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                        | 0,4       | 0,4      | 0                 | 0       | 0              | 0,20                             |
| САХАР ПЕСОК                                                | 10        | 10       | 0                 | 0       | 9,7            | 38,70                            |
| СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ                               |           | 200      | 1,00              | 0,20    | 20,00          | 92,00                            |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ 0,2 л                                   | 1 шт.     | 1        | 0                 | 0       | 0,1            | 0,40                             |
|                                                            |           |          | 25,30             | 22,50   | 101,30         | 717,30                           |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                             |           |          | 35,70             | 34,50   | 160,90         | 1 108,60                         |

Повар Асыллова Г.А.



**МЕНЮ**  
с 1-4 кл. ММС, Лыготное питание  
**ДЕНЬ 2**

21.12.2021

| Наименование блюда                                         | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                                                            | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| ЗАВТРАК 1                                                  |           |          |                   |         |             |                                  |
| каша молочная "Дружба" с маслом                            |           | 150/5    | 4,50              | 6,90    | 26,10       | 186,00                           |
| КРУПА РИСОВАЯ                                              | 12        | 12       | 0,8               | 0,1     | 8,6         | 38,80                            |
| ПШЕНО                                                      | 15        | 15       | 1,6               | 0,4     | 10,3        | 51,20                            |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ                               | 77,4      | 77,4     | 2,1               | 2,4     | 3,5         | 45,00                            |
| САХАР ПЕСОК                                                | 3,8       | 3,8      | 0                 | 0       | 3,7         | 14,70                            |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,8       | 0,8      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                           | 5         | 5        | 0                 | 4       | 0           | 36,30                            |
| котлеты куриные                                            |           | 60/30    | 0,30              | 1,70    | 1,70        | 23,30                            |
| котлеты куриные п/ф 76/60                                  | 76        | 76       | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 1,2       | 1,2      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,50                            |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                   | 1,4       | 1,4      | 0,2               | 0       | 1           | 4,60                             |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                             | 3         | 3        | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,00                             |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                               | 0,7       | 0,59     | 0                 | 0       | 0           | 0,20                             |
| МОРКОВЬ                                                    | 2,3       | 1,84     | 0                 | 0       | 0,1         | 0,60                             |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0,5     | 0           | 4,40                             |
| чай с лимоном                                              |           | 200      |                   |         | 9,80        | 40,50                            |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                        | 0,4       | 0,4      | 0                 | 0       | 0           | 0,20                             |
| САХАР ПЕСОК                                                | 10        | 10       | 0                 | 0       | 9,7         | 38,70                            |
| ЛИМОН                                                      | 7,778     | 4,67     | 0                 | 0       | 0,1         | 1,60                             |
| кисломолочный продукт для детского питания                 |           | 100      |                   |         |             |                                  |
| кисломолочный продукт                                      | 100       | 100      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                             |
| СЫР ПОРЦИОННЫЙ                                             |           | 10       | 2,40              | 3,00    |             | 37,50                            |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)                                  | 11        | 10       | 2,4               | 3       | 0           | 37,50                            |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания |           | 40       | 3,20              | 0,40    | 22,00       | 104,00                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.               | 40        | 40       | 3                 | 0,2     | 19,5        | 91,90                            |
|                                                            |           |          | 10,40             | 12,00   | 59,60       | 391,30                           |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                             |           |          | 10,40             | 12,00   | 59,60       | 391,30                           |



**МЕНЮ**  
с 5 -11кл. ММС  
ДЕНЬ 2

21.12.2021

| Наименование блюда                                            | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                               | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| ЗАВТРАК 1                                                     |           |          |                   |         |             |                                     |
| каша молочная "Дружба" с маслом                               |           | 200/5    | 6,20              | 7,90    | 34,80       | 235,90                              |
| КРУПА РИСОВАЯ                                                 | 16        | 16       | 1,1               | 0,2     | 11,4        | 51,70                               |
| ПШЕНО                                                         | 20        | 20       | 2,2               | 0,5     | 13,7        | 68,30                               |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ                                  | 103,2     | 103,2    | 2,9               | 3,2     | 4,8         | 60,00                               |
| САХАР ПЕСОК                                                   | 5,07      | 5,07     | 0                 | 0       | 4,9         | 19,60                               |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                             | 1,07      | 1,07     | 0                 | 0       | 0           | 0,00                                |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ<br>НЕСОЛЕНОЕ                           | 5         | 5        | 0                 | 4       | 0           | 36,30                               |
| котлеты куриные                                               |           | 60/30    | 0,30              | 1,70    | 1,70        | 23,30                               |
| котлеты куриные п/ф 76/60                                     | 76        | 76       | 0                 | 0       | 0           | 0,00                                |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                          | 1,2       | 1,2      | 0                 | 1,2     | 0           | 10,50                               |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ                                      | 1,4       | 1,4      | 0,2               | 0       | 1           | 4,60                                |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА                                                | 3         | 3        | 0,1               | 0       | 0,6         | 3,00                                |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ                                                  | 0,7       | 0,59     | 0                 | 0       | 0           | 0,20                                |
| МОРКОВЬ                                                       | 2,3       | 1,84     | 0                 | 0       | 0,1         | 0,60                                |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                             | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                                |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ                          | 0,5       | 0,5      | 0                 | 0,5     | 0           | 4,40                                |
| чай с лимоном                                                 |           | 200      |                   |         | 9,80        | 40,50                               |
| чай черный байховый                                           | 0,4       | 0,4      | 0                 | 0       | 0           | 0,20                                |
| САХАР ПЕСОК                                                   | 10        | 10       | 0                 | 0       | 9,7         | 38,70                               |
| ЛИМОН                                                         | 7,778     | 4,67     | 0                 | 0       | 0,1         | 1,60                                |
| СЫР ПОРЦИОННЫЙ                                                |           | 10       | 2,40              | 3,00    |             | 37,50                               |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)                                     | 11        | 10       | 2,4               | 3       | 0           | 37,50                               |
| Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского питания |           | 40       | 3,20              | 0,40    | 22,00       | 104,00                              |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ<br>ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.               | 40        | 40       | 3                 | 0,2     | 19,5        | 91,90                               |
| кисломолочный продукт для детского<br>питания                 |           | 150      |                   |         |             |                                     |
| кисломолочный продукт                                         | 150       | 150      | 0                 | 0       | 0           | 0,00                                |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                                |           |          | 12,10             | 13,00   | 68,30       | 441,20                              |
|                                                               |           |          | 12,10             | 13,00   | 68,30       | 441,20                              |

• Повар  Асылова Г.А.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с. Имянкулево  
Муратова Г.Т.



МЕНЮ  
с 5 -11кл. род взнос  
ДЕНЬ 2

21.12.2021

| Наименование блюда                                         | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                            | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| ЗАВТРАК 1                                                  |           |          |                   |         |             |                               |
| каша молочная "Дружба" с маслом                            |           | 200/5    | 6,20              | 7,90    | 34,80       | 235,90                        |
| КРУПА РИСОВАЯ                                              | 16        | 16       | 1,1               | 0,2     | 11,4        | 51,70                         |
| ПШЕНО                                                      | 20        | 20       | 2,2               | 0,5     | 13,7        | 68,30                         |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ                               | 103,2     | 103,2    | 2,9               | 3,2     | 4,8         | 60,00                         |
| САХАР ПЕСОК                                                | 5,07      | 5,07     | 0                 | 0       | 4,9         | 19,60                         |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ                                          | 1,07      | 1,07     | 0                 | 0       | 0           | 0,00                          |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ                           | 5         | 5        | 0                 | 4       | 0           | 36,30                         |
| СЫР ПОРЦИОННЫЙ                                             |           | 10       | 2,40              | 3,00    |             | 37,50                         |
| СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)                                  | 11        | 10       | 2,4               | 3       | 0           | 37,50                         |
| чай с лимоном                                              |           | 200      |                   |         | 9,80        | 40,50                         |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ                                        | 0,4       | 0,4      | 0                 | 0       | 0           | 0,20                          |
| САХАР ПЕСОК                                                | 10        | 10       | 0                 | 0       | 9,7         | 38,70                         |
| ЛИМОН                                                      | 7,778     | 4,67     | 0                 | 0       | 0,1         | 1,60                          |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания |           | 40       | 3,20              | 0,40    | 22,00       | 104,00                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр                | 40        | 40       | 3                 | 0,2     | 19,5        | 91,90                         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                             |           |          | 11,80             | 11,30   | 66,60       | 417,90                        |
|                                                            |           |          | 11,80             | 11,30   | 66,60       | 417,90                        |

# Контрольные блюда



# Контрольные блюда

