

СОГЛАСОВАНО  
 Директор ГБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕНО  
 Генеральный директор  
 АО "КСП Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.



**МЕНЮ 7-11 лет**  
**13.06.2023**

**2 день**

<b>Завтрак на 2023 год</b>		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с маслом</b>		1,20	8,40	8,10	120,00	30
батон, масло сливочное						
<b>Макароньы отварные с сыром</b>		8,40	7,50	34,40	336,00	180
макароньы, сыр, масло сливочное						
<b>Кофейный напиток</b>		1,50	1,30	5,60	24,00	200
молоко, кофейный напиток, сахар						
<b>Зефир</b>		0,40	0,10	39,90	83,00	50
зефир						
<b>Слива/ абрикос/ нектарин свежие</b>		0,90	0,10	9,00	44,00	100
Слива/ абрикос/ нектарин свежие						
<b>Обед на 2023 год</b>		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Огурец свежий порционно</b>		0,44	0,06	1,31	7,50	60
Огурец свежий						
<b>Борщ из свежей капусты с картофелем, с птицей и со сметаной</b>		6,40	7,00	10,10	242,40	200/20/10/11
филе птицы, свекла, капуста белокочанная свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, сахар, сметана, соль йодированная						
<b>Запеканка картофельная с мясом и сметанно-томатным соусом</b>		28,80	35,50	33,60	552,00	250
говядина, масло растительное, лук, картофель, сухари панировочные, сметанно-томатный соус, соль йодированная						
<b>Компот из изюма</b>		0,40	0,02	6,90	91,00	200
изюм, сахар, кислота лимонная						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
Батон обогащенный						

<b>Полдник на 2023 год</b>		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Ватрушка с повидлом</b>		5,90	4,00	58,70	295,30	100
мука, сахар, масло сливочное, яйцо дрожжи, повидло, соль йодированная						
<b>Йогурт в индивидуальной упаковке</b>		6,30	4,00	10,60	88,00	125
Йогурт в индивидуальной упаковке						
<b>Чай с лимоном</b>		2,90	2,50	24,80	133,90	200
чай черный крупнолистовой, сахар, лимон						
<b>Банан/ киви свежие</b>		2,40	0,80	33,60	44,00	160/100
Банан/ киви свежие						

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
 Директор ТБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕНО  
 Генеральный директор  
 АО "КОП Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.

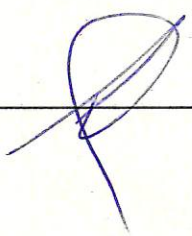


**МЕНЮ 7-11 лет**  
**14.06.2023**

**3 день**

Завтрак на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с сыром и маслом сливочным</b>		4,73	6,88	14,56	139,00	45
<small>батон, сыр, масло сливочное</small>						
<b>Омлет с зеленым горошком</b>		14,90	22,60	7,20	281,00	150/30
<small>яйцо, молоко, масло растительное, масло сливочное, горошек зеленый консервированный, соль йодированная</small>						
<b>Какао с молоком</b>		2,04	1,70	8,80	59,00	200
<small>молоко, какао-порошок, сахар</small>						
<b>Печенье</b>		3,65	4,75	36,00	162,50	50
<small>Печенье</small>						
<b>Черешня свежая</b>		1,10	0,40	11,50	50,00	100
<small>Черешня свежая</small>						
Обед на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Помидор свежий порционно</b>		0,63	0,13	2,38	13,75	60
<small>Помидор свежий</small>						
<b>Суп с рисом и мясом</b>		8,80	3,90	11,80	121,00	200/10
<small>говядина, картофель, рис, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, соль йодированная</small>						
<b>Котлеты рубленые из говядины, запеченные с молочным соусом</b>		8,70	9,90	7,50	192,00	75/20
<small>мясо говядины, масло растительное, батон, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, соль йодированная</small>						
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>		8,70	5,99	39,60	246,00	150
<small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>						
<b>Компот из свежих яблок</b>		0,16	0,20	6,40	96,80	200
<small>яблоки свежие, сахар, лимонная кислота</small>						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
<small>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный</small>						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
<small>Батон обогащенный</small>						
Полдник на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Пирожок с яблочным фаршем</b>		6,50	8,68	37,42	289,00	100
<small>мука, сахар, масло сливочное, яйцо, дрожжи, яблоки, масло растительное</small>						
<b>Молоко в индивидуальной упаковке</b>		5,60	5,00	9,40	106,00	200
<small>Молоко в индивидуальной упаковке</small>						
<b>Груша/ апельсин свежие</b>		0,30	0,23	7,90	42,00	100
<small>Груша/ апельсин свежие</small>						

Главный технолог \_\_\_\_\_ 

Зав. производством \_\_\_\_\_ 



СОГЛАСОВАНО  
 Директор ГБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕНО  
 Генеральный директор  
 АО "КСП Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.



**МЕНЮ 7-11 лет**  
**15.06.2023**

**4 день**

Завтрак на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с маслом</b>		1,20	8,40	8,10	120,0	30
масло сливочное, батон						
<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b>		27,30	19,00	33,20	323,00	150/10
яйцо, творог, крупа манная, сахар, сметана, молоко сгущенное, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная						
<b>Чай с лимоном</b>		2,90	2,50	24,80	134	200
чай крупнолистовой, сахар, лимон						
<b>Вафли</b>		2	1,92	10,56	100,80	50
вафф						
<b>Слива/ абрикос/ нектарин свежие</b>		0,90	0,10	9,00	44,00	100,00
Слива/ абрикос/ нектарин свежие						

Обед на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Салат Свеколка</b>		0,88	3,76	5,16	57,50	60
свекла столовая, курага, изюм, масло растительное, соль йодированная						
<b>Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью петрушки</b>		5,60	6,50	9,90	206,20	200/20/2
филе куриное, лапша промышленного производства, лук, масло растительное, зелень петрушки, соль йодированная						
<b>Котлеты рыбные</b>		8,73	10,38	10,01	167,28	75
филе рыбы, хлеб, панирочные сухари, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная						
<b>Рис отварной рассыпчатый</b>		3,60	5,25	36,69	208,50	150
крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная						
<b>Соус молочный</b>		0,40	1,20	1,40	16,60	20
молоко, масло сливочное, мука пшеничная, сахар						
<b>Напиток лимонный</b>		0,20	0,01	6,40	68,00	200
Лимон, сахар						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
хлеб ржано-пшеничный обогащенный в нарезке						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
батон нарезной обогащенный						

Полдник на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Булочка сдобная</b>		8,93	9,45	24,40	347,00	100
мука пшеничная, масло сливочное, молоко, сахар, дрожжи, яйцо, соль йодированная, масло растительное						
<b>Сок фруктовый в индивидуальной упаковке</b>		1,00	0,00	25,40	120,00	200
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке						
<b>Яблоко свежее</b>		0,41	0,41	10,10	46,80	100
Яблоко свежее						

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
 Директор ГБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕНО  
 Генеральный директор  
 АО "КСП Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.



МЕНЮ 7-11 лет  
 16.06.2023

5 День

Завтрак на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с сыром и маслом</b>		4,70	6,90	14,60	139,00	45
Батон, сыр твердый, масло сливочное						
<b>Каша молочная овсяная с курагой</b>		6,70	8,10	32,50	229,00	155
крупа овсяная, молоко, курага, масло сливочное, сахар, соль йодированная						
<b>Кофейный напиток</b>		1,50	1,30	5,60	24,00	200
кофейный напиток, молоко, сахар						
<b>Печенье</b>		3,65	4,75	36,00	162,50	50
Печенье						
<b>Груша/ апельсин свежие</b>		0,30	0,23	7,90	42,00	100
Апельсин свежий						

Обед на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Винегрет овощной с сельдью</b>		3,44	5,49	3,29	76,20	40/30
картофель, свекла, морковь, лук, капуста квашеная, огурцы консервированные, сельдь, растительное, соль йодированная						
<b>Суп картофельный с горохом, птицей, гренками, зеленью петрушки</b>		3,70	2,00	10,40	266,40	200/10/20/1
филе куриное, картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка свежая, соль йодированная						
<b>Котлеты домашние</b>		10,00	17,70	8,81	235,00	75
свинина, говядина, хлеб, молоко, сухари панировочные, яйцо, масло растительное, соль йодированная						
<b>Сложный гарнир (капуста цветная/картофель отварной)</b>		5,14	8,71	27,91	205,40	75/75
капуста цветная, картофель, масло сливочное, соль йодированная						
<b>Соус сметанный</b>		0,42	1,50	1,24	22,20	30
мука пшеничная, сметана, соль йодированная						
<b>Компот из яблок</b>		0,16	0,20	7,90	96,80	200
яблоки свежие, сахар, лимонная кислота						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
хлеб ржано-пшеничный обогащенный в нарезке						
<b>Батон обогащенный микроэлементами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
батон нарезной обогащенный						

Полдник на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Булочка творожная</b>		11,80	5,60	46,80	296,00	100
мука пшеничная, сахар, молоко, творог, масло сливочное, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло растительное						
<b>Чай с молоком</b>		1,52	1,35	10,90	61,00	200
чай крупнолистовой, молоко, сахар						
<b>Йогурт в индивидуальной упаковке</b>		6,30	4,00	10,60	88,00	125
Йогурт в индивидуальной упаковке						
<b>Банан/ киви свежие</b>		24,00	0,80	33,60	44,00	160/100
Банан/ киви свежие						

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
 Директор ГБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕНО  
 Генеральный директор  
 АО "КСП Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.



МЕНЮ 7-11 лет  
 19.06.2023

6 день

Завтрак на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с джемом</b>		1,60	0,58	18,20	90,80	50
<small>Батон, масло сливочное, джем</small>						
<b>Омлет с сыром</b>		17,39	26,91	2,90	324,30	150
<small>яйцо, молоко, сыр, масло сливочное, соль йодированная</small>						
<b>Чай с сахаром</b>		0,40	0,10	7,20	20,00	200
<small>чай черный, сахар-песок</small>						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
<small>батон</small>						
<b>Мармелад</b>		0,20	0,00	38,30	146,00	50
<small>Мармелад</small>						
<b>Черешня свежая</b>		1,10	0,40	11,50	50,00	100
<small>Черешня свежая</small>						

Обед на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Салат из свежих огурцов</b>		0,44	3,62	1,31	39,00	60
<small>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная</small>						
<b>Суп картофельный с фрикадельками из говядины с зеленью</b>		5,00	4,50	15,70	153,20	200/20/1
<small>говядина, лук, яйцо, картофель, морковь, томат-паста, масло растительное, соль йодированная</small>						
<b>Ленивые голубцы</b>		28,30	31,10	17,40	470,00	250
<small>Крупа рисовая, капуста, Говядина, масло растительное, соль йодированная</small>						
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>		0,30	0,10	29,50	139,00	200
<small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
<small>Хлеб ржано-пшеничный</small>						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
<small>Батон обогащенный</small>						

Полдник на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Ватрушка с повидлом</b>		5,90	4,00	58,70	295,30	100
<small>мука пшеничная, сахар, молоко, яйцо, дрожжи, повидло, масло растительное, соль йодированная</small>						
<b>Сок фруктовый в индивидуальной упаковке</b>		1,00	0,00	25,40	120,00	200
<small>Сок фруктовый в индивидуальной упаковке</small>						
<b>Слива/ абрикос/ нектарин свежие</b>		0,90	0,10	9,00	44,00	100
<small>Кефир, сахар-песок</small>						

Главный технолог

Зав. производством



**СОГЛАСОВАНО**  
 Директор ГБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



**УТВЕРЖДЕНО**  
 Генеральный директор  
 АО "КСР Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.



7 день

**МЕНЮ 7-11 лет**  
**20.06.2023**

<b>Завтрак 2023 год</b>		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с сыром и маслом</b>		6,40	10,60	10,30	162,40	45
<small>батон, сыр, масло сливочное</small>						
<b>Суп с молочный с макаронными изделиями</b>		1,90	4,06	1,22	92,00	200
<small>молоко, макароны, масло сливочное, сахар, соль йодированная</small>						
<b>Какао с молоком</b>		2,04	1,70	8,80	59,00	200
<small>молоко, какао-порошок, сахар</small>						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,5	0,58	10,18	52,80	20
<small>Батон обогащенный</small>						
<b>Пряник</b>		2,70	3,10	34,80	172,00	50
<small>Пряник</small>						
<b>Банан/ яблоко свежие</b>		0,41	0,41	10,10	46,80	160/100
<small>Банан/ яблоко свежие</small>						

<b>Обед на 2023 год</b>		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Салат из свежих помидоров с луком зеленым</b>		0,80	3,65	1,83	43,00	60
<small>помидоры, лук зеленый, масло растительное, соль йодированная</small>						
<b>Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки</b>		6,00	8,10	7,50	168,40	200/10/10/11
<small>говядина, капуста белокочанная свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, сметана, зелень петрушки, соль йодированная</small>						
<b>Пельмени с мясом индейки и маслом сливочным</b>		26,11	20,30	52,10	525,00	200/15
<small>пельмени с мясом индейки, масло сливочное, соль йодированная</small>						
<b>Компот из изюма</b>		0,40	0,02	6,90	91,00	200
<small>изюм, сахар, лимонная кислота</small>						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
<small>хлеб ржано-пшеничный обогащенный</small>						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
<small>Батон обогащенный</small>						

<b>Полдник на 2023 год</b>		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Булочка Сдобная</b>		8,93	9,45	24,40	347,00	100
<small>Мука пшеничная, яйцо, молоко, дрожжи, масло сливочное, сахар, масло растительное, соль йодированная</small>						
<b>Молоко в индивидуальной упаковке</b>		5,60	5,00	9,40	106,00	200
<small>Молоко в индивидуальной упаковке</small>						
<b>Груша/ апельсин свежие</b>		0,30	0,23	7,90	42,00	100
<small>Груша/ апельсин свежие</small>						

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_



**СОГЛАСОВАНО**  
 Директор ГБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



**УТВЕРЖДЕНО**  
 Генеральный директор  
 АО "КСИ Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.



**МЕНЮ 7-11 лет**  
**21.06.2023**

**8 день**

Завтрак на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с джемом и маслом сливочным</b> <small>батон, масло сливочное, джем</small>		2,51	3,93	28,90	161,00	50
<b>Запеканка манная с маслом сливочным</b> <small>крупа манная, яйцо, сахар, сухари панировочные, сметана, масло сливочное, соль йодированная</small>		4,40	9,54	31,30	229,00	155
<b>Кофейный напиток</b> <small>кофейный напиток, молоко, сахар</small>		1,50	1,30	5,60	24,00	200
<b>Печенье</b> <small>Печенье</small>		3,65	4,75	36,00	162,50	50
<b>Черешня свежая</b> <small>Черешня свежая</small>		1,10	0,40	11,50	50,00	100

Обед на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Сельдь с картофелем</b> <small>картофель, филе сельди, масло растительное</small>		6,30	9,70	3,30	126,00	30/20/5
<b>Суп-лапша домашняя с птицей, зеленью петрушки</b> <small>филе куриное, лапша промышленного производства, лук, масло растительное, соль йодированная, зелень петрушки</small>		5,60	6,50	9,90	206,20	200/20/1
<b>Жаркое по-домашнему с говядиной</b> <small>говядина, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная</small>		28,05	28,30	29,00	483,06	250
<b>Компот из свежих яблок</b> <small>яблоки свежие, сахар, лимонная кислота</small>		0,16	0,20	7,90	96,80	200
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> <small>хлеб ржано-пшеничный обогащенный</small>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> <small>батон обогащенный в нарезке</small>		1,50	0,58	10,18	52,80	20

Полдник на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Шарлотка с яблоками</b> <small>Яблоко, яйцо, молоко, хлеб, сахар, корица, курага, соль йодированная, масло сливочное</small>		3,70	4,74	39,60	209,00	100
<b>Кефир</b> <small>Кефир</small>		5,80	5,00	8,00	100,00	200
<b>Груша/ яблоко свежие</b> <small>Груша/ яблоко свежие</small>		0,30	0,23	7,90	42,00	100

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
 Директор ГБОУ школы № 219  
 Красносельского района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕНО  
 Генеральный директор  
 АО "КСП Красносельского района"  
 Мищенко Е. М.



МЕНЮ 7-11 лет  
 22.06.2023

9 день

Завтрак на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Закрытый бутерброд с сыром и маслом сливочным</b>		7,86	11,30	20,50	215,20	65
<small>батон, масло сливочное, сыр</small>						
<b>Крупенник гречневый с маслом сливочным</b>		13,10	14,20	34,00	324,00	150/5
<small>крупя гречневая, творог, яйца, масло сливочное, сметана, сахарный песок, соль йодированная</small>						
<b>Чай с сахаром</b>		0,40	0,10	7,20	20,00	200
<small>чай крупнолистовой, сахар</small>						
<b>Пряник</b>		2,7	3,10	34,80	172,00	50
<small>пряник</small>						
<b>Слива/ абрикос/ нектарин свежие</b>		0,90	0,10	9,00	44,00	100
<small>Слива/ абрикос/ нектарин свежие</small>						
Обед на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Салат Витаминный</b>		0,88	3,80	5,16	47,00	60
<small>яблоко свежее, помидоры свежие, морковь свежая, огурцы свежие, масло растительное, сок лимона, сахар, соль йодированная</small>						
<b>Рассольник с говядиной, сметаной и зеленью петрушки</b>		6,80	7,60	14,30	246,00	200/10/10 /1
<small>говядина, картофель, лук репчатый, огурцы соленые, сметана, масло растительное, зелень петрушки, соль йодированная</small>						
<b>Плов с курицей</b>		21,08	12,95	44,49	380,14	250
<small>рис, мясо курицы бескостное, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, соль йодированная</small>						
<b>Напиток лимонный</b>		0,20	0,00	6,40	68,00	200
<small>лимон, сахар</small>						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
<small>хлеб ржано-пшеничный обогащенный</small>						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
<small>батон обогащенный</small>						
Полдник на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Булочка творожная</b>		11,80	5,60	46,80	296,00	100
<small>Мука, яйцо, творог, молоко, дрожжи, соль, масло сливочное, ванилин</small>						
<b>Молоко в индивидуальной упаковке</b>		5,60	5,00	9,40	106,00	200
<small>Молоко в индивидуальной упаковке</small>						
<b>Банан/ киви свежие</b>		2,40	0,80	33,60	44,00	160/100
<small>Банан/ киви свежие</small>						

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школы № 219  
Красносельского района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"  
Мищенко Е. М.

МЕНЮ 7-11 лет  
23.06.2023

10 день

Завтрак на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Бутерброд с маслом</b>		1,20	8,40	8,10	120,00	30
<small>Батон, масло сливочное.</small>						
<b>Каша вязкая молочная рисовая с изюмом</b>		6,70	7,20	28,70	206,00	155
<small>крупа рисовая, молоко, сахар, изюм, масло сливочное, соль йодированная</small>						
<b>Кофейный напиток</b>		1,50	1,30	5,60	24,00	200
<small>кофейный напиток, сахар, молоко</small>						
<b>Мармелад</b>		0,20	0,00	38,30	146,00	50
<small>Мармелад</small>						
<b>Груша/ апельсин свежие</b>		0,30	0,23	7,90	42,00	100
<small>Груша/ апельсин свежие</small>						

Обед на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Салат из редиса с маслом</b>		0,66	6,08	1,80	74,00	60
<small>редис, лук зеленый, масло растительное</small>						
<b>Борщ с капустой и картофелем, птицей, сметаной и зеленью петрушки</b>		6,40	7,00	10,10	242,40	200/20/10 /1
<small>Филе птицы, капуста свежая, лук репчатый, морковь, свекла, томатная паста, масло растительное, сметана, зелень петрушки, соль йодированная.</small>						
<b>Пудинг из печени с морковью и маслом сливочным</b>		22,90	18,05	9,90	362,80	100
<small>печень говяжья, лук, морковь, картофель, яйцо, масло сливочное, соль йодированная</small>						
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>		8,70	5,90	39,60	246,00	150
<small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>						
<b>Компот из яблок</b>		0,16	0,20	7,90	96,80	200
<small>яблоки свежие, сахар, кислота лимонная</small>						
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>		1,62	0,68	8,44	44,40	20
<small>Хлеб ржано-пшеничный</small>						
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>		1,50	0,58	10,18	52,80	20
<small>Батон обогащенный</small>						

Полдник на 2023 год		Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Булочка сдобная</b>		8,93	9,45	24,40	347,00	100
<small>Мука, яйцо, молоко, дрожжи, соль, масло сливочное.</small>						
<b>Йогурт в индивидуальной упаковке</b>		6,30	4,00	10,60	88,00	125
<small>Йогурт в индивидуальной упаковке</small>						
<b>Чай с лимоном</b>		2,90	25,00	24,80	133,90	200
<small>чай крупнолистовой, сахар, лимон</small>						
<b>Яблоко свежее</b>		0,41	0,41	10,10	46,80	100
<small>Яблоко свежее</small>						

Главный технолог

Зав. производством