

**МЕНЮ****11-17 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ		100	15,9	16,9	14,8	275,3
ГОВЯДИНА Б/К	87,4	73,8	13,3	11,4	0	156,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	17,5	17,5	1,3	0,5	8,7	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,8	23,8	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10	1,3	0	6	29,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3	0	5	0,1	45,7
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200/5	5,2	8,9	54,3	316,7
КРУПА РИСОВАЯ	75,6	75,6	5,1	0,8	54,2	244,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,2	2,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,5	0,2	21,6	99,4
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
БАНАН		200	3,0	1,0	42,0	192,0
БАНАН	285,8	200	3	1	42	192,0
			<b>27,9</b>	<b>27,4</b>	<b>153,9</b>	<b>985,4</b>
<b>Обед</b>						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,6	0,1	31,7	131,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		250	6,9	12,5	19,8	220,2
СТОЛОВЫЙ П/Ф ИЗ ОЛЕНИНЫ	62,5	62,5	4,3	9,7	0	104,3
КАРТОФЕЛЬ	107,14	75	1,5	0,3	11,8	56,1
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10,1	10	0,9	0,1	6,5	30,6
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,3	0,4	21,2	102,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		50	7,7	8,2	8,3	136,8
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	37	33,67	5,9	6	0	77,7

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,4	9,4	0,7	0,3	4,7	23,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,1	13,1	0,4	0,3	0,6	6,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		100	2,1	3,6	13,6	94,5
КАРТОФЕЛЬ	113,8	85,3	1,6	0,3	13,5	63,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16	15,3	0,4	0,4	0,7	8,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
			<b>20,6</b>	<b>24,8</b>	<b>94,6</b>	<b>684,5</b>
<b>буфет</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		250	6,9	12,5	19,8	220,2
СТОЛОВЫЙ П/Ф ИЗ ОЛЕНИНЫ	62,5	62,5	4,3	9,7	0	104,3
КАРТОФЕЛЬ	107,14	75	1,5	0,3	11,8	56,1
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	10,1	10	0,9	0,1	6,5	30,6
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0	0	0	0,0
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		100	1,7	6,2	9,6	101,2
КАРТОФЕЛЬ	61,4	43	0,9	0,2	6,8	32,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	26,2	17	0,5	0	1,1	6,8
МОРКОВЬ	31	24	0,3	0	1,7	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ		100	1,8	5,0	13,8	107,0
СВЕКЛА	160	124	1,8	0,1	10,6	50,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		50	7,7	8,2	8,3	136,8
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	37	33,67	5,9	6	0	77,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,4	9,4	0,7	0,3	4,7	23,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,1	13,1	0,4	0,3	0,6	6,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9	0	1,6	0	13,8
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ		50	8,0	5,6	4,6	100,9
ФАРШ ОЛЕНИЙ	37	37	7,2	3,6	0	61,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,6	5,6	0,4	0,2	2,8	14,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,1	3,1	0,4	0	1,8	9,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
АЗУ		150	14,3	8,9	13,6	210,9
ОЛЕНИНА ГУЛЯШ	65,4	65,4	12,4	2,8	0	93,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	9	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,1	0	0,4	2,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	9	0,1	0	0,2	1,2
КАРТОФЕЛЬ	96	72	1,4	0,3	11,3	53,7
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		100/5	2,5	4,4	27,2	158,4
КРУПА РИСОВАЯ	37,8	37,8	2,5	0,4	27,2	122,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
РАГУ ОВОЩНОЕ		100	1,6	5,3	10,1	95,5
КАРТОФЕЛЬ	45,7	32	0,6	0,1	5	23,9
МОРКОВЬ	20	16	0,2	0	1,1	5,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,3	8	0,1	0	0,7	3,2

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25,3	20	0,4	0	0,9	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3	0	1,3	0	11,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
МОРКОВЬ	2,7	2	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,7	0	0	0,1	0,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,3	3,3	0,2	0	0,6	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
<b>КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ</b>		<b>50</b>	<b>4,0</b>	<b>6,8</b>	<b>28,5</b>	<b>191,2</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	28	28	2,9	0,4	19	90,7
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МАРГАРИН СЛИВОЧНЫЙ	7	7	0	5,5	0,1	50,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,62	0,5	0,4	0	5,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	2	2	0,3	0	0	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3	0,2	0,3	1,6	9,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,25	0,25	0	0,2	0	2,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4	0,1	0	0	0,6
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		<b>200</b>	<b>0,4</b>		<b>15,4</b>	<b>63,0</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2	2	0,4	0	0,8	4,9
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
			<b>48,9</b>	<b>62,9</b>	<b>150,9</b>	<b>1 385,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>97,4</b>	<b>115,1</b>	<b>399,4</b>	<b>3 055,0</b>