

МЕНЮ**7-10 лет****ДЕНЬ 9**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ		100	1,5	6,6	9,5	103,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,4	0,2	0	1,1	5,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	17,3	17,3	1,3	0,1	8,4	39,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,7	6,7	0	6,5	0	58,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200	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
			13,5	17,1	148,6	813,6
Обед						
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
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
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
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
			20,6	24,8	94,6	684,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,1	41,9	243,2	1 498,1