

**Меню 1-4 кл. на 01.09.2023г.**

№ п/п		масса гр.		выход гр.	пищевые вещества			ч ценность (кал)	цена руб	Сумма
		брутто	нетто		б	ж	у			
<b>Первый день</b>										
	<b>Овощи свежие с растительным маслом</b>			<b>60</b>						
	капуста	70						30	2,10	
	морковь	10						45	0,45	
	масло растительное	5						150	0,75	
	соль	1						20	0,02	
	лук репчатый	3						55	0,17	
	<b>Суп гороховый</b>			<b>200</b>						
	горох	20						45	0,90	
	картофель	60						40	2,40	
	лук репчатый	5						55	0,28	
	морковь	5						45	0,23	
	сметана	5						360	1,80	
	масло растительное	2						150	0,30	
	соль	2						20	0,04	
	<b>Плов с мясом индейки</b>			<b>250</b>						
	мясо индейки	120						360	43,20	
	лук репчатый	6						55	0,33	
	рис	50						120	6,00	
	масло растительное	7						150	1,05	
	морковь	10						45	0,45	
	соль	2						20	0,04	
	томат	2						190	0,38	
	<b>Компот из яблок</b>			<b>180</b>						
	яблоко	20						75	1,50	
	сахар	15						85	1,28	
	<b>Хлеб ржаной</b>	40		<b>40</b>				58	2,32	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	70		<b>70</b>				48	3,36	
	<b>Апельсин</b>	100		<b>100</b>				150	15,00	
	<b>ИТОГО</b>								<b>84,33</b>	
<b>Второй день</b>										
	<b>Тертая морковь с сахаром</b>			<b>60</b>						
	морковь	75						45	3,38	
	сахар	2						85	0,17	
	масло растительное	5						150	0,75	
	<b>Борщ со сметаной</b>			<b>200</b>						
	картофель	50						40	2,00	
	свекла	50						35	1,75	
	капуста	50						30	1,50	
	морковь	12						45	0,54	
	лук	5						55	0,28	
	томат	5						190	0,95	
	масло растительное	2						150	0,30	





<b>Биточки куринные</b>			<b>90</b>						
мясо куринное	140							200	28,00
лук	10							55	0,55
масло сливочное	2							450	0,90
хлеб	10							48	0,48
соль	2							20	0,04
молоко	12							90	1,08
яйцо	0,1							9	0,90
<b>Соус сметанный</b>			<b>60</b>						
сметана	20							360	7,20
мука	6							38	0,23
масло сливочное	5							450	2,25
соль	2							20	0,04
<b>Пшеника отварная</b>			<b>150</b>						
пшено	35							70	2,45
масло сливочное	5							450	2,25
соль	1							20	0,02
<b>Какао с молоком</b>			<b>200</b>						
какао	3							680	2,04
молоко	100							90	9,00
сахар	20							85	1,70
<b>Хлеб пшеничный</b>	70		<b>70</b>					48	3,36
<b>Хлеб ржаной</b>	40		<b>40</b>					58	2,32
<b>Яблоко</b>	100		<b>100</b>					75	7,50
<b>ИТОГО</b>									<b>81,42</b>
<b>Шестой день</b>									
<b>Овощи свежие с растительным маслом</b>			<b>60</b>						
капуста	70							30	2,10
морковь	10							45	0,45
масло растительное	5							150	0,75
соль	1							20	0,02
лук репчатый	3							55	0,17
<b>Суп гороховый</b>			<b>200</b>						
горох	20							45	0,90
картофель	60							40	2,40
лук репчатый	5							55	0,28
морковь	5							45	0,23
сметана	5							360	1,80
масло растительное	2							150	0,30
соль	2							20	0,04
<b>Мясо индейки отварное в сметанном соусе</b>			<b>90/60</b>						
мясо индейки	130							360	46,80
лук репчатый	8							55	0,44
сметана	20							360	7,20
соль	4							20	0,08
масло сливочное	5							450	2,25
мука	5							38	0,19
<b>Макароньы отварные</b>			<b>150</b>						
макароньы	40							50	2,00
масло сливочное	3							450	1,35
соль	2							20	0,04

<b>Компот из яблок</b>			<b>180</b>						
яблоко	20							75	1,50
сахар	15							85	1,28
<b>Хлеб пшеничный</b>	70		<b>70</b>					48	3,36
<b>Хлеб ржаной</b>	40		<b>40</b>					58	2,32
<b>Банан</b>	100		<b>100</b>					130	13,00
<b>ИТОГО</b>									<b>91,23</b>
<b>Седьмой день</b>									
<b>Тертая морковь с сахаром</b>			<b>60</b>						
морковь	75							45	3,38
сахар	2							85	0,17
масло растительное	5							150	0,75
<b>Борщ со сметаной</b>			<b>200</b>						
картофель	50							40	2,00
свекла	50							35	1,75
капуста	50							30	1,50
морковь	12							45	0,54
лук	5							55	0,28
томат	5							190	0,95
масло растительное	2							150	0,30
сметана	10							360	3,60
соль	2							20	0,04
<b>Тефтели</b>			<b>90</b>						
мясо гов	120							460	55,20
рис	10							120	1,20
соль	2							20	0,04
лук	10							55	0,55
яйцо	0,1							9	0,90
<b>Соус томатный</b>			<b>60</b>						
томат	3							190	0,57
мука	6							38	0,23
масло сливочное	5							450	2,25
соль	2							20	0,04
<b>Гречка отварная</b>			<b>150</b>						
гречка	35							130	4,55
масло сливочное	3							450	1,35
соль	1							20	0,02
<b>Чай с лимоном</b>			<b>200</b>						
чай	2							900	1,80
сахар	15							85	1,28
лимон	10							235	2,35
<b>Хлеб пшеничный</b>	70		<b>70</b>					48	3,36
<b>Хлеб ржаной</b>	40		<b>40</b>					58	2,32
<b>Яблоко</b>	100		<b>100</b>					75	7,50
<b>ИТОГО</b>									<b>100,75</b>
<b>Восьмой день</b>									
<b>Суп крестьянский с пшениной крупой</b>			<b>200</b>						
картофель	60							40	2,40
пшено	18							70	1,26
морковь	5							45	0,23
лук	5							55	0,28











