



МЕНЮ Высочина 2025 г

7-12 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		180/5/5	7,57	7,37	42,51	266,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,00	0,00	14,52	58,05
			9,86	7,56	72,08	395,80
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,48	0,06	1,50	8,37
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ		200/15	7,15	4,71	31,56	197,45
КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ- ЦЫПЛЯТ С РИСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ		90/30	1,18	3,77	7,39	68,31
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150/5	5,72	4,82	34,80	205,54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,99	0,26	12,72	61,19
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		200	0,16	0,16	27,03	111,13
			18,97	13,97	130,05	723,04
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			28,83	21,53	202,13	1 118,84



Утверждаю



МЕНЮ домашнее 2025 г

12 лет и старше

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/6/6		8,30	8,48	45,76	293,01
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,00	14,52	58,05
			11,35	8,73	80,35	445,79
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100		0,80	0,10	2,49	13,94
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ	250/20		8,89	5,73	39,62	245,96
КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ- ЦЫПЛЯТ С РИСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/30		1,34	4,09	8,49	76,26
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5		6,88	4,99	41,84	239,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60		3,97	0,53	25,43	122,38
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200		0,16	0,16	27,03	111,13
			25,09	15,85	164,97	904,18
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,44	24,58	245,32	1 349,97

